

## A SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES DE UMA ESCOLA PÚBLICA EM PETROLINA – PE

Adriano Gomes Ferreira<sup>1</sup>; Rafaela Martins Cavalcante<sup>2</sup>; João Ferreira da Silva Filho<sup>3</sup>; Júlio Brando Messias<sup>4</sup>; Inalda Maria de Oliveira Messias<sup>5</sup>

*Universidade de Pernambuco – Campus Petrolina Email: inalda.messias@upe.br*

**Resumo:** A Síndrome de Burnout (SB) é considerada pela Organização Mundial de Saúde um risco para a saúde do trabalhador, podendo levá-lo a deterioração física ou mental, sendo atualmente uma questão de saúde pública. **Objetivos:** Avaliar a presença da Síndrome de Burnout em professores de níveis fundamental e médio de uma escola pública do município de Petrolina, Pernambuco, Brasil. **Metodologia:** estudo quantitativo e descritivo, com 20 professores do ensino fundamental II e médio utilizando um questionário autoaplicável intitulado *Maslach Burnout Inventory*. **Resultados:** Níveis altos de exaustão emocional 45%; despersonalização de 20% e Reduzida Realização Profissional de 40%. Dentre as dimensões avaliadas e classificadas, obtivemos resultados de nove professores para exaustão emocional, quatro para despersonalização e três para a reduzida realização profissional o que correspondeu a prevalência de 15% para a SB. **Conclusão:** A pesquisa se tornou relevante para uma melhor compreensão acerca da Síndrome e suas dimensões. Sugerem-se programas e políticas que promovam melhorias, através da educação e prevenção da síndrome, visando o bem estar dos docentes, promovendo qualidade de vida.

**Palavras-chave:** Docente; Exaustão profissional; Qualidade de vida

### INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout (SB) é considerada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) um risco para a saúde do trabalhador, podendo conseqüentemente levá-lo à deterioração física ou mental, sendo atualmente uma importante questão de saúde pública. Burnout é um dos agravos ocupacionais de caráter psicossocial mais importantes na sociedade devido a sua relevância no contexto das patologias laborais e sua relação para com a saúde física, mental e social dos indivíduos<sup>(1,2)</sup>.

Carlotto e colaboradores<sup>(1)</sup> dizem que, embora o estresse e o Burnout no ensino ocorram há muito tempo entre os professores, apenas nos últimos anos foi reconhecida como uma importante questão de saúde pública. Constata-se que os profissionais de ensino vêm recebendo uma crescente atenção por parte de vários investigadores, uma vez que a severidade da Síndrome nesses profissionais é identificada como de elevado risco.

A SB é resultante do estresse crônico, típico do cotidiano da vida profissional, principalmente quando existe demasiada pressão, conflitos, poucas recompensas emocionais e reconhecimento. Um dos principais aspectos da sua ocorrência é a escassez de um senso de

comunidade nas organizações, tais como a ausência de qualidade nas interações interpessoais, presença constante de conflitos, falta de suporte, grupos restritos e dificuldades no trabalho em equipe<sup>(3)</sup>.

O profissional docente apresenta grande risco de desenvolver a SB, pois, em seu ambiente de trabalho, está exposto a uma elevada exigência profissional, como atividades extraclasse, carga horária excessiva e pouco tempo para atualização, lazer e convívio social<sup>(4)</sup>. Além disso, o professor passa por situações contraditórias, como sentir a necessidade de ser companheiro do aluno, proporcionar-lhe desenvolvimento pessoal e, ao mesmo tempo, ter que julgá-lo<sup>(5)</sup>. Soma-se ainda a baixa remuneração salarial, precárias condições no ambiente de trabalho, a falta de reconhecimento social e pouca participação no planejamento de políticas institucionais<sup>(6,7)</sup>.

Para Maslach, Schaufeli e Leiter<sup>(8)</sup> a SB, em uma perspectiva social-psicológica, é definida em três dimensões: Exaustão emocional, caracterizada por falta ou escassez de energia, entusiasmo e um sentimento de esgotamento de recursos; despersonalização, que se caracteriza por tratar os clientes, colegas e a organização como objetos e; reduzida realização pessoal no trabalho, que se mostra pela tendência de o trabalhador se autoavaliar de forma negativa. Quem sofre da síndrome se sente infeliz consigo mesmo e insatisfeito com seu desenvolvimento profissional.

