

A síndrome de burnout sob a perspectiva de professores das escolas públicas de Governador Valadares-MG

Samara Alves Avanzi¹
 Eliene Nery Santana Enes²
 Carlos Alberto Dias³
 Suely Maria Rodrigues⁴

¹Mestranda em Gestão Integrada do Território (GIT) pela Universidade Vale do Rio Doce (UNIVALE)

²Mestre em Gestão Integrada do Território (GIT) e Professora da Universidade Vale do Rio Doce (UNIVALE)

³Doutor em Psicologia e Professor da Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri (UFVJM)

⁴Doutora em Saúde Coletiva e Professora da Universidade Vale do Rio Doce (UNIVALE).

Resumo

No campo da Saúde Pública aumentam as preocupações com a elevação da incidência da síndrome de burnout que afeta física e mentalmente profissionais que lidam de forma constante com outros indivíduos. Trata-se de doença ocupacional advinda do estresse crônico, perfazendo três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e diminuição do sentimento de realização pessoal com o trabalho que desenvolve. Esse estudo enfoca os efeitos dessa doença sobre profissionais da educação, levantando uma questão que pode ser expressa nos seguintes termos: “O que sabem os professores do ensino médio e fundamental sobre a síndrome de burnout? ”, objetivou-se neste estudo, identificar o conhecimento dos professores sobre ela, desenvolveu-se um estudo transversal, descritivo, envolvendo revisão de literatura e pesquisa de campo. Os resultados evidenciam que dentre os 51 (cinquenta e um) professores entrevistados, se destacam aqueles que conhecem pouco a respeito (47%) e os que nunca ouviram falar (43%) da doença. Estes achados apontam para a necessidade de maior divulgação desta doença junto aos profissionais da educação, bem como de projetos de intervenção voltados a fornecer orientações de como prevenir e como proceder, caso necessitem de tratamento.

Palavras-Chave: Síndrome de Burnout. Saúde Pública. Profissionais da Educação.

Abstract

In the field of Public Health, concerns are raised about the increased incidence of burnout syndrome that affects physically and mentally professionals who deal constantly with other individuals. It is an occupational disease that results from chronic stress, comprising three dimensions: emotional exhaustion, depersonalization, and a decrease in the sense of personal fulfillment with the work that develops. This study focuses on the effects of this disease on educational professionals, raising an issue that can be expressed in the following terms: “What do high school and elementary school teachers know about burnout syndrome?”

“, The aim of this study was to identify the teachers’ knowledge about it, a cross-sectional, descriptive study was developed, involving literature review and field research. The results show that among the 51 (fifty one) teachers interviewed, those who know little about it (47%) and those who have never heard (43%) of the disease stand out. These findings point to the need for greater dissemination of this disease among educational professionals, as well as intervention projects aimed at providing guidelines on how to prevent and how to proceed if they need treatment.

Key-words: Burnout syndrome. Public health. Education Professionals.

Introdução

A atividade docente constitui-se de peculiaridades causadoras de estresse e mudanças comportamentais expondo permanentemente seus profissionais ao desgaste de sua saúde mental. Isso pode resultar em vários tipos de adoecimento, dentre eles a síndrome de burnout. Embora esta síndrome afeta diversos profissionais, os professores estão entre os mais acometidos pela doença (JBEILI, 2008).

A síndrome é caracterizada por três dimensões descritas por Maslach, Schaufeli e Leiter (2001) apud Carlotto (2002, p. 23), sendo elas: 1) exaustão emocional marcada pela ausência ou insuficiência de energia e sentimento/sensação de exaustão de recursos; 2) despersonalização caracterizada pela forma como as relações são estabelecidas fazendo com que o trabalhador passe a tratar os colegas e a instituição como objetos; e por fim, 3) diminuição da realização pessoal que se manifesta pela baixa concretização pessoal no trabalho, insatisfação consigo próprio e com seu desenvolvimento profissional.

Ainda segundo os autores, o trabalhador tende a se autoavaliar de forma negativa tornando menos efetiva sua atuação no ambiente de trabalho. Os sintomas característicos da síndrome de burnout mais presentes são: stress, exaustão mental e emocional, fadiga e depressão.

Assim, Jbeili (2008) aponta que a doença é observada como sendo mais um dos diversos adoecimentos relacionado ao trabalho a exemplo do estresse, do esgotamento, da falta de repouso e lazer. O Código Internacional de Doenças (CID-10) classifica a síndrome de burnout sob o código Z 73, que se refere aos problemas relacionados com a organização de seu modo de vida (estado de exaustão vital). O Ministério da Saúde faz a seguinte asserção a respeito da síndrome de burnout:

A sensação de estar acabado ou síndrome do esgotamento profissional é um tipo de resposta prolongada a estressores emocionais e interpessoais crônicos no trabalho. Tem sido descrita como resultante da vivência profissional em um contexto de relações sociais complexas, envolvendo a representação que a pessoa tem de si e dos outros. O trabalhador que antes era muito envolvido afetivamente com os seus clientes, com os seus pacientes ou com o trabalho em si, desgasta-se e, em um dado momento, desiste, perde a energia ou se “queima” completamente. O trabalhador perde o sentido de sua relação com o trabalho, desinteressa-se e qualquer esforço lhe parece inútil (BRASIL, 2001, p. 191).

