



SÍNDROME DE *BURNOUT* E CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS EM DOCENTES DO ENSINO MÉDIO EM ESCOLAS PÚBLICAS DE CAMPINA GRANDE (PB)

Kaíza Rafaelle Lucas Martins Barros¹
Silvânia da Cruz Barbosa²
Ana Cristina Rabelo Loureiro³
Tanise Kely Bezerra de Souza⁴

RESUMO

Burnout é uma síndrome psicológica que se desenvolve como uma reação ao estresse crônico no trabalho, sendo constituída de três dimensões: Exaustão Emocional, Despersonalização e Realização Profissional. Essa pesquisa foi realizada em 23 escolas estaduais urbanas de Campina Grande-PB para avaliar os níveis de *burnout* e sua relação com as características sociodemográficas dos docentes do ensino médio. Participaram 227 docentes (amostra de 31%). Aplicaram-se os instrumentos *Maslach Burnout Inventory* e uma Ficha Sociodemográfica. Foram efetuadas estatísticas descritivas (média, frequência, desvio-padrão, porcentagem), inferenciais (teste t de *Student*, ANOVA), correlação de *Pearson* e análise de *Cluster*. Os resultados identificaram duas configurações de *Burnout*: 1) Moderado e 2) Avançado, em 20,7% e 60,8% da amostra, respectivamente. A reduzida Realização Profissional se destacou como a dimensão mais afetada do *burnout*, apresentando correlação inversa com número de filhos ($r = -0,14$; $p < 0,05$) e diferenças estatisticamente significativas com estado civil ($F = 2,91$; $p \leq 0,02$) e com religião ($F = 3,66$; $p \leq 0,01$). Sugere-se que as escolas priorizem medidas de apoio psicológico aos docentes adoecidos pela SB, bem como políticas públicas de educação que contemplem a valorização da saúde mental do docente, investindo em sua formação e em melhores condições de trabalho, enfocando, principalmente, as relações interpessoais no ambiente escolar e o desenvolvimento de competências voltadas ao autoconhecimento de emoções positivas e habilidades de comunicação.

Palavras-chave: *Burnout*; Trabalho Docente; Políticas Públicas.

INTRODUÇÃO

As transformações na economia capitalista, iniciadas na década de 1970, possibilitaram a implantação de uma política de trabalho flexível, combinando inovações de produtos/processos que passam a requerer um perfil de trabalhador flexível, capaz de aprender e de se ajustar continuamente ao mercado (ANTUNES & PINTO, 2017). Se atribuiu à educação a responsabilidade pela formação e qualificação desse novo tipo de trabalhador, o que tem

¹ Mestranda em Psicologia da Saúde pela Universidade Estadual da Paraíba – UEPB, kaizambarros@gmail.com

² Doutora em Psicologia Social pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN, silv.barbosa@gmail.com;

³ Doutora em Psicologia Social pela Universidade Federal da Paraíba – UFPB, anacristinaloureiro1@gmail.com

⁴ Mestranda em Modelos de Decisão e Saúde pela Universidade Federal da Paraíba – UFPB, tanise_kely@hotmail.com

ampliado as exigências sobre o trabalho do professor, sem, no entanto, lhes ser garantido os meios tangíveis e intangíveis para executá-lo adequadamente (FACCI; URT & BARROS, 2018). O descompasso entre as novas exigências e a ausência ou insuficiência de recursos tem surtido efeitos nocivos profundos na saúde mental do professorado, deixando lacunas entreabertas entre o real e o ideal no processo educativo, rastros de prejuízos pessoais que fazem dessa ocupação uma das mais estressantes no mundo, e, conforme os relatórios da Organização Internacional do Trabalho (OIT), a segunda profissão mais acometida pela Síndrome de *Burnout* (SB) (CARLOTTO et al., 2018; FERNANDES & VANDENBERGUE, 2018; HANZELMANN et al., 2020).

Em meados de 1970, a SB ganhou visibilidade científica, nos Estados Unidos, após as pesquisas clínicas desenvolvidas pelo psicanalista Freudenberg (1974) e as pesquisas psicossociais da psicóloga Maslach (1976). Além dessas duas abordagens pioneiras, o debate científico sobre o tema tem gerado outras perspectivas teóricas importantes, tais como: organizacional, sócio-histórica, e existencial (CASTRO, 2013; TAMAYO, 2015), porém, de acordo com Vieira (2010), a perspectiva psicossocial (MASLACH, 1976; MASLACH & JACKSON, 1981) obteve maior aceitação científica, definindo *burnout* como uma síndrome psicológica que surge como uma reação ao estresse crônico no trabalho, constituída de três dimensões:

A primeira dimensão, Exaustão Emocional (EE), representa o aspecto do estresse individual da síndrome; se manifesta pela sensação de fadiga extrema, esgotamento da energia mental e física do trabalhador devido à alta demanda no trabalho. A segunda, Despersonalização (DE), representa o aspecto interpessoal da síndrome, se expressa por atitudes de dureza, distanciamento afetivo, cinismo e indiferença em relação aos usuários dos serviços e aos colegas de trabalho. A terceira dimensão, Realização Profissional (RP), reflete o aspecto de autoavaliação da síndrome e se apresenta de forma invertida, refletindo quanto o trabalhador experimenta insatisfação profissional, desmotivação no trabalho, sensação de fracasso e de ineficácia no desempenho das atividades, sendo avaliada, portanto, a partir de uma reduzida Realização Profissional (rRP) (MASLACH, 1993; MASLACH; SHAUFELI & LEITER, 2001).

