

SÍNDROME DE *BURNOUT* E ESTRESSORES LABORAIS: ESTUDO COM PROFESSORES DO ENSINO MÉDIO NOTURNO

Ana Cristina Rabêlo Loureiro¹; Silvânia da Cruz Barbosa²; Lílian Michelly Carvalho
Marinho³; Ana Luiza Silva Lima⁴

RESUMO

Esta pesquisa teve como objetivo avaliar sintomas da Síndrome de *Burnout* (SB) em docentes do ensino médio noturno na cidade de Campina Grande, PB, e sua possível associação com a percepção de estressores laborais. Participaram 125 professores (amostra de 59,5%). Foram utilizados os instrumentos: *Maslach Burnout Inventory*, um Questionário Laboral e um Questionário Sociodemográfico. Aplicou-se a técnica de análise de conteúdo temática e estatísticas descritivas, com auxílio do *software Statistical Package for Social Science*. Os resultados indicam que a SB se apresenta na amostra em níveis elevados de desânimo no trabalho (Exaustão Emocional), moderados de distanciamento afetivo nas relações interpessoais (Despersonalização) e elevados de frustração profissional (reduzida Realização Profissional), estando estes sintomas associados à vários estressores laborais (problemas com alunado e com companheiros de trabalho, déficits de saúde física, carga de trabalho excessiva, desvalorização da profissão, etc.). Ademais, constatou-se absenteísmo em 26,4% da amostra devido a enfermidades contraídas no trabalho, indicando que as consequências negativas da SB já se manifestam no plano individual e organizacional, sendo previsível que possam prejudicar a eficácia docente e a qualidade dos serviços prestados à escola e à sociedade.

Palavras-chave: *Burnout*; Trabalho; Estresse Ocupacional; Professores.

INTRODUÇÃO

A partir do final do século XX o capitalismo inicia um conjunto de reformas estruturais, combinando inovações tecnológicas, produtivas e gerenciais, que possibilita flexibilizar o trabalho no interior de fábricas e escritórios. Para formar e qualificar trabalhadores flexíveis capazes de suprir as demandas do novo capitalismo a educação e o educador passam a ser centrais, conduzindo os países capitalistas a investirem em reformas educacionais (ANTUNES; PINTO, 2017; ARAÚJO; PEREIRA & RIBEIRO, 2020).

¹ Doutora em Psicologia Social pela Universidade Federal da Paraíba UFPB, anacristinaloureiro1@gmail.com

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

³ Graduada em Psicologia pela Universidade Estadual da Paraíba UEPB, lilianmichelly.psi@gmail.com

⁴ Graduada em Psicologia pela Universidade Estadual da Paraíba UEPB, annasilva271@hotmail.com

De modo geral, os planos de reformas educacionais têm gerado, conforme as especificidades sociais, políticas e econômicas de cada país, aumento das atividades, dos encargos e compromissos docentes, sem, no entanto, ter sido propiciado ao professor os recursos necessários para que ele possa atender eficazmente às novas demandas e metas educacionais (ESTEVE, 1999; CORTEZ, SOUZA, AMARAL & SILVA, 2017; COSTA & OLIVEIRA, 2011). No contexto das reformas educacionais, alguns fenômenos como: intensificação do trabalho, flexibilização nas formas de contratação dos professores, desvalorização profissional e arrocho salarial (OLIVEIRA & PIRES, 2014; PIOVEZAN & DAL-RI, 2019), possibilitaram ampliar o processo de precarização do emprego e das condições do trabalho docente, fazendo dessa profissão uma das mais estressantes e expostas a riscos psicossociais no trabalho (ABACAR; ROAZZI & BUENO, 2017; CARLOTTO, et al., 2018; VALE & AGUILLERA, 2016).

Estudos sobre a dinâmica de precarização vivenciada na docência (p. ex. COSTA & OLIVEIRA, 2011; FACCI & URT, 2017; FINAMOR-NETO; 2014; PEREIRA, 2012; SANCHES & GAMA, 2016), chamam a atenção para a multiexposição do professor a fatores psicossociais desestruturantes, que o fragiliza física e emocionalmente, conduzindo ao surgimento de um -
várias formas, sendo a Síndrome de *Burnout* (SB) uma das mais nefastas por se tratar de uma experiência negativa (cognitiva, emocional e atitudinal) frente ao próprio trabalho e às pessoas (colegas, alunos e familiares de alunos) com quem os docentes interagem no ambiente laboral.

A SB é um distúrbio emocional (não psicótico) que surge como uma reação ao estresse crônico no trabalho (MASLACH & JACKSON, 1981). Geralmente acomete trabalhadores dinâmicos, idealistas e engajados no trabalho, levando

necessária na preparação de pessoas reflexivas e educadas, e o professor, sendo um dos artífices da educação, precisa estar bem para educar bem.

Se sabe que a atividade docente pode ser estressante em qualquer tipo de escola (pública ou privada) e em qualquer nível de ensino (CARLOTTO, 2010), mas, alguns autores (FERENHOF & FERENHOF, 2001; ROMEU, 1987) consideram que, no Brasil, o estresse é mais intenso nas escolas públicas do que nas privadas devido à falta de prioridade, e até mesmo de descaso, das autoridades políticas brasileiras para com a educação pública. Diferentes pesquisas (ARRAZ, 2018; CARDOSO; LIRA, SOUSA & PINHO, 2019; DIAS & SILVA, 2020) ressaltam que, frequentemente, o professorado de escolas públicas recebe baixos salários, dispõe de recursos materiais insuficientes, enfrenta salas de aula superlotadas, convive com insegurança e violência nas escolas, com excesso e acúmulo de trabalho, com a desvalorização social da profissão e, em função dos baixos rendimentos, assume outros empregos e carga horária de trabalho elevada (às vezes leciona em três turnos).