Percebe-se que tal adoecimento gera danos tanto para o profissional quanto para a organização. Neste sentido cabe ao profissional de saúde que atua no âmbito da educação desenvolver intervenções junto aos docentes a fim de identificar e atuar frente aos fatores que provocam este adoecimento. De acordo com Andalo (1984) a escola se constitui em um espaço de intervenção em saúde, devendo-se promover reflexões sobre a atuação docente e formas de interações positivas com alunos e colegas de trabalho.

Considerando os efeitos desta síndrome sobre profissionais da educação levantou-se o seguinte questionamento: O que sabem os professores do ensino médio e fundamental sobre a síndrome de burnout? No intuito de fornecer uma resposta a esta questão desenvolveu-se este estudo que tem por objetivo identificar o conhecimento dos professores de escolas municipal e estadual, na cidade de Governador Valadares-MG, em relação à síndrome de burnout.

Síndrome de Burnout: aspectos conceituais

A síndrome de burnout é caracterizada pelo estresse crônico vivenciado por profissionais que, nas mais diversas situações, lidam constantemente com dificuldades presentes no local de trabalho. Esta síndrome se efetiva na fase mais avançada do estresse. A princípio, as primeiras pessoas a notarem são os colegas de trabalho e, posteriormente, os alunos que mantêm contato direto com o professor. Em estágio avançado, o próprio professor passa a perceber os sintomas lançando-se na procura por um profissional especializado que possa auxiliá-lo na resolução do problema. O desânimo e a desmotivação com o trabalho são os principais comportamentos da pessoa decorrentes da síndrome, resultando em doenças psicossomáticas. As consequências que ocorrem no trabalho são diversas,

dentre elas destacam-se as faltas frequentes, afastamento temporário das funções e dependendo da gravidade pode levar a aposentaria por invalidez (JBEILI, 2008, p. 9). Ainda segundo o autor,

O termo é de origem inglesa, composta por duas palavras: Burn que significa “queimar” e Out que quer dizer “fora”, “exterior”. Em tradução literal significa “queimar para fora” ou “consumir-se de dentro para fora”, podendo ser melhor compreendido como “combustão completa” que se inicia com os aspectos psicológicos e culmina em problemas físicos, comprometendo todo o desempenho da pessoa (JBEILI, 2008, p. 9).

Como caracterizar as três dimensões da síndrome de burnout, ou seja, a exaustão emocional, a despersonalização e a baixa realização pessoal? A primeira, exaustão emocional, é representada pela carência de energia e sentimento de esgotamento de recursos. Nesta dimensão o profissional passa a não se dispor em participar de atividades que requerem gasto de energia, seja ela mental ou física. Torna-se possível perceber que o profissional passa a apresentar uma série de sintomas psicossomáticos que induzem ao absentismo e afastamento por problemas de saúde. Esta é a dimensão principal da síndrome estando inteiramente vinculada ao estresse (DIEHL; CARLOTTO, 2014).

Na despersonalização o profissional passa a tratar a organização, os colegas e até mesmo clientes e/ou alunos como objetos, agindo com frieza e dureza. Este comportamento passa a ser dirigido a todos do seu convívio. Esta dimensão é considerada como defensiva, pois o profissional passa a ter atitude de cinismo e ironia, bem como se sente cobrado e abatido em relação aos recursos emocionais que possui para o enfrentamento da doença.

Já na baixa realização pessoal ocorre uma tendência a realizar autoavaliação de maneira negativa e a ficar insatisfeito ou infeliz consigo e com a atividade laboral. Nessa dimensão o profissional passa a dar maior relevância aos sentimentos de frustração, insatisfação pessoal e incompetência culminando com o abandono do trabalho.

Os primeiros estudos sistematizados sobre a síndrome de burnout surgiram na década de 1970, nos Estados Unidos, apresentados pelo psiquiatra Freudenberg (1974) com o foco clínico, e pela psicóloga Maslach (1976) com uma perspectiva psicossocial. Maslach foi a responsável pela elaboração do conceito “Burnout” que é utilizado na literatura científica (SOUZA et al., 2016).

O burnout se instala, muitas vezes, em profissionais com expectativas elevadas e não alcançadas, nos indiví-

duos que exercem atividades laborais em profissões sociais frequentemente dotados de grande idealismo. Isto explica porque ela é considerada uma modalidade do stress ocupacional que afeta, sobretudo, profissionais no desempenho de cargos assistenciais. Sob esta perspectiva deve-se atentar para o fato de que os profissionais da educação possuem no cerne de sua formação esta característica idealista ou habilidade assistencialista. A natureza do trabalho educativo não é de ensinar, mas de oferecer condições para que o aluno desenvolva suas competências ou aprenda o que lhe é de interesse (LIPP, 2002; LEVY; NUNES SOBRINHO; SOUZA, 2009).