O desencadeamento da SB em professores decorre da sua exposição à estressores psicossociais como, sobrecarga de trabalho dentro e fora do espaço escolar, salas de aula superlotadas, baixos salários, desvalorização social da profissão, insuficiência de recursos pedagógicos, insegurança e violência na escola, dificuldade nas relações interpessoais, questões sobre carreira no magistério, múltiplos empregos, horários de trabalho extenuantes, e jornadas

de dois ou três turnos (ARRAZ, 2018; CARLOTTO & PALAZZO, 2006; FERENHOF & FERENHOF, 2001).

Esses estressores, embora possam ser vivenciados por professores de qualquer nível de ensino e de qualquer tipo de escola, seja pública ou privada, urbana ou rural (CARLOTTO, 2010), alguns autores (FERENHOF & FERENHOF, 2001; ROMEU, 1987) consideram que, no Brasil, eles são ainda mais intensos nas escolas públicas devido à falta de amparo e de prioridade das autoridades políticas para com a educação pública, podendo o desamparo ser visualizado, por exemplo, nas degradações físicas das escolas, grafitagens de siglas alusivas a grupos rivais, violência, venda e consumo de drogas, etc.

Seja como for, distintos estudos apontam a docência como uma profissão de risco e que professores com *burnout* frequentemente apresentam problemas de saúde física (CARVALHO & MAGALHÃES, 2014), conflitos familiares (FREITAS et al., 2018), insatisfação no trabalho (CÂMPELO, 2019; CARLOTTO & CÂMARA, 2007; DALLACOSTA, 2014), dificuldades de desempenho (CARLOTTO et al., 2015) e desejo de abandonar a profissão (CARLOTTO, CÂMARA & OLIVEIRA, 2019; DIEHL & CARLOTTO, 2014). Alguns estudos sociodemográficos, na categoria docente, apontam como mais vulneráveis ao *burnout* as mulheres (CARLOTTO, 2003), professores jovens (CARLOTTO & CÂMARA, 2007; FARBER 1991) e solteiros (OZDEMIR, 2007). Outros estudos que buscam relacioná-lo a variáveis laborais do contexto docente têm identificado associação com elevada carga horária e quantidade de alunos atendidos (CARLOTTO & PALAZZO, 2006; MOURA, 1997), além de maior tempo de profissão (MOAMMED, 1995).

Nos ambientes educacionais a SB atingiu grandes proporções, sendo considerada um problema de saúde pública (TAMAYO, 2015) e, portanto, de grande relevância científica, visto que os danos na saúde docente geram, também, prejuízos organizacionais e sociais, como a queda de produtividade e a baixa qualidade dos serviços educacionais prestados à sociedade. Para que o professor possa prevenir ou enfrentar os sintomas da SB, tão prejudiciais a si, à escola e à sociedade, faz-se necessário que as políticas públicas de educação e de saúde do trabalhador contemplem aspectos que minimizem os problemas ocupacionais e melhorem as condições de trabalho desses profissionais. Sabe-se que o Plano Nacional de Educação (2015), no seu Art. 2º prevê a valorização dos profissionais da educação (inciso IX) e a promoção dos princípios aos direitos humanos (inciso X), no entanto, a literatura (FERREIRA et al., 2009; LIMA & LIMA-FILHO, 2009; SCHEIBE, 2010) é rica em apontar que, efetivamente, pouco se tem avançado na garantia dos direitos e da saúde desses trabalhadores.

Essa pesquisa foi realizada em 23 escolas estaduais urbanas de Campina Grande, Paraíba, com objetivo de avaliar os níveis de *burnout* e sua relação com as características sociodemográficas dos docentes do ensino médio. A pesquisa partiu das seguintes questões: os professores do ensino médio de Campina Grande apresentam sintomas de *burnout*? Quais dimensões de *burnout* se relacionam significativamente às características sociodemográficas da amostra?

MÉTODO

Tipo de estudo, local e participantes da pesquisa

A pesquisa é quantitativa, descritiva, *ex post facto* e de corte transversal. Esse tipo de estudo possibilita descrever um fenômeno, num dado momento, explorando relações entre variáveis, sem, no entanto, manipulá-las (GIL, 2002). Foi realizada em 23 escolas estaduais de Campina Grande, onde 732 docentes lecionam em nível médio de ensino. O tamanho da amostra foi definido por amostragem acidental não probabilística, por conveniência (NOBRE et al., 2017), incluindo o número máximo possível de docentes disponíveis nas escolas e que, após serem convidados, aceitaram participar da pesquisa. Foram excluídos os professores com contratos temporários de trabalho, os aposentados e os que estavam temporariamente afastados do serviço (p. ex. licença trabalhista, férias, capacitação docente). Com esse procedimento obteve-se a participação de 227 docentes, correspondendo a uma amostra de 31% da população.

Instrumentos

Foi utilizado como instrumento o *Maslach Burnout Inventory* (MBI – versão ED) – da autoria de Maslach e Jackson (1981), este instrumento foi usado em sua versão *Education Survey* (MBI-ED) por ser específico para avaliar níveis de *burnout* em profissionais de educação. Este instrumento possui 22 itens distribuídos numa escala tipo *Likert* de 7 pontos, variando de 0 (nunca) a 6 (todos os dias) e nesta pesquisa se aplicou a versão traduzida, adaptada e validada por Carlotto e Câmara (2004). Estas autoras usaram o sistema de pontuação de 1 a 5 que tinha sido recomendado por Tamayo (1997) após identificar dificuldades dos brasileiros em responder muitos itens da escala original americana com categorias de frequência de 7 pontos. Dessa forma, a escala ficou assim definida: 1 ‘nunca’, 2 ‘algumas vezes ao ano’, 3 ‘algumas vezes ao mês’, 4 ‘algumas vezes na semana’, e 5 ‘diariamente’ para avaliar os fatores: Exaustão Emocional (EE), com nove itens que avaliam a sensação de fadiga extrema e falta de

energia no trabalho e na vida pessoal ($\alpha = 0,88$; exemplo de item: ‘Sinto-me emocionalmente decepcionado com o meu trabalho’); Despersonalização (DE), com cinco itens referentes ao sentimento de indiferença e hostilidade em relação aos usuários e aos colegas de trabalho ($\alpha = 0,58$; exemplo de item ‘Sinto que me tornei mais duro com as pessoas, desde que comecei este trabalho’); reduzida Realização Profissional (rRP), com oito itens invertidos que avaliam sentimentos de insatisfação e de ineficiência do indivíduo em relação ao trabalho ($\alpha = 0,82$; exemplo de item ‘Creio que consigo muitas coisas valiosas nesse trabalho’). O MBI permite diagnosticar que um indivíduo está acometido por *burnout* quando ele apresenta elevados escores em EE e em DE, seguidos de baixos escores em RP, visto que nessa última dimensão a escala de pontuação é invertida.

