EFEITOS DA TDCS NO STRESS OCUPACIONAL E BURNOUT NO ENSINO SUPERIOR



Alícia Silva[2], Luciano Maia[1], José Brito[1], Marcelo Silva[3], Paulo Chaló[1,4]

[1]Egas Moniz School of Health & Science, Egas Moniz Center for Interdisciplinary Research (CiiEM), Almada, Portugal
[2]Egas Moniz School of Health and Sciences, Almada, Portugal
[3]Federal University of Alfenas, Laboratory of Neurosciences Neuromodulation and Study of Pain (LANNED), Alfenas, Brasil
[4]Neuromodulation and Pain Lab (NEUROPAIN), Egas Moniz School of Health and Sciences;
Correspondência: 116005@alunos.egasmoniz.edu.pt

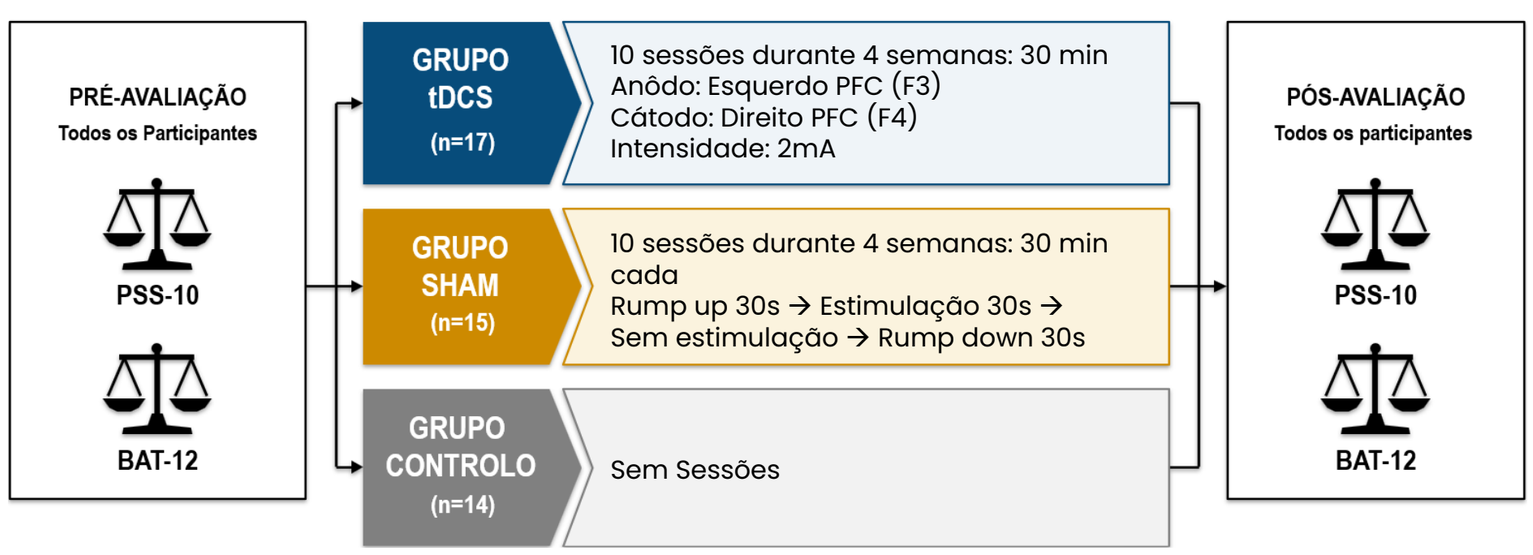
Introdução

- O stress e o burnout são prevalentes em populações ocupacionais, nomeadamente nos trabalhadores do Ensino Superior, mas as intervenções não farmacológicas com eficácia comprovada ainda são limitadas (Povea et al. 2025; Imperial & Magtalas 2026)
- A Estimulação Transcraniana por Corrente Contínua (tDCS) surgiu como uma técnica promissora de neuromodulação, embora os seus efeitos no stress e no burnout nesta população permaneçam pouco estudados.
- Aplica uma corrente elétrica de baixa intensidade no couro cabeludo, através de elétrodos, colocados em zonas específicas (*Science – PlatoScience*, n.d.).

Objetivo: Analisar os efeitos da tDCS no stress ocupacional e no burnout em trabalhadores do ensino superior.



Material e Métodos



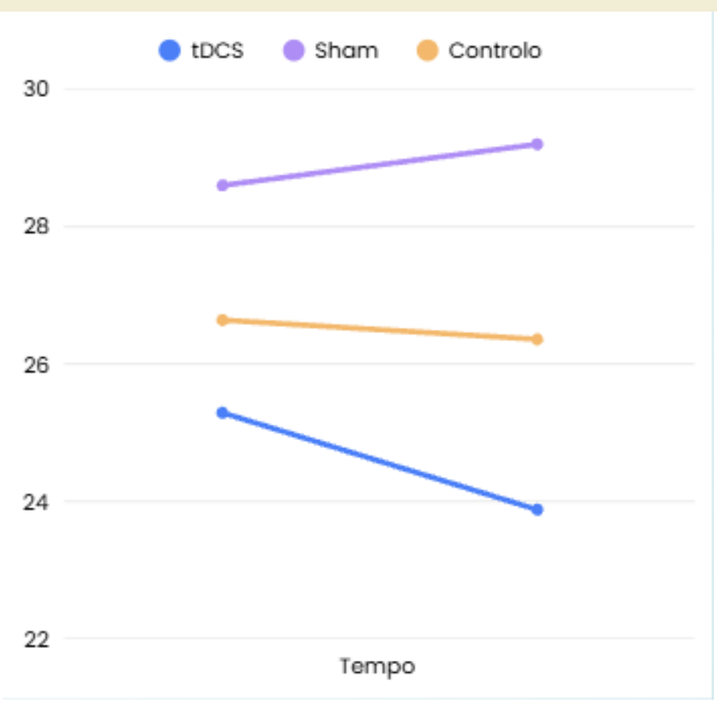
- Ensaio clínico com amostragem por conveniência;
- Investigador e participantes desconheciam a condição atribuída;

Resultados

Evolução Temporal dos valores da PSS-10



Evolução Temporal dos Valores BAT-12



Anova`s

Efeito	PSS-10	BAT-12
Tempo	0,064	0,577
Grupo	0,096	0,235
Grupo × Tempo	0,311	0,438

$p < .05$

Não se observaram resultados estatisticamente significativos na PSS-10 ou no BAT-12.

Discussão e Conclusão

- Os resultados não permitem concluir que as 10 sessões de tDCS tenham tido impacto no stress ou no burnout.
- Variações nos grupos sugerem a hipótese de que a tDCS possa contribuir para reduzir o stress e o burnout, no entanto não existe evidência estatística.
- A amostra reduzida, o baixo pode estatístico, espaçamento irregular das sessões, os baixos níveis iniciais na BAT-12 e a brevidade da intervenção poderão ter limitado a deteção de efeitos.
- Estudos futuros deverão usar amostras maiores, protocolos padronizados e intervenções mais longas.