Ademais, estudos (GONÇALVES; PASSOS & PASSOS, 2005; TOGNI & CARVALHO, 2007) indicam que as especificidades da docência no ensino médio noturno intensificam a complexidade da profissão de ensinar porque exige do professor uma atuação que requer, além do domínio de conhecimentos, habilidade para superar o próprio cansaço do turno da noite (sobretudo se estiver no terceiro turno de trabalho diário), lidar com o cansaço do aluno-trabalhador (boa parte do alunado do nível médio trabalha oito ou mais horas diárias, não raro em atividades extenuantes) e com o desafio de lecionar conteúdos que nem sempre estão na pauta de interesse do aluno-trabalhador.

Pelo exposto, a presente pesquisa foi realizada com docentes do ensino médio noturno das escolas públicas de Campina Grande (PB) com objetivo de avaliar sintomas da Síndrome de *Burnout* e possível associação com a percepção de estressores laborais.

Se utilizou a abordagem psicossociológica, formulada por Maslach e Jackson (1981), a qual compreende o aparecimento da SB associado à percepção que os indivíduos têm do meio laboral em que estão inseridos, e não às suas predisposições psíquicas. Para sintetizar essa abordagem se tomou como ponto de partida as décadas de 1970 até 1990, período em que o fenômeno começa a ser observado, teorizado e avaliado.

Abordagem psicossociológica de Maslach sobre *Burnout*

O vocábulo *burnout* foi introduzido no meio científico por Bradley, em 1969, e na literatura da Psicologia, no início da década de 1970, quando emergem estudos pioneiros com

posicionamentos teóricos distintos sobre a SB. Os estudos clínicos do psiquiatra Freudenberg (1974) descrevem *burnout* como um estado de elevado esgotamento energético no trabalho que se inicia com uma inquietação, decepção e perda de interesse profissional, aumentando à medida que a alegria de trabalhar vai desaparecendo. Os estudos psicossociológicos da psicóloga Maslach (1976), divergindo da perspectiva clínica, pressupõem que a influência do meio assume papel preponderante e que os traços de personalidade têm menor peso no desencadeamento do quadro. Para esta psicóloga, o desgaste psíquico não seria um problema interno das pessoas, mas da percepção que elas têm do ambiente social em que trabalham.

As primeiras pesquisas da década de 1970 eram, em sua maioria, de caráter descritivo e de natureza qualitativa, usando técnicas como, entrevistas, estudo de casos e observações *in loco*. Na década de 1980 as pesquisas deslocam-se para uma fase mais empírica, sistemática e quantitativa, com elaboração e uso de escalas psicométricas (MASLACH & JACKSON, 1981). Na década de 1990 prossegue a fase empírica, se intensifica o uso de ferramentas estatísticas e começam os estudos longitudinais (MASLACH, SCHAUFELI & LEITER, 2001).

Atualmente existem várias perspectivas teóricas sobre SB, como por exemplo, organizacional, sociohistórica e existencialista (SALANOVA & LLORENS, 2011; LOPES, 2011), e vários instrumentos para avaliar a síndrome, por exemplo, *Staff Burnout Scale for Health Professionals*, *Cuestionário del Burnout para Profesores*, *Escala de Caracterização do Burnout*. Porém, segundo Vieira (2010), o modelo psicossociológico e o instrumento *Maslach Burnout Inventory* (MBI), criado por Maslach e Jackson (1981), contam com maior aceitação no meio científico para estudar *burnout* como uma síndrome constituída de três dimensões interdependentes: Exaustão Emocional (EE), Despersonalização (DE) e Realização Profissional (RP).

A primeira dimensão, Exaustão Emocional (EE), consiste em sentimentos de fadiga intensa, falta de energia para enfrentar o dia de trabalho e sensação de estar sendo exigido além dos limites emocionais. A segunda dimensão, Despersonalização (DE), se manifesta por atitudes de frieza e distanciamento emocional em relação às pessoas no trabalho; muitas vezes o indivíduo manifesta cinismo ou se mostra indiferente aos problemas e dificuldades alheias. A terceira dimensão, Realização Profissional (RP), se refere ao sentimento de satisfação profissional, entusiasmo e motivação no trabalho. Enquanto sintoma da síndrome, essa última dimensão se apresenta de forma invertida, ou seja, o trabalhador expressa insatisfação com o desempenho, desmotivação e sensação de fracasso no trabalho, sendo avaliada, portanto, a partir de reduzida Realização Profissional (rRP).

Tomando por base a avaliação destas três dimensões, um indivíduo está com a SB quando apresenta altos níveis de Exaustão Emocional e de Despersonalização, seguido de baixos níveis de Realização Profissional (MASLACH & LEITER, 1999; VIEIRA et al., 2006), sendo que a predominância e a ordem de aparecimento de cada dimensão dependerá de como os indivíduos percebem as condições de trabalho (MASLACH, 2009).

No Brasil, o primeiro estudo de grande porte sobre SB em educadores foi realizado por Codo e Vasquez-Menezes (1999), envolvendo uma amostra de 52 mil profissionais da rede pública (professores, funcionários e especialistas em educação) atuantes em 1.440 escolas situadas em todos os Estados brasileiros. Os resultados desse estudo indicaram que quase metade da população (48,4%) apresentou elevado desgaste mental provocado por extrema dedicação profissional e baixa remuneração, desvalorização profissional, baixa autoestima, e por trabalhar em condições precárias e extenuantes que dificultam alcançar bons resultados. Outros estudos vêm demonstrando que a SB em professores está associada a problemas de insatisfação no trabalho (CÂMPELO, 2019; CARLOTTO & CÂMARA, 2007; DALLACOSTA, 2014), autoestima negativa (PEDRO & PEIXOTO, 2006), diversos problemas físicos de saúde (CARVALHO & MAGALHÃES, 2014; GOMES et al., 2010).