Ficha Sociodemográfica elaborada pelos autores do artigo para coletar informações biográficas (idade, sexo, estado civil, número de filhos, escolaridade, religião) e sócio-ocupacionais (tempo de profissão, renda salarial, carga horária de trabalho) para caracterizar a amostra e explorar as relações com as dimensões de *burnout*.

Procedimento de coleta de dados

A coleta dos dados foi iniciada após receber a autorização da 3ª Região de Ensino e Cultura do Município de Campina Grande - PB e a aprovação do Comitê de Ética da Universidade Estadual da Paraíba (UEPB), sob o protocolo de nº 0667.0.133.000-11. Para inserir na pesquisa professores das 23 escolas estaduais, foram necessárias duas etapas de coleta dos dados, sendo a primeira realizada em três ambientes distintos onde eles estavam fazendo um curso de capacitação docente. Como nessa etapa não foi possível abarcar todas as escolas, realizou-se a segunda fase da coleta diretamente nas escolas que não tinham liberado os professores para participar da referida capacitação.

Os instrumentos foram organizados em um único protocolo, juntamente com um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) contendo informações sobre o objetivo da pesquisa, o anonimato, o sigilo das respostas, e o caráter de voluntariedade em permanecer ou se desligar da pesquisa, em qualquer momento, sem que quaisquer prejuízos pessoal ou institucional. O tempo gasto para responder o protocolo foi de aproximadamente 20 minutos.

Os dados foram armazenados no programa *Statistical Package for Social Science* (SPSS), por meio do qual foram efetuadas análises estatísticas descritivas (média, frequência, desvio-padrão e porcentagem) e inferenciais, como o teste *t de Student*, análise de variância (ANOVA) e correlação de *Pearson*, tomando-se as variáveis do questionário sociodemográfico. Efetuou-se, também, a análise de conglomerados (*Cluster*) para identificar as semelhanças e diferenças significativas dos grupos. Nos resultados foram exclusivamente discutidas as variáveis sociodemográficas que apresentaram alguma evidência de associação com as dimensões de *burnout*. O nível de significância adotado foi para um *p* menor do que 0,05.

RESULTADOS

Os dados biográficos indicam que a amostra é composta por 65,2% de professores do sexo feminino e 34,8% do sexo masculino. A maioria tem de 1 a 2 filhos (46,7%), contudo há uma boa parcela sem filhos (36,1%). A média de idade é de 40 anos, variando de 20 a 65 anos, com concentração na faixa de 41 a 50 anos (34,4%). O estado civil da maioria é casado (48,5%), seguido da condição de solteiro (31,3%). O grau de escolaridade predominante é de pós-graduação *lato sensu* (48%). Referente à religião, predominou a católica (53,7%), seguida da evangélica (19,4%).

Os dados sócio-ocupacionais indicam que o tempo de profissão se concentra na faixa de 1 a 15 anos (50,7%), seguido de 16 a 30 anos (37,9%). Mais da metade da amostra (60,4%) possui outra fonte de renda, seja exercendo a docência em mais de uma escola ou exercendo outro tipo de atividade (p.ex. músico, segurança, balconista, contador, farmacêutico). A renda mensal varia de um a dois salários mínimos (37,9%), seguido de dois a três salários mínimos (23,8%). A carga horária de trabalho da maioria (60,2%) gira em torno de 20 a 40 horas semanais, sendo que 29,2% trabalha acima de 40 horas.

Para calcular os níveis de *burnout* (baixo, médio, alto) de cada fator do MBI, foram usados os pontos de corte propostos pelo Grupo de Estudos e Pesquisas em Estresse e *Burnout* – GEPEB (BENEVIDES-PEREIRA, 2002), quais sejam: no fator EE (15 = Baixo; 16-25 = Médio; 26 = Alto); no fator Despersonalização (2 = Baixo; 3-8 = Médio; 9 = Alto); no fator Realização Profissional (33 = Baixo; 34-42 = Médio; 43 = Alto).

Os resultados descritivos (Tabela 1) indicam médias de 22,78 (*dp* = 4,59) para Exaustão Emocional, de 8,50 (*dp* = 0,50) para Despersonalização, e de 33,05 (*dp* = 0,63) para reduzida Realização Profissional. Estes resultados revelam altos níveis de Exaustão Emocional em 71 professores (31,3%), altos níveis de Despersonalização em 110 professores (48,5%) e reduzidos

níveis de Realização Profissional em 203 professores (89,4%), sendo essa última dimensão a mais afetada, atingindo praticamente toda a amostra.

Tabela 1. Níveis de burnout em docentes do ensino médio de Campina Grande.