Como instrumentos de diagnóstico para o burnout foi criado o Maslach Burnout Inventory (MBI-ED) por Maslach e Jackson (1981), adaptado para vários idiomas. Este inventário é utilizado especificamente para avaliar a presença da síndrome de burnout em profissionais do ensino (SOUZA et al., 2016).

O MBI-ED é considerado uma escala válida e fidedigna nas diferentes realidades onde a síndrome tem sido estudada. Carlotto e Câmara (2004) consideram que a versão brasileira do MBI apresenta os requisitos necessários em termos de consistência e validade fatorial justificando sua extensa utilização na avaliação da síndrome de burnout para a população brasileira.

O MBI é um instrumento empregado exclusivamente para a avaliação da síndrome, não levando em consideração os elementos antecedentes e as consequências de seu processo. Avalia índices de burnout de acordo com os escores de cada dimensão. A título de exemplo, altos escores em exaustão emocional e despersonalização e baixos escores em realização profissional indicam alto nível de burnout (CARLOTTO; CÂMARA, 2004). Este instrumento avalia como o trabalhador vivencia sua atividade em três dimensões conceituais: exaustão emocional, realização profissional e despersonalização.

Aspectos epidemiológicos do burnout no Brasil

Em uma amostra de quase 39 mil trabalhadores da educação em todo o país, Codo (1999) identificou que a maior parte (32%) dos entrevistados apresentava baixo envolvimento emocional com a tarefa seguidos por aqueles com exaustão emocional (25,0%) e quadro de despersonalização (11,0%). Os resultados permitiram inferir que aproximadamente a metade (48,0%) dos profissionais de educação sofria da síndrome de burnout.

Reis et al. (2006) realizou um estudo epidemiológico de corte transversal na cidade de Vitória da

Conquista/Bahia, abrangendo cerca de 219 escolas, nas quais trabalhavam 1.058 professores. Como resultado observou-se que dentre os 808 que participaram do estudo a maioria se queixava de cansaço mental (70,1%) e grande parte de nervosismo (49,2%).

Pesquisa realizada com mais de 8 mil professores da educação básica da rede pública, na região Centro-Oeste do Brasil, revelou que parcela significativa (15,7%) dos entrevistados apresentavam a síndrome, com intenso sofrimento causado por estresse laboral crônico (JBEILI, 2008). Outra, envolvendo uma amostra aleatória estratificada com 119 professores do ensino fundamental evidenciou que a maioria dos professores (70,1%) apresentava sintomas de burnout. Deste grupo a maioria (85,0%) se sentia ameaçada em sala de aula, e grande parte (44,0%) cumpria uma jornada de trabalho superior a 60 horas semanais. Quanto a faixa etária, foi majoritária (70,0%) a dos participantes com menos de 51 anos (LEVY; NUNES SOBRINHO; SOUZA, 2009).

Batista et al. (2010) apontam um estudo realizado em João Pessoa-PB, no qual participaram 265 professores da rede pública. Neste foi evidenciado que a maioria (56,6%) apresentava alto nível de baixa realização pessoal no trabalho, seguida por aqueles com alto nível de exaustão emocional (33,6%) e alto grau de despersonalização (8,3%).

Em estudo com 101 docentes da rede pública estadual da cidade de Maringá-PR Benevides-Pereira, Yamashita e Takahashi (2010) encontraram valores acima da média em relação a síndrome de burnout. A maior parte (42,5%) dos educadores apresentava exaustão emocional seguida por aqueles com baixa realização pessoal (36,5%) em suas atividades ocupacionais, e com sintomas de desumanização (31,7%).

Em pesquisa com 882 professores de escolas da região metropolitana de Porto Alegre- RS, Carlotto (2011) identificou entre os professores a existência de baixa realização profissional (28,9%), alto nível de exaustão emocional (5,6%) e despersonalização (0,7%). Foi utilizado como instrumentos de coleta o MBI-ED.

Na rede de ensino público do município de Buenópolis-MG, um estudo com uma amostra de 71 professores, o MBI-ED identificou que dentre os entrevistados a maioria (52,1%) sofria da síndrome de burnout. Foi ainda identificado que a maioria (83,1%) se sente pouco valorizada; manifesta insatisfação com equipamentos disponíveis (74,6%), possui pouca autonomia na realização do trabalho (67,6%), e já pensou em desistir da profissão (50,7%) (ARAÚJO; FREIRE; OLIVEIRA, 2017).

As pesquisas trazem evidências de que a síndrome de burnout é um relevante problema epidemiológico. Este fato justifica a promoção de espaços de reflexões acerca do conhecimento dos profissionais de ensino sobre o tema, uma vez que os docentes tendem a ser os mais acometidos por esta patologia.