Se for considerado que a docência é uma profissão que aumenta a suscetibilidade à aquisição de doenças relacionadas às condições do ambiente de trabalho, torna-se importante investigar a relação existente entre a qualidade de vida do trabalhador docente e a pré-disposição para a SB<sup>(9)</sup>.

Partindo das pressuposições expostas, essa discussão se mostra bastante necessária e pertinente nos dias atuais, pois a síndrome atinge, em sua maior parte, os profissionais que lidam diretamente com pessoas, como é o caso do docente, de modo que estes são expostos diariamente a situações de estresse. Portanto, fica evidente que, tanto na natureza do trabalho do professor como no contexto em que exerce suas funções, a persistência de diversos estressores pode levar à SB, o que justifica a necessidade de investigarem-se quais variáveis afetam a saúde física e mental desses profissionais, pois através do entendimento desse fenômeno, identificação de suas etapas, dimensões e estressores, torna-se possível buscar formas de minimizar ou até mesmo prevenir essa síndrome, auxiliando tanto o docente, em sua qualidade de vida laboral, quanto os demais envolvidos no processo educativo.

Sendo assim, o objetivo deste estudo foi avaliar a presença da Síndrome de Burnout em professores de uma escola pública em Petrolina, Pernambuco, Brasil, o perfil

sociodemográfico e os principais fatores para o desenvolvimento da síndrome entre os professores.

## **METODOLOGIA**

Para o alcance dos objetivos deste trabalho, foi realizado um estudo transversal, descritivo e quantitativo, realizado em uma escola pública que atende 732 alunos do Ensino Fundamental II e Ensino Médio do município de Petrolina, localizado a 712 km da capital pernambucana, com uma população estimada de 331.951 mil habitantes segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística<sup>21</sup>.

A população de profissionais de ensino correspondia a 26 professores, e, por se tratar de um estudo populacional, todos foram elegíveis e convidados a participar, tendo-se obtida uma taxa de resposta de 76,92%, correspondente a 20 desse total. A amostra foi composta por professores efetivos, contratados e aqueles que estão fora da sala de aula, mas que prestam serviços de apoio. Foram utilizados como critérios de inclusão ser professor da referida escola em atividade, aceitar participar da pesquisa, respondendo ao questionário, e assinar o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE); como critérios de exclusão são aqueles que se recusaram a participar da pesquisa, negando-se a responder o questionário.

O instrumento da pesquisa foi um questionário autoaplicável composto de quatro blocos de questões, onde os itens 1, 2 e 3 estão relacionados à caracterização da população a ser estudada e os fatores de estresse percebidos pelos professores, adaptado por Calotto e Palazzo<sup>(10)</sup>. O bloco 4 foi baseado no instrumento *Maslach Burnout Inventory* (MBI), um instrumento validado e traduzido para o português no Brasil por Benevides-Pereira<sup>(11)</sup>, sendo composto por 22 itens que exploram três dimensões: Exaustão Emocional (9 itens), Despersonalização (5 itens) e reduzida Realização Pessoal no Trabalho (8 itens). Estes são pontuados como sendo “1” – nunca, “2” – algumas vezes ao ano, “3” – algumas vezes ao mês, “4” – algumas vezes na semana, “5” – diariamente.

Obtidos os escores das pontuações, instituíram-se os pontos de corte para cada dimensão, classificadas em níveis alto, médio e baixo. Para a Dimensão Exaustão Emocional (DEE): alto ( $\geq 27$  pontos), médio (19 a 26 pontos) e baixo ( $\leq 18$  pontos); para a Dimensão Despersonalização (DDP): alto ( $\geq 10$  pontos), médio (6 a 9 pontos) e baixo ( $\leq 5$  pontos) e para Dimensão Reduzida Realização Profissional (DRRP), os escores são inversos, assim, considera-se alto ( $\leq 33$  pontos), médio (34 a 39 pontos) e baixo ( $\geq 40$  pontos)<sup>(12)</sup>.