Fator	M	DP	Nível	Número de sujeitos	%
Exaustão Emocional N = 211 (93,0%)	22,78	4,59	Baixo	54	23,8
			Médio	86	37,9
			Alto	71	31,3
Despersonalização N = 221 (97,4%)	8,50	0,50	Baixo	-	-
			Médio	111	48,9
			Alto	110	48,5
reduzida Realização Profissional N = 203 (89,4%)	33,05	0,63	Baixo	203	89,4
			Médio	-	-
			Alto	-	-

Para identificar configurações de *burnout* na amostra, se aplicou a técnica de análise de Conglomerados (*Cluster*) que consiste em dividir a amostra em subgrupos e combinar os escores atribuídos aos indicadores de *burnout*, identificando as diferenças significativas entre os grupos, e, também, as semelhanças dentro do próprio grupo. O resultado (Tabela 2) identificou 185 professores (85% da amostra) divididos em dois grupos com perfis de *Burnout*, designados: Moderado e Avançado.

O primeiro grupo (*Burnout Moderado*), reúne 47 professores (20,7%) com duas dimensões da síndrome afetadas (Despersonalização e reduzida Realização Profissional), sinalizando um resultado crítico ou agudo que permite classificá-lo como um grupo portador de *Burnout Moderado*. O segundo grupo (*Burnout Avançado*), mais numeroso, reúne 138 professores (60,8%) com todas as dimensões da síndrome bastante atingidas, sinalizando uma situação grave ou crônica que permite classificá-lo como um grupo portador de *Burnout Avançado*.

Tabela 2. Combinação dos escores nos três indicadores de *Burnout*.

Fatores	<i>Burnout Moderado</i>	<i>Burnout Avançado</i>
Exaustão Emocional	Baixo	Alto
Despersonalização	Médio	Alto
Realização Profissional	Baixo	Baixo
N (185/227)	47	138

Nota: a análise de *cluster* mostrou na tabela da Anova que todas as variáveis consideradas na análise são capazes de diferenciar significativamente os grupos ($p \leq 0,001$).

Se calculou o coeficiente de correlação de *Pearson* (aplicando-se o teste de significância bicaudal, com eliminação dos casos em branco através do método *pairwise*) para verificar a força de magnitude entre os indicadores de *burnout* e as variáveis sociodemográficas. Os resultados indicam que os níveis altos de Despersonalização se correlacionaram negativamente com idade ($r = -0,16$; $p < 0,05$) e com número de filhos ($r = -0,14$; $p < 0,05$), sugerindo que os professores mais jovens e sem filhos apresentam mais frieza nas relações interpessoais. Os altos níveis de Exaustão Emocional se mostraram diretamente influenciados pela variável carga horária ($r = 0,18$; $p < 0,01$), sugerindo que quanto mais horas dedicadas ao trabalho maior o esgotamento psíquico. Os baixos níveis de Realização Profissional (rRP) apresentaram correlação negativa com número de filhos ($r = -0,14$; $p < 0,05$), sugerindo que os docentes com menos filhos se percebem mais ineficazes e profissionalmente insatisfeitos.

O cálculo de tabela cruzada mostrou que os professores mais despersonalizados têm menos de 20 anos (22,1%) e no máximo 40 anos de idade (35,6%), sem filhos (66,4%); os mais exauridos emocionalmente cumprem jornada de trabalho acima de 40 horas semanais (39,4%); os que se declaram mais insatisfeitos profissionalmente não têm filhos (59,9%). Esses resultados corroboram a pesquisa de Carlotto e Palazzo (2006), no que diz respeito às variáveis idade e número de filhos, sugerindo que docentes mais jovens apresentam maiores níveis de *burnout* e os que têm filhos, apresentam os menores níveis.

Aplicando-se o teste *t* de *Student* não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas ($p < 0,05$) entre as médias dos fatores de *burnout* para homens e mulheres (Tabela 3).

Tabela 3. Comparação das médias dos fatores de *burnout* entre homens e mulheres.

Fatores de <i>burnout</i>	Sexo	Média	Desvio-padrão	Teste t
Exaustão Emocional	Masculino	2,40	0,80	$t = 1,20$
	Feminino	2,55	0,94	$p = 0,23$
Despersonalização	Masculino	1,84	0,74	$t = 0,79$
	Feminino	1,92	0,80	$p = 0,43$
red. Realização Profissional	Masculino	2,36	0,78	$t = -1,11$
	Feminino	2,23	0,79	$p = 0,27$

Efetuando-se uma Anova (teste *post hoc* de LSD) para comparar as médias obtidas nos três fatores de *burnout* por características sociodemográficas, foram encontradas diferenças estatisticamente significativas nas variáveis, estado civil ($F = 2,91$; $p < 0,02$), religião ($F = 3,66$; $p < 0,01$) e escolaridade ($F = 3,51$; $p < 0,01$), indicando que os docentes pouco realizados profissionalmente (rRP) são os que convivem maritalmente com outra pessoa, os que se

declaram sem religião e os que seguem a doutrina espírita; enquanto os mais despersonalizados são os pós-graduados em nível de mestrado (Tabela 4).

Tabela 4. Média dos fatores usados para medir burnout por características sociodemográficas

Fatores de burnout	Estado civil	Média	Desvio-Padrão	Razão F	
red. Realização Profissional	Solteiro	2,26	0,76	$F(4,198) = 2,91; p \leq 0,02$	
	Casado	2,21	0,80		
	Viúvo	2,13	0,58		
	Separado/divorciado	2,15	0,69		
	Convivendo com outra pessoa	2,96	0,88		
		Religião	Média	Desvio-Padrão	Razão F
		Católica	2,20	0,75	$F(4,197) = 3,66; p < 0,01$
		Evangélico	2,04	0,70	
		Sem religião	2,60	0,91	
		Espírita	2,60	0,71	
	Escolaridade	Média	Desvio-Padrão	Razão F	
Despersonalização	Superior incompleto	2,16	0,79	$F(3,217) = 3,51; p < 0,01$	
	Superior completo	1,81	0,75		
	Especialização	1,83	0,75		
	Mestrado	2,36	0,90		

DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Os resultados indicaram que a amostra está acometida de *burnout* em graus Moderado e Avançado. Em ambas as configurações, os baixos níveis de Realização Profissional se destacam como os mais visíveis, seguidos dos altos níveis de Despersonalização, sendo essas duas dimensões de *burnout* que mais se correlacionaram com as características sociodemográficas.