Apesar de existir um número consistente de pesquisas sobre *burnout* em professores, uma das dificuldades para reexame da literatura é que nem sempre os autores explicitam o nível de ensino da amostra. Apesar dessa dificuldade, foi possível selecionar quatro estudos que oferecem uma ideia do desgaste mental em amostras específicas de professores do ensino médio. Um deles, desenvolvido por Genuíno, Gomes e Moraes (2010) indica que os mesmos professores com sintomas de *burnout* também apresentam déficits de memória, tensão muscular, cansaço físico constante, sensação de boca ressecada, vontade súbita de iniciar novos projetos fora do âmbito educacional, gastrite, dor ou nó no estômago, aumento da sudorese, entusiasmo seguido de irritabilidade excessiva.

Em outro estudo (CARLOTTO, 2010), os resultados indicam que os professores do ensino médio quando comparados aos dos níveis infantil, fundamental e universitário, apresentam maiores índices de Despersonalização e menores índices de Realização Profissional. Verificou-se que o ensino médio concentrou maior número de professores afetados nas três dimensões de *burnout*, e que nesse nível de ensino quanto maior a carga horária de trabalho e o número de alunos, maior a Despersonalização e menor a Realização Profissional dos professores. Carlotto e Palazzo (2006) observaram, em outra pesquisa, que também a dimensão Exaustão Emocional está relacionada com carga horária elevada e maior número de alunos. Na pesquisa de Lopes (2011) com 53 professores de uma escola inclusiva, o fator com

maior média foi reduzida Realização Profissional, atingindo principalmente os que ganham abaixo de dois salários mínimos. Os resultados da análise bivariada identificaram que os maiores índices de *burnout* foram encontrados nos professores com vínculos efetivos (concurados) e nos que lecionam acima de seis anos. De modo geral, os resultados dos quatro estudos apontam na direção de que as variáveis em questão afetam sobremaneira as três dimensões da SB.

Um aspecto preocupante é que os prejuízos decorrentes da SB não afetam somente o professor, mas também a organização e a sociedade, visto que provoca um ciclo degenerativo na eficácia do exercício docente ameaçando a qualidade do ensino e a formação de futuras gerações. Assim, os potenciais danos e agravos à saúde física e mental dos professores podem trazer sérios prejuízos à educação, queda de produtividade e baixa qualidade dos serviços educacionais conduzindo à resultados pífios na formação dos educandos.

Para melhor estimular atitudes preventivas e de tratamento nos professores e na organização não basta diagnosticar a síndrome, sendo necessário identificar quais são as fontes geradoras de estresse no ambiente escolar. Com essa finalidade, a presente pesquisa fez um elo entre as três dimensões de *burnout* e os estressores laborais percebidos por docentes do ensino médio noturno.

MÉTODO

Tipo de estudo, local

professores disponíveis nas escolas, e que após serem convidados, aceitaram participar da pesquisa.

Foram incluídos na amostra exclusivamente os docentes com vínculo empregatício efetivo, em pleno exercício da função e que concordaram participar da pesquisa assinando um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foram excluídos os que lecionavam somente em turno diurno, bem como os aposentados, os que estavam na condição de desviados da função docente, e os que estavam legalmente afastados do trabalho (p. ex. férias, licença médica) ou ausentes no período em que se coletou os dados.

Obteve-se a participação de 125 professores, correspondendo a uma amostra de 59,5%. A maioria é do sexo masculino (60,8%), casada (57,6%), com idade variando entre 19 a 61 anos ($M = 39,3$; $dp = 9,66$). Mais da metade tem pós-graduação *lato sensu* (49,6%), seguido do nível superior (40,8%). Verificou-se que 57,6% têm em média 11 anos de docência ($dp = 8,2$), existindo casos com até 30 anos, o que configura um grupo profissionalmente experiente. Boa parte (39,2%) possui mais de um emprego remunerado, no entanto, somados todos os empregos, a renda mensal de 68% da amostra é apenas ligeiramente acima de três salários mínimos. A maioria (68%) leciona entre 20 e 40 horas semanais, mas existe um percentual expressivo da (19,2%) trabalhando acima de 45 horas semanais.

Instrumentos

Para avaliar os níveis da síndrome de *burnout* nas suas três dimensões constituintes (EE, DE e rRP), utilizou-se o *Maslach Burnout Inventory* (versão *Educator's Survey*), edição espanhola de Seisdedos (1997), traduzida e adaptada pelo Grupo de Estudos e Pesquisas em Estresse e *Burnout* GEPEB (BENEVIDES-PEREIRA, 2001). Esta escala possui 22 itens que variam de 0 (nunca) a 6 (todo os dias), com alfas de *Cronbach* de 0,84 para a subescala EE, de 0,57 para a subescala DP, e de 0,76 para os itens invertidos da subescala RP.

Para identificar os principais estressores do ambiente de trabalho percebidos pelos professores, elaborou-se um Questionário Laboral com perguntas que indagaram sobre o significado pessoal e social do trabalho docente, sobre quais aspectos do trabalho são considerados prazerosos e quais são estressantes, sobre as vantagens e desvantagens do horário noturno, e se os professores apresentam algum problema de saúde, permanente ou frequente, causado pelo exercício docente.

Para descrever as principais características da amostra (sexo, idade, estado civil, instrução escolar, tempo de serviço, renda mensal e carga horária de trabalho), utilizou-se um

Questionário Sociodemográfico, sendo tais características já apresentadas na seção que narra o perfil dos participantes da pesquisa.