Metodologia

Tipo de estudo

Trata-se de um estudo transversal, descritivo do tipo *Survey* envolvendo pesquisa bibliográfica e pesquisa de campo mediante aplicação de um questionário estruturado em professores de duas escolas públicas do Município de Governador Valadares, selecionadas por meio de sorteio aleatório. As respostas às 20 questões fechadas nele contidas foram processadas no *Software Sphinx Léxica*, para a elaboração das tabelas.

A pesquisa bibliográfica ou revisão da literatura é um passo primordial em todo trabalho científico que influencia em todas as etapas de uma pesquisa. Este processo consiste na sondagem, apuração, fichamento e armazenamento de informações relacionadas ao tema em pauta com o objetivo de identificar e sistematizar o que já foi publicado sobre o tema estudado (SIQUEIRA, 2005; AMARAL, 2007).

A pesquisa de campo focaliza uma comunidade não necessariamente geográfica, uma vez que pode ser uma comunidade de trabalho, de estudo, de lazer ou voltada para qualquer outra atividade humana. Basicamente é desenvolvida por meio de entrevistas ou aplicação de questionários tendo por mote captar explicações e interpretações a respeito de determinado fenômeno (GIL, 2002).

Foram incluídos os professores das escolas sorteadas que estavam exercendo atividade docente e que após conhecerem os objetivos e procedimentos do estudo concordaram em assinar o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE). Já ex-professores que ocupavam funções meramente administrativas, bem como aqueles que mesmo interessados no estudo se recusaram a assinar o TCLE não foram incluídos na amostra.

População e amostra pesquisada

O município de Governador Valadares possui 106 escolas públicas (municipais e estaduais). Para compor a amostra do universo foram selecionadas inicialmente duas escolas por meio de sorteio aleatório simples.

As escolas sorteadas possuem um total de 169 professores, tendo sido todos convidados a participar do estudo. Deste grupo, 51 (39 da escola municipal e 12 da escola estadual) responderam ao convite compondo a amostra final do presente estudo.

Instrumentos de coleta de dados

Para levantamento das informações demográficas e profissionais foi utilizado um questionário elaborado especificamente para o estudo tendo como base o referencial teórico sobre a síndrome de burnout em professores.

As perguntas foram direcionadas para as questões referentes ao tempo de trabalho do docente na rede (estadual/municipal); tempo de trabalho na escola onde atua; afastamento por atestado médico nos últimos cinco anos; motivos do afastamento; autopercepção de esgotamento físico ou emocional em função do trabalho; conhecimento relativo a síndrome de burnout e ocorrência de diálogo com o médico que forneceu o atestado sobre a síndrome.

Antes de realizar a pesquisa procedeu-se a um estudo piloto no qual participaram 20 professores de escolas não participantes do estudo principal, sendo 10 de escola pública e 10 de escola particular. Foram seguidos os critérios de inclusão e exclusão acima indicados, a fim de verificar o entendimento das questões que compõem o instrumento a ser utilizado. Os resultados deste foram excluídos do processo de análise.

Procedimentos utilizados na coleta de dados

Inicialmente foi realizado contato com a direção de cada instituição de ensino sorteada; apresentado o objetivo do estudo; informado sobre a aprovação do mesmo pelo Comitê de Ética em Pesquisa; solicitado autorização e o apoio para realização da mesma na Instituição.

A partir da aprovação do (a) gestor (a), foi realizado o contato com os professores para apresentar o objetivo da pesquisa e realizar convite à participação. Àqueles que aceitaram participar, foi solicitado a leitura e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e, em seguida, entregue o questionário a cada um para que o respondesse em momento que lhes fossem mais oportunos. No ato de entrega foi informado que voltaria para recolher o instrumento preenchido cinco dias depois, tal como ocorrido.

Coleta e análise dos dados

Os dados foram coletados sob a modalidade *survey* e seus processamentos e análises realizados com o auxílio do *software Sphinx Léxica*. Para Fonseca (2002) o *survey* objetiva a aquisição de dados, informações ou apreciações de um determinado grupo de pessoas indicadas como representantes de uma população-alvo, empregando frequentemente um questionário como instrumento de pesquisa.

Procedimentos éticos

Para a realização desta pesquisa foi obtida a aprovação do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa 5157 da Universidade Vale do Rio Doce, Processo CAAE - 66141317.6.0000.5157. Uma vez informados os objetivos e procedimentos da pesquisa; que a mesma não teria efeitos avaliativos individuais e/ou institucionais; que não incluía nenhum tipo de ganho financeiro ou de outra natureza; e que seria resguardado o anonimato das respostas; aguardou-se que todos lessem e assinassem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE, para que lhes fossem entregues os questionários.

Resultados

Participaram do presente estudo 51 professores pertencentes à rede Estadual e Municipal de Educação, que atuam nas duas Instituições de Ensino selecionadas.