Sabe-se que a reduzida Realização Profissional representa o aspecto de autoavaliação da síndrome e que essa dimensão geralmente está associada a ausência ou insuficiência de recursos tangíveis que pode dificultar o alcance de objetivos profissionais, conduzindo os professores a se sentirem ineficaz e, muitas vezes, culpados pelo baixo rendimento. Note-se que a amostra dos professores de escolas públicas, como tantas outras no Brasil, vem sendo cada vez mais precarizadas em relação às privadas (FERENHOF & FERENHOF, 2002; FRANÇA & GONÇALVES, 2010; ROMEU, 1987), considerando que se exige do professorado grande esforço para lidar não apenas com os estressores típicos da profissão, como também suportar a

desvalorização social do ofício e o descuido dos governantes para com a educação pública. Conforme sublinha Esteve (1999) e Silva (2006), a precarização das condições de trabalho tem interferido no desempenho docente, conduzindo o professor a um sentimento de ineficácia, e, conseqüentemente, a insatisfação profissional, já que seus esforços lhe parecem inúteis para alcançar o ideal de ser um bom educador e valorizado como tal.

A Despersonalização, segunda dimensão mais afetada na amostra, representa o aspecto interpessoal da síndrome, podendo estar associada ao perfil de aluno do ensino médio, geralmente formado por adolescentes menores de 17 anos. Embora estressante em qualquer nível de ensino (CARLOTTO, 2010), uma das especificidades da docência no ensino médio e que intensifica a complexidade da profissão de ensinar, é que o professor precisa não apenas lecionar com domínio de conhecimento, mas também ser habilidoso para lidar com as características dessa faixa etária. Geralmente, é na adolescência que ocorrem maiores conflitos na relação professor-aluno sendo frequentes as queixas relacionadas a dificuldades de comportamento do alunado (CAMPÊLO, 2009; CARLOTTO, 2010). Além da indisciplina de alunos adolescentes nesse nível de ensino, estudos exploratórios (BENACHIO & ROSI, 2008; DAOLIO & NEUFELD, 2017) têm confirmado que uma das fontes de estresse mais comum em professores é o próprio estresse que muitos alunos experimentam nos períodos de exames do ENEM e dos vestibulares.

Embora os estudos sobre a associação entre *burnout* e características sociodemográficas não se mostrem concludentes, essa pesquisa corrobora o estudo de Gil-Monte e Peiró (1997) sobre profissionais mais jovens serem, provavelmente, mais propensos à síndrome, e também o estudo de Maslach, Schaufeli e Leiter (2001) sobre o grau de escolaridade do professor estar associado ao desencadeamento do *burnout*. Esses dois estudos sugerem que o *burnout* vem acometendo profissionais com menos de 30 anos de idade, e que os mais escolarizados tendem a formular maiores expectativas quanto ao futuro de sua carreira e sucesso na vida, porém quando seus ideais lhes parecem inatingíveis podem se sentir profissionalmente frustrados e desenvolver *burnout*.

Sobre a jornada de trabalho os resultados corroboram as pesquisas de Batista et al. (2010) e de Garcia e Benevides-Pereira (2003), indicando que a elevada carga horária semanal do trabalho docente (40 horas ou mais) interfere na Exaustão Emocional. Assim como em outros estudos (SILVA et al, 2017; SILVA; BOLSONI-SILVA & LOUREIRO, 2018) que dizem ser comum entre o professorado brasileiro assumir vários empregos para aumentar a renda salarial, constatou-se 60,4% da amostra nessa situação. Conjuntamente, estes resultados da carga horária e de múltiplos empregos sugerem, por um lado, existir um processo de

pauperização entre os professores, e por outro lado, uma possível intensificação do trabalho físico, cognitivo e emocional, já que no ofício docente, além das horas trabalhadas na escola, é muito comum o professor transportar para o seu lar as atividades escolares que não puderam ser concluídas na própria escola. Ademais, ter múltiplos empregos e jornadas extenuantes de trabalho constituem sérios fatores de risco à saúde psíquica do docente, visto que o expõe por mais tempo aos estressores de diferentes ambientes laborais e, simultaneamente, lhe subtrai horas de folga que poderiam ser dedicadas ao convívio familiar, à prática de esportes e ao lazer.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A docência é uma das atividades mais importantes e necessárias no mundo pela sua essencialidade na formação do cidadão reflexivo e educado. A perda de sentido do trabalho e o sentimento de impotência para torná-lo mais significativo têm levado muitos professores a desenvolver *burnout*. A presente pesquisa identificou a presença das três dimensões de *burnout* afetadas, com destaque para a reduzida Realização Profissional, que se mostrou a mais atingida na amostra, e que, talvez, esteja refletindo o sentimento de desvalorização social do professorado em consequência da precarização das condições do trabalho docente e do descaso governamental para com a educação e com os educadores brasileiros, lhes frustrando as expectativas profissionais.

Ressalta-se que os estudos no Brasil sobre *burnout* em professores ainda são incipientes e não têm se mostrado concludentes quanto à associação da síndrome às variáveis sociodemográficas, dificultando uma comparação mais detalhada com outros estudos. Os resultados, entretanto, sinalizam a importância de intervenções psicológicas que contemplem essas variáveis e auxiliem a comunidade escolar a lidar com o estresse laboral, notadamente dos professores mais jovens, mais escolarizados, e que têm jornadas duplas e triplas de trabalho. Defende-se, então, que haja uma valorização efetiva da carreira docente nas políticas públicas de educação, promovendo-se melhores condições de trabalho, seja do ponto de vista financeiro e material, seja do ponto de vista subjetivo, com ênfase nas relações interpessoais entre os membros da comunidade escolar. Faz-se necessário, portanto, um investimento na formação do docente, seja na graduação, desde o início da sua carreira, seja no ambiente de trabalho, no sentido de desenvolver competências e habilidades para melhor lidar com as dificuldades encontradas na profissão. Tais competências incluem o autoconhecimento emocional, o conhecimento de emoções positivas, a empatia e as habilidades de comunicação, amplamente abordados na Psicologia Positiva.