Procedimento de coleta dos dados

Foram respeitados os regulamentos éticos das Resoluções Nº 466/12 e Nº 510/16 do Conselho Nacional de Saúde – CNS que orientam pesquisas em seres humanos. A coleta dos dados foi iniciada após se obter a anuência da 3ª Região de Ensino e Cultura e aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Estadual da Paraíba (UEPB).

Os professores que foram convidados e aceitaram participar da pesquisa receberam um protocolo, contendo todos os instrumentos, e assinaram um TCLE contendo informações sobre o objetivo da pesquisa, o anonimato e sigilo das respostas, e sobre o direito de desistência, a qualquer momento, sem nenhum tipo de prejuízo pessoal ou institucional. Os protocolos foram aplicados coletivamente nas escolas, em salas cedidas pelos gestores escolares, sendo tal aplicação previamente agendada conforme a disponibilidade de horário e tempo dos professores. O tempo gasto para preenchimento de todos os instrumentos foi, aproximadamente, 15 minutos.

Procedimento de análise dos dados

Os dados do MBI e do Questionário Sociodemográfico foram lançados no programa *Statistical Package for Social Science* (SPSS) e, em seguida, foram efetuadas análises descritivas (média, desvio padrão, porcentagens) para delinear o perfil sociodemográfico da amostra e para verificar o ponto de corte das três subescalas do MBI.

No que diz respeito ao Questionário Laboral, as respostas foram categorizadas aplicando-se a técnica de análise de conteúdo temática (BARDIN, 2010). O primeiro passo consistiu em uma leitura flutuante das respostas que permitiu aos pesquisadores ir conhecendo o texto e se deixando captar pelas primeiras impressões, possibilitando uma pré-categorização das respostas. Em seguida, procedeu-se com a identificação e codificação das categorias empíricas encontradas. Após essa fase, dois juízes também se debruçaram sobre os dados e compararam os resultados encontrados com os da primeira autora a fim de obter o grau de concordância nas classificações. Por fim, registraram-se as categorias no banco de dados do SPSS e efetuaram-se análises estatísticas (frequência).

RESULTADOS

Recorda-se que uma pessoa acometida pela síndrome de *burnout* apresenta no MBI altos escores nos fatores EE e DE, e baixos escores no fator RP. Para calcular as médias nestes três fatores e examinar os níveis reduzido, médio e alto de cada fator, tomou-se como parâmetro os valores sugeridos pelo GEPEB (Tabela 1).

Tabela 1. Níveis da SB de acordo com os pontos de corte do MBI indicados pelo GEPEB

Fatores do MBI	Média	Níveis		
		Reduzido	Médio	Alto
Exaustão Emocional	20,93	15	16 25	26
Despersonalização	6,31	2	3 8	9
Realização Profissional	37,49	33	34 42	43

Fonte: Benevides-Pereira (2002)

Os resultados (Tabela 2) identificaram que as médias nos fatores Exaustão Emocional ($M = 24,9$; $dp = 14,2$) e Despersonalização ($M = 7,2$; $dp = 6,4$) foram maiores do que as do GEPEB, e a média do fator Realização Profissional ($M = 30,5$; $dp = 8,0$) foi menor que a do GEPEB. Quando se aplica o ponto de corte, observa-se que a Exaustão Emocional atinge 44% da amostra numa intensidade muito forte, a Despersonalização atinge graus elevados em 30,4% dos docentes e 62,4% apresenta níveis reduzidos de Realização Profissional.

Estes resultados corroboram as pesquisas de Carlotto (2010) e Lopes (2011) no que diz respeito à dimensão reduzida Realização Profissional que se destacou como a mais preocupante, atingindo ampla parcela da amostra (62,4%). Apesar do percentual alarmante, é preciso ponderar com cuidado esse resultado visto que, por ocasião da coleta dos dados, os professores deflagraram uma greve que se estendeu por cerca de quatro meses. Assim, esse percentual pode não ser, por si, indicativo de uma intensa frustração com a profissão, mas, talvez, a manifestação do descontentamento momentâneo com as condições salariais e de trabalho, reivindicadas na greve, ou com a situação de conflito e de difícil negociação com o governo estadual.

Ressalta-se que a SB surge em trabalhadores cronicamente estressados e que não conseguem enfrentar eficazmente os estressores no trabalho. Embora não se tenha dados sobre o desfecho da referida greve, é possível dizer que, o uso de estratégias combativas ao estresse (*coping*), tal como a greve, quando bem sucedidas, possibilitam aliviar tensões e recuperar o equilíbrio emocional.

Tabela 2. Médias, desvios-padrão e distribuição dos valores do MBI conforme os pontos de corte do GEPEB (N = 125)

Fator	Média	Desvio-padrão	Nível	Número de sujeitos	%
Exaustão Emocional N = 122 (97,6%)	24,9	14,2	Reduzido	42	33,6
			Médio	25	20,0
			Alto	55	44,0
Despersonalização N = 121 (96,8%)	7,2	6,4	Reduzido	47	37,6
			Médio	36	28,8
			Alto	38	30,4
Realização Profissional N = 120 (96%)	30,5	8,0	Reduzido	78	62,4
			Médio	42	33,6
			Alto	-	-

Para conhecer os principais estressores laborais percebidos pela amostra, essa pesquisa explorou as perguntas do Questionário Laboral a respeito do que os professores pensam do seu trabalho, das condições em que o executa, e dos danos causados à saúde.