Conforme apresentado na Tabela 1, a maioria dos professores é constituída por sujeitos do sexo feminino (82%), casada (69%), predominando aqueles com idade de 50 anos ou mais (41%). Quanto a escolaridade, a maioria cursou pós-graduação (63%) e os demais, graduação (37%). Em relação ao tempo de atuação dos docentes na rede (estadual/municipal) a maior parte (33%) atua há 16 anos ou mais, enquanto que na atual instituição predominam aqueles que não possuem mais de dois anos de exercício (35%).

Quanto às ocorrências indicadas na Tabela 2 observa-se que nos últimos cinco anos a maioria dos professores apresentou atestado médico (71%). Dentre estes, a maior parte (25%) fez uso deste recurso apenas uma vez nos últimos cinco anos. Aqueles que não se afastaram com atestado correspondem a menos de um terço dos profissionais (29%).

Tabela 1 – Dados socioprofissionais de professores da rede pública de ensino de Governador Valadares-MG, 2017

Dados de Identificação	Frequencia	Porcentagem
Sexo		
Masculino	9	18%
Feminino	42	82%
Idade		
Até 29	5	11%
De 30 a 39	9	21%
De 40 a 49	12	27%
50 anos e mais	18	41%
Estado civil		
Casado	35	69%
Solteiro	11	22%
Divorciado/Separado	4	8%
União Estável	1	2%
Escolaridade		
Graduação	19	37%
Pós-graduação	32	63%
Tempo de trabalho na rede		
Até 2 anos	8	16%
3 a 5 anos	8	16%
6 a 10 anos	13	25%
11 a 15 anos	5	10%
16 anos ou mais	17	33%
Tempo de trabalho na escola		
Até 2 anos	18	35%
3 a 5 anos	7	13%
6 a 10 anos	11	22%
11 a 15 anos	5	10%
16 anos ou mais	10	20%

Fonte: Pesquisa de Campo

Nº de Participantes: 51

Dentre os motivos identificados nos atestados destacam-se o procedimento cirúrgico (33%) e a gestação (20%). Embora a maioria (65%) se sinta fisicamente esgotada devido a atividade laboral, seu nível varia entre muito esgotados (26%) e pouco esgotados (39%). Em relação ao esgotamento emocional também a maioria (51%) apresenta sintomas variando entre muito esgotados (18%) e pouco esgotados (33%).

Ao investigar o conhecimento dos docentes a respeito da síndrome de burnout, foi possível identificar que dentre os 51 docentes entrevistados grande parte (43%) nunca ouviu falar sobre a síndrome, enquanto que outra (47%) possui alguma informação a respeito.

A maioria dos professores (86%) relatou nunca ter sido orientada pelos profissionais de saúde a respeito da síndrome contra uma minoria (6%) que foi alertada sobre a possibilidade de serem portadores da doença.

A análise pelo Qui-quadrado (χ^2), evidenciou uma dependência significativa entre Idade e Esgotamento Físico ($\chi^2 = 8,72$, $gl = 2$, $1-p = 98,72\%$), indicando que tal ocorrência é mais comum entre os profissionais situados na fase Adulto Jovem e Adultos

de Meia Idade do que entre os idosos. Utilizando este mesmo procedimento de análise não foi identificado dependência significativa entre Idade e Esgotamento Emocional; Sexo e Esgotamento Físico; Sexo e Esgotamento Emocional, como aponta a análise realizada entre Idade e Esgotamento Físico.

Tabela 2 – Ocorrências relacionadas à Síndrome de Burnout entre professores da rede pública de ensino de Governador Valadares-MG, 2017

Variáveis de Estudo	Frequencia	Porcentagem
Apresentou atestado médico		
Sim	36	71%
Não	15	29%
Quantidade de atestado médico		
Não resposta	15	29%
Menos de 2 atestado	13	25%
De 2 a 4 atestados	11	22%
De 4 a 6 atestados	6	12%
De 6 a 8 atestados	2	4%
Mais de 8 atestados	4	8%
Motivos dos atestados *		
Não resposta	15	29%
Recusou-se a responder	1	2%
Cirurgia	17	33%
Gestação	10	20%
Paternidade	2	4%
Problemas de respiração	1	2%
Pneumonia / dengue / dor na coluna	4	8%
Bronquite / conjuntivite / rouquidão	5	10%
Rinite alérgica / sinusite/ virose	3	6%
Esgotamento físico		
Sim, muito	13	26%
Sim, pouco	20	39%
Não	18	35%
Esgotamento emocional		
Sim, muito	9	18%
Sim, pouco	17	33%
Não	25	49%
Conhecimento sobre a Síndrome de Burnout		
Sim, muito	5	10%
Sim, pouco	24	47%
Não, nunca ouvi falar	22	43%
Informações dadas pelos médicos sobre a SB		
Sim	3	6%
Não	44	86%
Não lembro	4	8%

Fonte: Pesquisa de Campo

Nº de Participantes: 51

* Respostas Múltiplas

Discussão

Os achados deste estudo estão em conformidade com as pesquisas de Reis *et al.* (2006) cujos trabalhos evidenciaram que a profissão de docente no Brasil é, em sua maioria, assumida pelo sexo feminino. Além disso, a significativa dependência encontrada entre Idade e Esgotamento Físico alinham-se com os estudos realizados por Friedman (CARLOTTO, 2002 p. 24) o qual identificou que, “quanto maior a experiência profissional do professor, menores eram os níveis do Burnout”. Da mesma forma Vasconcelos, Granado e

Junior (ALMEIDA et al., 2011) apontam que docentes mais jovens e com menor tempo de trabalho apresentam maior chance de desenvolver a síndrome, principalmente pelo acúmulo de afazeres e pressão sofrida no ambiente de trabalho.