Sugere-se, então, o desenvolvimento de novos estudos fundamentados na Psicologia Positiva que possam identificar as principais forças e virtudes que promovem o funcionamento positivo dos docentes (ou de pessoas que escolhem o ofício docente), e que podem ser desenvolvidas e geridas para melhor desempenho no trabalho. Considera-se igualmente importante que se façam estudos comparando-se os níveis de *burnout* entre professores de escolas públicas e privadas, identificando possíveis diferenças que favoreçam o trabalho dos profissionais de educação e que venham nortear o futuro dessa profissão. Por fim, recomenda-se cautela quanto aos resultados da presente pesquisa, uma vez que ela foi realizada dentro de um contexto sociolaboral específico composto por uma amostra não-probabilística, o que implica baixo poder de generalizá-la para outras realidades institucionais ou para outros professores.

REFERÊNCIAS

ANTUNES, R.; PINTO, G. A. **A Fábrica da educação: da especialização taylorista à flexibilização toyotista**. São Paulo: Cortez, 2017.

ARRAZ, F. M. A síndrome de *burnout* em docentes. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**, [s.l.], v. 3, n. 7, p. 34-47, 2018. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/saude/burnout-em-docentes> Acesso em: 30 de ago. 2020.

BATISTA, J. B. V; CARLOTTO, M. S.; COUTINHO, A. S.; AUGUSTO, L. G. S. Prevalência da síndrome de *burnout* e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, SP, v. 13, p. 502-512, 2010. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2010000300013. Acesso em: 23 de set. 2020.

BENACHIO, M. V.; ROSI, K. R. B. S. O estresse docente no ensino médio da rede pública estadual de Campo Grande – MS: estudo exploratório. **Revista Multitemas**, Campo Grande, MS, v. 1, n. 36, p. 47-62, 2008. Disponível em: <https://www.multitemas.ucdb.br/multitemas/article/view/670/694>. Acesso em: 23 de set. 2020.

BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

BRASIL. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. **Plano Nacional de Educação PNE 2014-2024**. Brasília, DF: Inep, 2015. Disponível em: <http://portal.inep.gov.br/documents/186968/485745/Plano+Nacional+de+Educa%C3%A7%C3%A3o+PNE+2014-2024++Linha+de+Base/c2dd0faa-7227-40ee-a520-12c6fc77700f?version=1.1> Acesso em: 23 de set. 2020.

CAMPÊLO, C. **Síndrome de *burnout* e alterações cognitivas: um estudo com professores do ensino médio, em regime noturno, na cidade de Campina Grande – PB. Relatório PIBIC/UEPB, 2009.**

CAMPÊLO, M. P. S. **Síndrome de *burnout* e satisfação laboral em professores no Juazeiro do Norte.** 2019. (Dissertação de Mestrado). Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Lisboa, 2019. Disponível em <http://hdl.handle.net/10437/9697> Acesso em: 31 de ago. 2020.

CARLOTTO, M. S. Síndrome de *burnout*: diferenças segundo níveis de ensino. **Revista PsicoPUCRS.** [s.l.], v. 41, n. 4, p. 495-502, 2010. Disponível em: <file:///C:/Users/kaiza/Downloads/4881-Texto%20do%20artigo-29241-1-10-20110201.pdf>. Acesso em: 23 de ago. 2020.

CARLOTTO, M. S. Síndrome de *burnout* e gênero em docentes de instituições particulares de ensino. **Revista de Psicologia da Universidade do Contestado**, [s.l.], n. 1, v.1, p. 15-23, 2003. Disponível em www.nead.uncnet.br/revista/psicologia. Acesso em: 23 de set. 2020.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Análise fatorial do *Maslach Burnout Inventory* (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. **Revista Psicologia em Estudo**, [s.l.], v. 9, n. 3, p. 499-505, 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/pe/v9n3/v9n3a17.pdf>. Acesso em: 13 de ago. 2020.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Preditores da Síndrome de *Burnout* em professores. **Psicologia Escolar e Educacional**, [s.l.], v 11, n. 1, p. 101-110, 2007. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1413-85572007000100010&lng=en&nrm=iso&tlng=pt. Acesso em: 23 de ago. 2020.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Propriedades psicométricas do *Maslach Burnout Inventory* em amostra multifuncional. **Estudos de Psicologia**, Campinas, SP, v. 24, n. 3, p. 325-332, 2007. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-166X2007000300004&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 13 de ago. 2020.

CARLOTTO, M. S., CÂMARA, S. G., DIEHL, L., ELY, K., FREITAS, I. M.; SCHNEIDER, G. A. Estressores ocupacionais e estratégias de enfrentamento. **Revista Subjetividades**, Fortaleza, CE, v. 18, n. 1, p. 92-105, 2018. Disponível em: <https://periodicos.unifor.br/rmes/article/view/6462>. Acesso em: 13 de ago. 2020.

CARLOTTO, M. S., CÂMARA, S. G., OLIVEIRA, M. E. T. Intenção de abandono profissional entre professores: o papel dos estressores ocupacionais. **Revista Brasileira de Educação**, Rio de Janeiro, RJ, v. 24, p. 1-18, 2019. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-24782019000100223&tlng=pt. Acesso em: 13 de ago. 2020.