Inicialmente, se perguntou o que o trabalho docente significa para eles. Observou-se que 48% das respostas apontam a docência como fonte de realização pessoal e profissional, 25,6% se refere ao trabalho como a esfera mais importante da vida, 19,2% o vê como uma fonte de renda, 16,8% o considera um compromisso social, e 16,0% como possibilidade de trocar conhecimentos. Quando perguntados se a docência é um trabalho valorizado pela sociedade, a maioria das respostas indica que os professores se sentem profissionalmente mais desvalorizados (62,4%) do que valorizados (49,6%).

Solicitou-se, em seguida, que os professores indicassem quais fatores são mais gratificantes e quais os mais estressantes no contexto laboral. A Tabela 3 mostra que o aspecto positivo mais citado nas respostas foi o relacionamento interpessoal (64%), sugerindo que trabalhar com pessoas, conviver e estabelecer contatos sociais são aspectos compensadores e motivadores. O segundo aspecto mais citado foi o sentimento de utilidade social (48% das respostas), indicando que o professor, se percebe realizando uma atividade importante e útil para a melhoria da sociedade. Relativo aos aspectos negativos (fonte de estresse), 47,2% das respostas se referem a conflitos interpessoais com o alunado e com os colegas de trabalho, 28% se referem aos problemas psicossociais e de saúde provenientes das condições de trabalho, 27,2% à déficits nos salários (27,2%) e 27,2% a desvalorização profissional.

Observa-se nesses resultados que, simultaneamente, as relação interpessoais foram fortemente citadas como um aspecto gratificante (64,0%) e estressante (47,2%), sinalizando que, talvez, o surgimento do *burnout* na amostra tenha raízes na corrosão dos relacionamentos vivenciados no dia a dia do trabalho. Observa-se, ainda, que as duas última categorias (Déficits

Econômicos e Desvalorização Profissional) apresentam o mesmo percentual de respostas, conduzindo a concluir que esses dois aspectos podem estar associados e indicando que o sentimento de insatisfação da amostra se expressa nas condições tangíveis de trabalho, notadamente nas questões salariais, como defasagem, pontualidade nos pagamentos e ajustes salariais, que durante a greve foram os quesitos mais importantes na pauta de reivindicações junto ao governo estadual.

Tabela 3. Aspectos gratificantes e estressantes percebidos no trabalho

Fatores gratificantes no trabalho docente	Frequências	%
Relacionamentos: com alunos e colegas, conviver com pessoas.	80	64,0
Sentimento de utilidade: ser útil/contribuir com a sociedade/formação/crescimento/sucesso do aluno, transformar pessoas, transmitir conhecimentos.	60	48,0
Expressividade: novas experiências, troca de experiências.	18	14,4
Total de respostas	158	100
Fatores estressantes no trabalho docente	Frequências	%
Conflitos interpessoais: desrespeito do alunado e desinteresse pelos estudos, ingratidão, intrigas com colegas, falta de cooperação/união de equipe, politicagem.	59	47,2
Problemas psicossociais e de saúde: desgastes físico e mental, estresse, pressões/cobranças, alta carga horária, levar trabalho p/casa, rotina, pouco tempo, material precário, riscos de assalto.	35	28,0
Déficits econômicos: má remuneração, baixo salário, atraso de pagamento.	34	27,2
Desvalorização profissional: falta de reconhecimento, descaso e descompromisso dos governantes.	34	27,2
Total de respostas	162	100

Nesta pesquisa todos os docentes lecionam em horário noturno, ainda que 39,2% possuam outro(s) emprego(s) e possam estar trabalhando, também, em horários diurnos (matutino e/ou vespertino). O horário noturno vem sendo apontado na literatura educacional (GONÇALVES; PASSOS & PASSOS, 2005; TOGNI & CARVALHO, 2007) como bastante problemático porque, em muitos casos, os professores já estão em seu terceiro turno de trabalho, cansados, tendo que enfrentar classes numerosas e heterogêneas, e dificuldades de infraestrutura.

Quando questionados se esse tipo de horário traz alguma consequência pessoal e para a vida familiar, observou-se um número diversificado de respostas (Tabela 4), sendo a quantidade de vantagens superior às desvantagens (97 e 64, respectivamente). Os resultados indicam que a principal vantagem de trabalhar à noite (39,3% das respostas) é dispor de mais tempo durante

o dia para realizar atividades laborais que não puderam ser concluídas na escola (planejar aulas, corrigir provas) e atividades extralaborais (resolver problemas pessoais, estudar). Corroborando a literatura (GONÇALVES; PASSOS & PASSOS, 2005; TOGNI & CARVALHO, 2007), outro aspecto vantajoso é que no horário noturno do ensino médio estudam alunos trabalhadores, de maior faixa etária, com mais maturidade e dispostos a vencer (23,2% das respostas), o que torna a docência mais gratificante e desafiadora. Mesmo que possa ser estimulante lidar com alunos trabalhadores, esses autores advertem que o turno noturno é mais sacrificante e requer disposição diária do professor para transmitir bem os conteúdos de aula.

Quando se examina as respostas sobre as desvantagens do horário noturno, observa-se que a amostra se queixa do cansaço físico e mental (17,6% das respostas), sobretudo quando lecionam em mais de uma escola ou exercem outra atividade remunerada, o que acaba acarretando acúmulo e excesso de trabalho. Outra desvantagem é a insegurança e medo na volta para casa (9,8% das respostas) tendo em vista que, geralmente, o horário de término das aulas noturnas é bastante avançado e os professores que dependem de transporte coletivo correm ainda mais riscos do que os que dispõem de veículos particulares.