No campo da educação a síndrome de burnout é um fenômeno multidimensional que emerge da interação entre os fenômenos individuais e do contexto de trabalho. A ocorrência da síndrome em professores é considerada um fato psicossocial, tornando-se relevante a observação deste fenômeno uma vez que afeta concomitantemente o professor e o trabalho, interferindo nos objetivos pedagógicos da instituição (SILVA; CARLOTTO, 2003).

Souza e Leite (2011) assinala que o “mal-estar docente” representa os efeitos constantes e negativos que afetam a personalidade do professor, sendo decorrente das condições em que exerce a docência. Quando a atividade docente é desempenhada de maneira estressora, os profissionais passam a manifestar sentimentos negativos, como: exaustão emocional; desmotivação; alienação; angústia; ansiedade; frieza diante as dificuldades dos outros (alunos/colegas de profissão); indiferença e, atitude desumanizada.

As autoras ressaltam ainda que a maior incidência da síndrome de burnout ocorre em professores que atuam na educação infantil, tendo o estresse emocional com maior incidência. Já os professores do ensino básico estariam vivenciando um abandono da carreira, seja pelo absenteísmo, licença, abandono da profissão ou, ainda pela despersonalização que assinala o burnout.

Carvalho (2003) indaga por que os professores, ainda que vulneráveis as mesmas situações dos profissionais afetados pelo burnout, encontram satisfação no exercício da profissão. Em resposta a própria autora considera que comportamentos capazes de minimizar os efeitos das situações indutoras de estresse e da síndrome de burnout podem ser aprendidos, ou seja, os profissionais desenvolvem estratégias para lidar com as situações problemas que emergem no ambiente de trabalho. Neste sentido ela trabalha com a noção de resiliência, isto é, a capacidade do indivíduo de passar por momentos de adversidades e supera-los de modo satisfatório protegendo sua saúde física e emocional.

Para Gasparini, Barreto e Assunção (2005) as situações vivenciadas pelos professores no local de trabalho para atingir os objetivos impostos pela atividade, afetam suas capacidades físicas e cognitivas. Quanto os esforços realizados pelos profissionais não forem recuperados a tempo, podem desencadear sintomas clínicos.

Muitos profissionais da educação abandonam a profissão depois de anos de trabalho, acarretando a perda de profissionais experientes. De fato, tratam-se de profissionais que embora tenham passado anos se preparando para melhor exercer o seu trabalho, em dado momento se veem desmotivados por não encontrarem retorno à altura do esforço efetuado (BENEVIDES-PEREIRA, 2012).

A queixa de sintomas físicos-emocionais entre professores costuma ser frequente e, associada a tais sintomas são ainda alvos de agressividade, hostilidade por parte de colegas (funcionários administrativos e diretores), desrespeito, ameaça de alunos e pais (SIMÕES, 2014).

Quanto ao esgotamento emocional os trabalhadores têm a sensação de exaustão e de não poder dar mais de si nos aspectos afetivos. Sentem a energia e os recursos emocionais que dispõem se esaurirem. Tal sensação é decorrente do intenso contato diário com os problemas de outras pessoas (LEVY; NUNES SOBRI-NHO; SOUZA, 2009).

Este estudo mostra que conforme atestados médicos apresentados nos últimos cinco anos a maioria dos docentes se ausentaram por algum tempo das atividades laborais. Os afastamentos não estavam diretamente relacionados com a síndrome de burnout, mas, sobretudo ligados a outros fatores como cirurgias e gestações. Nota-se que sintomas relacionados ao burnout não foram apresentados como causa de afastamento, porém quando questionados se sentiam esgotados física e emocionalmente a maioria afirmou que sim. Esta ocorrência levanta evidências de que tais profissionais podem vir a adoecer por esgotamento físico e/ou emocional, gerados pelo ambiente de trabalho.

Carlotto et al. (2012) apontam que a profissão docente está exposta a uma grande quantidade de situações estressoras que, vivenciadas de uma forma intensa e persistente podem acarretar a síndrome de burnout.

Quando averiguado o conhecimento a respeito da síndrome de burnout, foi possível identificar que a maior parte dos entrevistados nunca ouviram falar, ou conhecem pouco a respeito. Carlotto (2002) descreve que na medida em que entendemos este fenômeno psicossocial, identificando as fases e consequências, assim como os fatores estressores, criam-se possibilidades de desenvolvimento de práticas que permitam a prevenção ou até mesmo a redução da incidência do burnout.