CARLOTTO, M. S., DIAS, S. R. S., BATISTA, J. B. V.; DIEHL, L. O papel mediador da autoeficácia na relação entre a sobrecarga de trabalho e as dimensões de *burnout* em professores. **Revista Psico-USF**, Itatiba, SP, v. 20, n. 1, p. 13-23, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-82712015200102> Acesso em: 31 de ago. 2020.

CARLOTTO, M. S.; PALAZZO, L. S. Síndrome de *burnout* e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, RJ, v. 22, n. 5, p. 1017-1026, 2006. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/csp/v22n5/14.pdf>. Acesso em: 23 de set. 2020.

CARVALHO, C. G.; MAGALHÃES S. R. Inteligência emocional como estratégia de prevenção contra a síndrome de *burnout*. **Revista Universidade do Vale Rio Verde**, Três corações, MG, v. 11, n. 2, p. 540-550, 2013. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5892/ruvrd.v11i2.540550>. Acesso em: 31 de ago. 2020.

CASTRO, F. G. *Burnout* e complexidade histórica. **Psicologia, Organizações e Trabalho**, Florianópolis, SC, v. 13, n. 1, p. 49-60, abr. 2013. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572013000100005. Acesso em: 22 de set. 2020.

DALLACOSTA, F. M. **Avaliação do nível de satisfação no trabalho e dos sintomas de *burnout* em docentes da área de saúde.** (Tese de Doutorado) Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Brasil, 2014. Disponível em <https://tede2.pucrs.br/tede2/bitstream/tede/1791/1/464260.pdf>. Acesso em: 31 de ago. 2020.

DAOLIO, C. C.; NEUFELD, C. B. Intervenção para stress e ansiedade em pré-vestibulandos: estudo piloto. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, Florianópolis, SC, v. 18, n. 2, p. 129-140, 2017. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902017000200002. Acesso em: 31 de ago. 2020.

DIEHL, L.; CARLOTTO, M. S. Conhecimento de professores sobre a Síndrome de *Burnout*: Processo, fatores de risco e consequências. **Psicologia em Estudo**, Maringá, PR, v. 19, n. 4, p. 741-752, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/pe/v19n4/1413-7372-pe-19-04-00741.pdf>. Acesso em: 31 de ago. 2020.

ESTEVE, J. M. **O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores.** Bauru: EDUSC, 1999.

FACCI, M. G. D.; URT, S. C.; BARROS, A. T. F. Professor readaptado: a precarização do trabalho docente e o adoecimento. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 22, n. 2, p. 281-290, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/pee/v22n2/2175-3539-pee-22-02-281.pdf>. Acesso em: 23 de set. 2020.

FARBER, B. A. **Crisis in education. Stress and *burnout* in the American teacher.** São Francisco: Jossey-Bass Inc, 1991.

FERENHOF, I. A.; FERENHOF, E. A síndrome de *burnout* em professores influenciará a educação? **Revista de Educação Brasileira**, v. 23, n. 47, p. 109-130, 2001.

FERENHOF, I. A.; FERENHOF, E. *Burnout* em professores. **EccoS Revista Científica**. São Paulo, SP, v. 4, n.1, p. 131-151, 2002. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/715/71540108.pdf>. Acesso em: 23 de ago. 2020.

FERNANDES, G. C. P. S.; VANDENBERGUE, L. O estresse, o professor e o trabalho docente. **Revista Labor**, Fortaleza, CE, v. 1, n. 19, p. 75-86, 2018. Disponível em: http://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/38413/1/2018_art_gcpsfernandeslvandenbergue.pdf Acesso em: 23 de ago. 2020.

FERREIRA, L. P.; SERVILHA, E. A. M.; MASSON, M. L. V. REINALDI, M. B. F. M. Políticas públicas e voz do professor: caracterização das leis brasileiras. **Revista da Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia**, [s.l.], v. 14, n. 1, 2009. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S151680342009000100003&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 23 de ago. 2020.

FRANÇA, M. T. A.; GONÇALVES, F de O. Provisão pública e privada de educação fundamental: diferenças de qualidade medidas por meio de *propensity score*. **Revista de Economia Aplicada**, [s.l.], v. 14, n. 4, p. 373-390, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/ecoa/v14n4/a06v14n4.pdf>. Acesso em: 22 de ago. 2020.

FREITAS, T. L. L.; FOSCHERA, J. A.; SCHNEIDER, V., SANTOS, M. E. C. R.; HENDGES, L. G.; MATTOS, V. B. Síndrome de *Burnout*: implicações conflituosas entre relações profissionais e familiares. **Revista Barbarói**, Santa Cruz do Sul, RS, v. 51, n. 1, p. 212-226, 2018. Disponível em: <https://online.unisc.br/seer/index.php/barbaroi/article/view/4033> Acesso em: 31 de agosto de 2020.

FREUDENBERGER, H. Staff burn-out. **Journal of Social Issues**, v. 30, n. 1, p. 159-165, 1974.

GARCIA, L. P.; BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. Investigando o burnout em professores universitários. **Revista Eletrônica InterAção Psy**, v. 1, n. 1, p 76-89, 2003

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2002.

GIL-MONTE, P.; PEIRÓ, J. M. **Desgaste psíquico en el trabajo**: el síndrome de quemarse. Madrid: Síntese Psicologia, 1997.

HANZELMANN, R. S., PEREIRA, E. A. A., VELASCO, A. R., SILVA, A. S., OLIVERIA, E. B.; PASSOS, J. P. Estresse do professor do ensino fundamental: o ambiente em evidência. **Research, Society and Development**, [s.l.], v. 9, n. 8, p. 1-20, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i8.2910>. Acesso em: 31 de ago. 2020.