Tabela 4. Vantagens e desvantagens do horário noturno de trabalho

<u>Vantagens</u>	Frequências	Proporção das respostas
Tempo diurno disponível para planejar aulas	49	39,3
Lidar com aluno trabalhador/ mais velhos/ dispostos a vencer/ desafio em lidar com limites do aluno	29	23,2
Ambiente noturno tranquilo/ agradável/ menos cansativo/ menor carga horária	8	8,4
Maior disposição física à noite/ melhor desempenho	5	4,0
Ter outra fonte de renda	4	3,2
Crescimento profissional	2	1,6
Total de respostas	97	100
<u>Desvantagens/prejuízos</u>		
Cansaço/ desgaste físico e mental/ adoecimento/ excesso de trabalho/ levar trabalho para casa	22	17,6
Sair tarde/ transportes/ insegurança	12	9,8
Carga horária elevada/ horário dificulta estudar	7	5,6
Desrespeito/ desvalorização/ Desunião entre docentes	8	6,4
Má remuneração	5	4,0
Pouco lazer	4	3,2
Má alimentação	2	1,6
Precária acomodação física	2	1,6
Desmotivação	2	1,6
Total de respostas	64	100

A SB pode se manifestar de variadas formas no indivíduo, sendo os sintomas físicos de saúde uma das mais comuns (BENEVIDES-PEREIRA, 2002; GIL-MONTE & PEIRÓ, 1997; VIEIRA, 2010). Foram levantados os principais problemas de saúde diretamente associados ao trabalho do professor solicitando que eles apontassem as enfermidades permanentes ou frequentes contraídas no trabalho, e quais delas dificultam ou os impede de comparecer à escola. As respostas (Tabela 5) indicam que 88,8% das respostas se referem à dores frequentes, 36,8% à problemas na voz e 31,2% à fadiga pelo excesso de trabalho.

Constatou-se que decorrente dessas enfermidades, 26,4% da amostra já faltaram ou se afastaram do trabalho por licença médica, sendo o problema de voz e as dores de cabeça (cefaleias) os males mais comuns para o afastamento. Resultados semelhantes sobre as causas do absenteísmo em docentes são apontadas em outras pesquisas (ESTEVE, 1999; PASCHOALINO & FIDALGO, 2010).

Tabela 5. Problemas de saúde associados ao trabalho

Enfermidades	Frequências	Proporção das Respostas
Dores (de cabeça, musculares, pernas, coluna, estômago)	111	88,8
Problema de voz	46	36,8
Cansaço/ fadiga	39	31,2
Problemas respiratórios (alergia, rinite, faringite)	33	26,4
Distúrbio do sono	26	20,8
Outros (hipertensão, anemia, problema de visão, bursite)	5	4,0
Total de Respostas	260	100,0

DISCUSSÃO

As três dimensões da SB atingem, em diferentes graus, os professores do ensino médio das escolas estaduais de Campina Grande, sendo a Realização Profissional (RP) a mais afetada. Essa dimensão representa o aspecto de autoavaliação da síndrome e, geralmente, está associada a avaliação da própria competência e ao sentimento de reconhecimento pelo trabalho. É possível que trabalhar em escolas públicas com condições possivelmente precarizadas (FERENHOF & FERENHOF, 2002; ROMEU, 1987) esteja exigindo do professor um sobreesforço psíquico para lidar não apenas com os estressores típicos da profissão, mas principalmente com a desvalorização do ofício que se manifesta de forma mais concreta nos baixos salários e na greve por melhores salários. Não há como descartar a possibilidade de que tais circunstâncias de

trabalho, cedo ou tarde, possam interferir drasticamente no desempenho docente (ESTEVE, 1999), levando o professor a cometer erros, culpar-se pelos fracassos, sentir-se inoperante no trabalho, e conseqüentemente insatisfeito quando seus esforços parecem em vão para alcançar os objetivos da educação e o valor do educador.

A Realização Profissional, além de abranger o maior número de sujeitos, é também a que está mais implícita e explicitamente no conteúdo das respostas ao Questionário Laboral por meio de sentimentos de desvalorização profissional. Nos resultados encontrados sobre a importância do trabalho docente (para si e para a sociedade), ainda que pese a importância atribuída à recompensa salarial, foi possível observar que o trabalho significa para o professor algo mais que um meio de sobrevivência. Para eles o trabalho é um importante fator de socialização com os pares, e por meio do qual é possível realizar-se como pessoa e como profissional, e também contribuir para a melhoria da sociedade. Nesses termos, a educação constitui valor intrínseco que dá sentido ao trabalho.

Apesar da alta importância atribuída ao trabalho, observou-se que a maioria das características do ambiente laboral foi percebida negativamente pelos professores e constituem ameaças à preservação do sentido do trabalho. Estudos psicossociais (ESTEVE, 1999; SELIGMANN-SILVA, 2013) têm apontado que grupos ocupacionais com atividades voltadas para a formação e desenvolvimento humano, como é o caso do professor, muitas vezes veem o seu trabalho como uma missão e mantêm grandes expectativas quanto ao que desejam realizar e ao reconhecimento que acreditam merecer. Porém quando surgem ameaças à preservação do sentido do trabalho, a síndrome de *burnout* começa a se instalar de forma insidiosa e progressiva.

Apesar da amostra atribuir mais vantagens do que desvantagens ao horário noturno de trabalho, observou-se que ao considerar vantajoso lecionar à noite porque o dia pode ser utilizado para fazer as tarefas escolares que não foram possíveis concluir no próprio ambiente de trabalho, apenas revela bem como o professor já incorporou levar trabalho para casa como uma rotina normal na vida docente.

Para a amostra, as ameaças presentes no ambiente laboral se configuram como problemas interpessoais com o alunado e com os companheiros de trabalho, déficits de saúde, carga de trabalho excessiva, e o sentimento de desvalorização social da profissão, que conjuntamente podem estar contribuindo para desencadear o processo de *burnout*.