Portanto, é possível auxiliar o professor a continuar seu projeto de vida pessoal e profissional visando a qualidade e produtividade no trabalho. Para isto ele precisa

compreender melhor este fenômeno psicossocial como processo, identificando as dimensões, etapas, fatores estressores mais importantes, e ações de prevenção e atenuação do burnout (CARLOTTO; CÂMARA, 2008).

Ainda segundo as autoras, a educação por muito tempo preocupou-se com os aspectos pedagógicos e da formação docente e só atualmente voltou um olhar atento aos seus profissionais. “O professor, cada vez mais especializado, conhece muito sobre o que e como ensinar, mas muito pouco sobre si mesmo” (DELGADO, 1995, s/p). Embora atualmente o professor procure compreender melhor seus sentimentos e a maneira de exercer sua profissão, as condições que possibilitam essa reflexão ainda estão pouco consolidadas.

O conhecimento construído no decorrer do processo de formação profissional do docente é confrontado com a realidade do trabalho. O profissional passa a ser responsável pela educação de várias turmas (duas, três ou até quatro turmas de 40 alunos em média), com disciplinas diferentes a serem ministradas no decorrer do ano letivo. De modo geral, este profissional se esforça além do esperado para cumprir uma carga horária que extrapola o previsto em seu contrato de trabalho. Em decorrência, estes profissionais tendem a se sentir desmotivados devido a expectativa a respeito de suas atribuições e a realidade quando inicia seu exercício, o que tende a influenciar no adoecimento decorrente destas condições (CRUZ, et al., 2010).

Destaca-se que a práxis docente demanda habilidades intelectuais e habilidades físicas. As atividades intra ou extraclasse desenvolvidas e que são próprias da atividade requerem do professor boas condições físicas e psicológicas. Suas práticas envolvem esforço físico na busca de informações atualizadas para orientar os alunos, e ficar em pé ou sentado por um tempo prolongado escrevendo. Já o esforço mental refere-se às exigências cognitivas e psíquicas sobre o profissional, requeridas no decorrer das aulas e no tempo gasto para planejamento das atividades (CRUZ, et al., 2010).

Considerações Finais

A síndrome de burnout é resultante de um processo lento aliado ao acúmulo gradativo de situações de estresse no ambiente de trabalho. O contexto escolar e educacional se constitui em ambiente propício à ocorrência de pressões emocionais associadas ao intenso envolvimento com alunos, pais e colegas, bem como ao estresse vivenciado nas relações interpessoais conflituosas e desgastantes no trabalho.

Tal contexto justifica a realização de intervenções que minimizem o sofrimento docente. Diante dessa demanda deve-se estabelecer políticas voltadas a este profissional no sentido de desenvolver estratégias direcionadas à promoção da saúde mental. Tais intervenções devem ser pautadas na identificação de fatores institucionais que apresentam comprometimento ou dificultam a *práxis* docente.

No tocante ao problema investigado neste estudo, conclui-se que no grupo de professores pesquisados (escola Municipal e Estadual), é expressivo o número daqueles que não possui (43%) conhecimento sobre a síndrome de burnout. Neste sentido faz-se necessário ações que permitam aos professores conhecerem mais sobre si próprio, assim como sobre os fatores capazes de promover saúde ou adoecimento, presentes no contexto educacional.

Referências

- ANDALO, Carmem Silvia de Arruda. O papel do psicólogo escolar. **Psicol. Cienc. Prof.**, vol.4, n.1, p.43-46. 1984.
- ALMEIDA, Camila Viana; et al. Síndrome de Burnout em professores: um estudo comparativo na região do Grande ABC paulista. **Rev. Eletrônica Gestão e Serviços**, v.2, n.1, jan/jul. 2011.
- AMARAL, João J. F. **Como fazer uma pesquisa bibliográfica**. Fortaleza. 2007. Disponível em: <https://cienciassaude.medicina.ufg.br/up/150/o/Anexo_C5_Como_fazer_pesquisa_bibliograf_ica.pdf>. Acesso em: 02 mar. 2017.
- ARAÚJO, Valéria Alaide de; FREIRE, Jéssica Magalhães; OLIVEIRA, Marcos Vinícius Macedo de. Síndrome de burnout em professores das escolas públicas do município de Buenópolis, MG. **Rev. Aten. Saúde**, São Caetano do Sul, v. 15, n. 52, p. 5-10, abr./jun., 2017.
- BATISTA, Jaqueline Brito Vidal et al. Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. **Rev. Bras. Epidemiol.** v. 13, p. 502-512, 2010.
- BENEVIDES-PEREIRA, Ana Maria Teresa. Considerações sobre a síndrome de burnout e seu impacto no ensino. **Bol. psicol.**, vol. 62, n.137, p. 155-168. 2012.
- BENEVIDES-PEREIRA, Ana Maria Teresa; YAMASHITA, Danielle; TAKAHASHI, Rogério Massanobu. E os educadores, como estão? **REMPEC - Ensino, Saúde e Ambiente**, v.3 n 3, p.151-170, Dez. 2010.