LIMA, M. F. E. M.; LIMA-FILHO, D. de O. Condições de trabalho e saúde do/a professor/a universitário/a. **Revista Ciências & Cognição**, [s.l.], v. 14, n. 3, p. 062-082, nov. 2009. Disponível em: <http://www.cienciasecognicao.org/revista/index.php/cec/article/view/253/136>. Acesso em: 23 de set. 2020.

MASLACH, C. *Burn-Out*: the loss of human caring. **Human Behavior**, v. 5, p. 16-22, 1976.

MASLACH, C. *Burnout*: a multidimensionalidade perspective. In: SHAUFEI, W. B.; MASLACH, C.; MAREK, T. (Eds.). **Professional burnout**: recent developments in theory and research. New York: Taylor & Francis, 1993, p. 19-32.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. **Maslach burnout inventory**. Palo Alto: Consulting Psychologist Press, 1981.

MASLACH, C.; SCHAUFELI, W. B.; LEITER, M. P. Job *Burnout*. **Annual Review Psychology**, [s.l.], v. 52, p. 397-422, 2001. Disponível em: <https://www.annualreviews.org/doi/pdf/10.1146/annurev.psych.52.1.397>. Acesso em: 23 de set. 2020.

MOAMMED, A. A. The effect of some personality traits, sex, and experience on teacher *burnout*. **Derasat Nafseyah**; v. 5, n. 2, p. 345-76, 1995.

MOURA, E. P.G. **Saúde mental e trabalho: esgotamento profissional em professores da rede de ensino particular de Pelotas, RS**. (Dissertação de Mestrado). Instituto de Psicologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Brasil, 1997. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=000136&pid=S1413855720030002000400028&lng=pt. Acesso em: 23 de set. 2020.

NOBRE, F. C.; CORRÊA, D. A.; NEPOMUCENO, L. H.; NOBRE, L. H. N.; SOUZA, A. J.; SIQUEIRA-FILHO, V. A amostragem na pesquisa de natureza científica em um campo multiparadigmático: peculiaridades do método qualitativo. **Revista Espacios**, [s.l.], v. 38, n. 22, p. 157-166, 2017. Disponível em <https://www.revistaespacios.com/a17v38n22/a17v38n21p13.pdf>. Acesso em: 23 de ago. 2020.

OZDEMIR, Y. The role of classroom management efficacy in predicting teacher *burnout*. **International Journal Social Science**, [s.l.], v. 2, n. 4, p. 257-63, 2007. Disponível em: https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/58352468/2007_Sinif_Yonetimi_ve_Tukenmislik.pdf?1549545666=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DThe_Role_of_Classroom_Management_Efficac.pdf&Expires=1600894887&Signature=ER4xVO-VtoqKAadvXVLLIXFRHZDa6gvt2ZFIYfgLH6PFp1PBcL5zpxy3qUJtQjETjXY-wNgW61T1~MDBMuELFmaqaxvFxUypbVyW8IM7MJoCRxrShbJIZs91ku9yhc5wNDLvZqcYGHNu47~xYrPwDyB2vfZwXjscxMzcV3oIVgNPn49vTX5aXO6Mi3mrPdW7u4VzNGrdjNjRg5DxQqDWgnW-Jh7X8QLwgOvIYGQLkH-nlINt5ngP83ZiWEIFwSDTFYIELTH2iGP9ty7yzxHOC3n~ygG9ALozlgbmHJ5OIJv6McyQpQgbSylj-yi-Whe8zA9t4WwnaEP0wo-WOaPw_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA Acesso em: 22 de set. 2020.

ROMEU, S. A. **Escola: objetivos organizacionais e objetivos educacionais**. São Paulo: EPU, 1987.

SCHEIBE, L. Valorização e formação dos professores para a educação básica: questões desafiadoras para um novo Plano Nacional de Educação. **Educação & Sociedade**, Campinas, SP, v. 31, n. 112, p. 981-1000, 2010. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S010173302010000300017&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 23 de set. 2020.

SILVA, M. E. P. Burnout: por que sofrem os professores? **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 6, n. 1, p. 89-98, 2006. Disponível em: <http://www.revispsi.uerj.br/v6n1/artigos/PDF/v6n1a08.pdf> Acesso em: 28 de set. 2020.

SILVA, F. A.; MAIA, M. F. M.; LIMA, C. A. G.; GUEDES, I. T.; PEDREIRA, K. C.; SILVA, D. A. S.; PETROSKI, E. L. Fatores que prevalecem ao esgotamento profissional em professores. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 25, n. 2, p. 333-339, 2017. Disponível em <http://dx.doi.org/10.4322/0104-4931.ctoAO0822>. Acesso em: 23 de set. 2020.

SILVA, N. R.; BOLSONI-SILVA, A. T.; LOUREIRO, S. R. *Burnout* e depressão em professores do ensino fundamental: um estudo correlacional. **Revista Brasileira de Educação**, Rio de Janeiro, RJ, v. 23, p. 1-18, 2018. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S141324782018000100240&script=sci_arttext&tlng=pt Acesso em: 22 de set. 2020.

TAMAYO, M. R. **Relação entre a síndrome do burnout e os valores organizacionais no pessoal de enfermagem de dois hospitais públicos**. (Dissertação de Mestrado) em Psicologia, Universidade de Brasília, Brasília, 1997.

TAMAYO, M. R. *Burnout*. In: BENDASSOLLI, P. F.; BORGES-ANDRADE, J. E. (Orgs.). **Dicionário de Psicologia do Trabalho e das Organizações**. São Paulo: Casa do Psicólogo. p.139-146, 2015.

VIEIRA, I. Conceito(s) de *burnout*: questões atuais de pesquisa e a contribuição clínica. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, São Paulo, SP, v. 35, n. 122, p. 269-276, 2010. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0303-76572010000200009&lng=en&nrm=iso&tlng=pt. Acesso em: 23 de set. 2020.