No tocante as enfermidades que causam o absenteísmo na amostra, observou-se que dois dos problemas mais frequentes (dor e fadiga) são sintomas invisíveis que, muitas vezes, as organizações atribuem equivocadamente a preguiça ou negligência do trabalhador. O

absenteísmo na amostra, decorrente dessas enfermidades, parece revelar o alto grau de esgotamento psíquico encontrado nas três dimensões de *burnout*. O absenteísmo é, também, uma maneira de mostrar-se insatisfeito com as condições de trabalho, ou um mecanismo inconscientemente usado para restabelecer o equilíbrio emocional, podendo ser o caso dos professores estudados. Seja como for, sabe-se que o aumento do absenteísmo incide na diminuição do rendimento no trabalho, sendo previsível que as consequências da SB no professor repercutam negativamente no plano individual, organizacional e societal.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Essa pesquisa evidenciou que algumas variáveis organizacionais estressoras demandam do professor ir além das suas forças psíquicas, levando-o a desenvolver a síndrome de *burnout*. Verificou-se na pesquisa que alguns fatores laborais como, desvalorização profissional, salário deficitário, múltiplos empregos, de alguma maneira podem estar contribuindo para o aparecimento de *burnout* na amostra. A dimensão Realização Profissional da SB se apresentou como a mais afetada, podendo estar associada aos sentimentos de desvalorização do professor e a percepção de condições materiais deficitárias, como os salários.

Recomenda-se cautela com relação aos resultados desta 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 outros professores ou realidades institucionais. Os resultados, entretanto, sinalizam a importância de intervenções que contemplem as variáveis estudadas e auxiliem a comunidade escolar na busca de uma melhor qualidade de vida no trabalho e de um melhor serviço à sociedade.

Considera-se, ainda, que a divulgação dos resultados são ferramentas importantes que podem se juntar a outros elementos para subsidiar ações educativas voltadas a disseminar o conhecimento sobre a síndrome e, ao mesmo tempo, auxiliar o professor no manejo do *burnout*. Sabe-se, entretanto, que apenas o conhecimento sobre o problema não é suficiente para resolvê-lo, sendo indispensável traçar planos de políticas públicas de prevenção ao *burnout* para evitar que ele assuma maiores proporções, prejudicando ainda mais a qualidade de vida dos docentes e/ou impedindo a boa produtividade e o desenvolvimento dos projetos escolares.

Um dado que chama a atenção nos resultados, é que o um dos motivos que pode desencadear a síndrome o contato com as pessoas é a principal característica ou a motivação principal dos benefícios da prática docente na amostra. Questiona-se, o que poderá estar

ocorrendo na relação professor, aluno e instituição, que está classificando o trabalho como mais negativo e pouco prazeroso? Tal questionamento não pode ser respondido em um âmbito apenas pessoal ou institucional, podendo até mesmo suscitar outro questionamento, em nível macro, sobre a relação dessas três instâncias citadas e a política educacional.

A perspectiva psicossociológica sinaliza para a importância do foco da prevenção e do diagnóstico da síndrome de *burnout* nas questões institucionais, sociais e, especialmente, com ênfase das políticas públicas de saúde do trabalhador, o que já vem sendo pesquisado por outros autores (p. ex. SOUZA, 2010). Tal ênfase poderá contribuir para a valorização e

BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. MBI-Maslach Burnout Inventory e suas adaptações para o Brasil. **Anais da 32ª Reunião Anual de Psicologia**, p. 84-85, 2001.

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

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.

CARDOSO, A. M.; LIRA, D. C.; SOUSA, T. J.; PINHO, A. M. Síndrome de burnout e docência: uma revisão integrativa. **Revista Expressão Católica**, v. 8, n. 2, p. 7-14, 2019.

CARLOTTO, M. S. Síndrome de burnout: diferenças segundo níveis de ensino. **Revista PsicoPUC-RS**, Porto Alegre, v. 41, n. 4, p. 495-502, 2010.

CARLOTTO, M. S., CÂMARA, S. G., DIEHL, L., ELY, K., FREITAS, I. M., & SCHNEIDER, G. A. Estressores ocupacionais e estratégias de enfrentamento. **Revista Subjetividades**, v. 18, n. 1, p. 92-105, 2018.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Preditores da síndrome de burnout em professores. **Revista Psicologia Escolar e Educacional**, Uberlândia, v. 11, n. 1, p. 101-110, 2007.

CARLOTTO, M. S.; PALAZZO, L. S. Síndrome de burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro - RJ, v. 22, n. 5, p. 1017-1026, 2006.

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.

SHAUGHNESSY, J. J.; ZECHMEISTER, E. B.; ZECHMEISTER, J. S. **Metodologia de pesquisa em psicologia**. AMGH Editora, 2012.

CODO, W.; VASQUEZ-MENEZES, I. V. O que é burnout? In: CODO, W. (Org.). **Educação: Carinho e Trabalho**. Rio de Janeiro: Vozes, 1999, p. 237-254.

CORTEZ, P. A.; SOUZA, M. V. R.; AMARAL, L. O.; SILVA, L. C. A. A saúde docente no trabalho: apontamentos a partir da literatura recente. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 25, n. 1, p. 113-122, 2017.

COSTA, G. L. M.; OLIVEIRA, D. A. Trabalho docente no ensino médio no Brasil. **Perspectiva**, Florianópolis, v. 29, n. 2, p. 727-750. 2011.

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.

DIAS, B. V. B.; SILVA, P. S. S. Síndrome de Burnout em docentes: revisão integrativa sobre as causas. **Revista Cuidados em Enfermagem**, v 12, n. 1, p. 95-100, 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. **Precarização do trabalho, adoecimento e sofrimento do professor**. Teresina: EDUFPI, 2017.