- BRASIL. Ministério da saúde. **Organização pan-americana da saúde: doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para serviços de saúde.** Brasília-DF: Ministério da Saúde, 2001. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/doencas_relacionadas_trabalho1.pdf>. Acesso em: 20 jun. 2017.
- CARLOTTO, Mary Sandra. A síndrome de burnout e o trabalho docente. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 7, n. 1, p. 21-29, jan./jun. 2002.
- CARLOTTO, Mary Sandra. Síndrome de Burnout em Professores: Prevalência e Fatores Associados. **Psic.: Teor. e Pesq.**, Brasília, v. 27 n. 4, p. 403-410, Out-Dez, 2011.
- CARLOTTO, Mary Sandra et al. Prevalência e factores associados à Síndrome de Burnout nos professores de ensino especial. **Aná. Psicológica**, v. 30, n. 3, p. 315-327. jul. 2012.
- CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Síndrome de Burnout e estratégias de enfrentamento em professores de escolas públicas e privadas. **Psic. da Ed.**, São Paulo, n 26. p. 29-46. 2008.
- CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Análise fatorial do Maslach Burnout Inventory (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. **Psicol. estud.** v.9, n.3, p. 499-505. 2004.
- CARVALHO, Fatima Araújo de. **O mal-estar docente: das chamas devastadoras (burnout) às flamas da esperança-ação (resiliência).** 2003. (Dissertação) Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 2003.
- CODO, Wanderley. **Educação, carinho e trabalho: Burnout, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação.** 3º ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 1999.
- CRUZ, Roberto Moraes et al. Saúde docente, condições e carga de trabalho. **Revista Electrónica de Investigación y Docência (REID)**, p. 147-160, jul. 2010.
- DIEHL, Liciane; CARLOTTO, Mary Sandra. Conhecimento de professores sobre a síndrome de burnout: processo, fatores de risco e consequências. **Psicologia em Estudo**. Maringá, v. 19, n. 4 p. 741-752, out./dez. 2014.
- DELGADO, Blanca Doménech. Introduccion al síndrome "burnout" en profesores y maestros y su abordaje terapêutico. **Psicologia Educativa**, vol.1, nº1, 1995. Disponível em: <<http://www.copmadrid.org/webcopm/publicaciones/educativa/1995/arti6.htm>>. Acesso em: 21 set. 2017.
- FONSECA, João José Saraiva da. **Metodologia da pesquisa científica.** Universidade Estadual do Ceará – UECE. 2002.
- GASPARINI, Sandra Maria; BARRETO, Sandhi Maria; ASSUNÇÃO, Ada Ávila. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. **Educ. Pesqui.**, v. 31, n. 2, p. 189-199. 2005.
- GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.
- JBEILI, Chafic. **Síndrome de Burnout: identificação, tratamento e prevenção.** Cartilha informativa de prevenção à Síndrome de Burnout em professores, 2008. Disponível em: <<http://www.sinpro-rio.org.br/download/cartilhas/burnout.pdf>>. Acesso: 18 nov. 2016.
- LEVY, Gisele Cristine Tenório de Machado; NUNES SOBRINHO, Francisco de Paula; SOUZA, Carlos Alberto Absalão de. **Síndrome de Burnout em professores da rede pública.** São Paulo-UERJ. 2009.
- LIPP, Marilda. **O estresse do professor.** Campinas, SP: Papyrus, 2002.
- REIS, Eduardo J. F. Borges dos et al. Docência e exaustão emocional. **Educ. Soc.**, Campinas, v. 27, n. 94, p. 229-253, jan./abr. 2006.
- SILVA, Graziela Nascimento da; CARLOTTO, Mary Sandra. Síndrome de Burnout: um estudo com professores da rede pública. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 7. n.2, p. 145- 153. 2003.
- SIMÕES, Elaine Cristina. **Investigação de esgotamento físico e emocional (burnout) entre professores usuários de um hospital público do município de São Paulo.** 2014, 107 f. (Dissertação - Epidemiologia) Programa de Pós-Graduação em Saúde Pública da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, SP. 2014.
- SIQUEIRA, Sueli. **O trabalho e a pesquisa científica na construção do conhecimento.** 2. ed. Minas Gerais: UNIVALE, 2005.
- SOUZA, Aparecida Neri de; LEITE, Marcia de Paula. Condições de trabalho e suas repercussões na saúde dos professores da educação básica no Brasil. **Educ. Soc.**, Campinas, v. 32, n. 117, p. 1105-1121, Out./Dez. 2011.
- SOUZA, Sandra et al. **Síndrome de burnout e valores humanos em professores da rede pública estadual da cidade de João Pessoa: um estudo correlacional.** Universidade Federal da Paraíba-UFPB, Brasil. Análise Psicológica, 2016.