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

FERENHOF, I. A.; FERENHOF, E. Burnout em professores. **Revista Avaliação e Mudança**, São Paulo, v. 4, n. 1, p. 131-151, 2002.

FINAMOR-NETO, J. G. A precarização do trabalho docente na rede estadual de educação do rio Grande do Sul: a contratação temporária de professores como flexibilização das relações de trabalho. In XV ANPED SUL. **Anais...** Florianópolis, 2004, p.1-7

FREUDENBERGER, H. J. Staff burnout. **Journal of Social Issues**, New York, v. 30, n. 1, p. 159-165, 1974.

GENUÍNO, S. L. V.; GOMES, M. S.; MORAES, E. M. O estresse ocupacional e a síndrome de burnout no ambiente de trabalho: suas influências no comportamento dos professores da rede privada do ensino médio de João Pessoa. **Revista Anagrama**, São Paulo, v. 1, n. 3, p. 1-9, 2010.

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

GOMES, A. R.; MONTENEGRO, N.; PEIXOTO, A. M. B. C.; PEIXOTO, A. R. B. C. Stress ocupacional no ensino: um estudo com professores dos 3º ciclo e ensino secundário. **Psicologia & Sociedade**, Belo Horizonte, v. 22, n. 3, p. 587-597, 2010.

GONÇALVES, L. R.; PASSOS, S. R. M. M. S.; PASSOS, A. A. Novos rumos para o ensino médio noturno como e por que fazer? **Ensaio**: avaliação e políticas públicas em educação, Rio de Janeiro, v. 13, n. 48, p. 345-360, 2005.

LAPO, F. R.; BUENO, B. Os Professores, desencanto com a profissão e abandono do magistério. **Cadernos de Pesquisa**, São Paulo, n. 118, p. 65-88, 2003.

LOPES, M. O. Síndrome de burnout: um estudo com professores do ensino médio em uma escola pública inclusiva de Belo Horizonte. 2011. Dissertação (Mestrado em Administração), Faculdade Novos Horizontes, Belo Horizonte, 2011.

MASLACH, C. Burned-out. **Human Behavior**, v. 5, n. 9, p. 16-22, 1976.

MASLACH, C. Compreendendo el burnout. **Ciencia & Trabajo**, Santiago, v. 11, n. 32, p. 37-43, 2009.

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

MASLACH, C.; LEITER, M. **The truth about burnout: how organizations cause personal stress and what to do about it**. San Francisco: Jossey-Bass Publishers, 1997.

MASLACH, C.; LEITER, M. **Trabalho: fonte de prazer ou desgaste?**. Campinas: Papirus, 1999.

MASLACH, C.; SCHAUFELI, W; LEITER, M. Job burnout. **Annual Reviews Psychology**, n. 52, p. 397-422, 2001.

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.

OLIVEIRA, L. J.; PIRES, A. P. V. Da precarização do trabalho docente no Brasil e o processo de reestruturação produtiva. **Revista do direito público**, v. 9, n. 1, p. 73-100, 2014.

OMS/OPAS-Brasil. CID: *Burnout* é um fenômeno ocupacional. 2019. Recuperado de: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5949:cid-burnout-e-um-fenomeno-ocupacional&Itemid=875

PASCHOALINO, J. B. Q.; FIDALGO, F. S. R. O Sacrossanto IDEB: a lógica atual da avaliação e impactos no currículo escolar. In: IX COLÓQUIO SOBRE QUESTÕES CURRICULARES/ V COLÓQUIO BRASILEIRO, 2010, Porto, **Anais...** Portugal, 2010, p. 4547-4557.

PEREIRA, J. A. (2012). Sofrimento mental relacionado ao trabalho docente. In: VII

SANCHES, A. P. R.; GAMA, R. P. O mal-estar docente no contexto escolar: um olhar para as produções acadêmicas brasileiras. **Laplage em revista**, v. 2, n. 3, p. 149-162, 2016.

SEISDEDOS, N. . Manual da tradução espanhola. Madrid: TEA, 1997.

SELIGMANN-SILVA, E. Psicopatologia no trabalho: aspectos contemporâneos. In: J. J. FERREIRA; L. O. PENIDO (Orgs.). **Saúde mental no trabalho**: coletânea do fórum da saúde e segurança no trabalho do estado de Goiás. Goiânia: Cir Gráfica, 2013, p. 209-237.

SILVANO, A. M. C. Possibilidades e limites da abordagem quantitativa na pesquisa em educação. **Educação, Escola e Sociedade**, v. 9, n. 9, p. 95-110, 2016.

SOUZA, C. A. A. Avaliação de medidas de burnout: políticas públicas de saúde do professor. In: LEVY, G. C. T; F. P. N. SOBRINHO (Orgs.). **A síndrome de burnout em professores do ensino regular: pesquisa, reflexões e enfrentamento**. Rio de Janeiro: Cognitiva. 2010, p. 98-116.

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, 2015, p.139-146.

TOGNI, A. C.; CARVALHO, M. J. S. A escola noturna de ensino médio no Brasil. **Revista Ibero Americana de Educación**, Buenos Aires, n. 44, p. 61-76, 2007.

VALE, P. C. S.; AGUILLERA, F. Estresse dos professores de ensino fundamental em escolas públicas: Uma revisão de literatura. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 5, n. 1, 2016.

VIEIRA, I. Conceito de burnout: questões atuais de pesquisa e a contribuição clínica. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, São Paulo, v. 35, n. 122, p. 269-276, 2010.

VIEIRA, I. et al. Burnout na clínica psiquiátrica: relato de um caso. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, Porto alegre, v. 28, n. 3, p. 352- 356, 2006.