Em seguida, a SB foi classificada como presente (sim) ou ausente (não), ao considerar a ocorrência de altos escores nas dimensões de Exaustão Emocional e de Despersonalização e de baixos escores na dimensão Reduzida Realização Profissional<sup>(13,14)</sup>. Os dados foram tabulados utilizando o programa Microsoft Excel (Windows), versão 2010, e a sua análise foi realizada pela estatística descritiva, por meio das frequências absolutas e relativas, da medida de tendência central (média aritmética) e das medidas de dispersão (desvio padrão e amplitude).

Após a anuência do diretor da escola em vigência do ano de 2016 e a assinatura do TCLE pelos participantes da pesquisa, foram coletados os dados mediante aplicação dos questionários no período de fevereiro a abril de 2017. A Resolução nº 466/2012 foi respeitada e o projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Pernambuco - UPE sob Parecer nº 1.722.861.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A população estudada foi composta por 14 mulheres (70%) e 6 homens (30%), na faixa etária de 43-47 anos (40%), dos quais 14 eram casados (70%). Grande parte dos professores (65%) tinha mais de 11 anos de experiência profissional e, no que se refere ao tempo de experiência na referida escola, 45% trabalham há mais de 11 anos. Quanto ao turno de trabalho, 60% executam suas atividades de docência no período matutino, com carga horária semanal maior ou igual a 80 horas (50%). Em sua maioria os docentes possuem especialização (70%), atendem de 190-300 alunos diariamente (40%) e 55% trabalham exclusivamente na instituição, conforme a Tabela 1.

**Tabela 1** - Características sociodemográficas e profissionais dos professores da escola pública em Petrolina-PE.

Petrolina, Pernambuco, Brasil, 2017. (N=20)

VARIÁVEIS	N	%
<b>SEXO</b>		
Feminino	14	70
Masculino	06	30
<b>FAIXA ETÁRIA</b>		
≤ 42 anos	07	35
43-47 anos	08	40
≥ 48	05	25
<b>ESTADO CIVIL</b>		
Casado	14	70
Solteiro	02	10
Outro	04	20
<b>TEMPO DE PROFISSÃO</b>		
≤ 10 anos	07	35
≥ 11 anos	13	65
<b>TEMPO NA ESCOLA</b>		
≤ 3 anos	6	30
4-10 anos	5	25
≥ 11 anos	9	45
<b>TURNOS DE TRABALHO</b>		
Matutino	12	60
Outro	08	40
<b>CARGA HORÁRIA SEMANAL</b>		
≤ 45	07	35
50-80	03	15
≥ 80	10	50
<b>TITULAÇÃO</b>		
Especialização	14	70
Graduação	06	30
<b>ALUNOS ATENDIDOS NA DIÁRIA</b>		
100-190		
190-300	08	40
> 300	08	40
	04	20
<b>EXCLUSIVO NA INSTITUIÇÃO</b>		
Sim	11	55
Não	09	45

Fonte: Autores.

Ao distribuir os níveis de cada dimensão do MBI entre os professores da escola, verifica-se que 45% apresentaram nível alto de Exaustão Emocional (EE), semelhante ao nível baixo; 40% pontuaram nível baixo de Despersonalização (DP), semelhante ao nível médio; e 40% apresentaram nível alto de Reduzida Realização Profissional (RRP), semelhante ao nível médio. A maior média de pontos obtidos no estudo foi na dimensão RRP, exibindo um escore de 33,80 (Tabela 2).



**Tabela 2** – Distribuição dos resultados *Maslach Burnout Inventory (MBI)* entre os professores da escola pública em Petrolina-PE. Petrolina, Pernambuco, Brasil, 2017. (N=20)

DIMENSÃO	Níveis N. (%)			Média dos pontos	Desvio Padrão	Amplitude
	Baixo	Médio	Alto			
<b>Exaustão Emocional</b>	9 (45)	2 (10)	9 (45)	24.50	12.33	36 (9 a 45)
<b>Despersonalização</b>	8 (40)	8 (40)	4 (20)	7.90	4.10	15 (5 a 20)
<b>Reduzida Realização Profissional</b>	4 (20)	8 (40)	8 (40)	33.80	6.32	26 (15 a 41)

Fonte: Autores.

A SB ocorre através do desenvolvimento conjunto das três dimensões, sendo que é primeiramente desencadeada pelo surgimento da exaustão emocional, trazendo como estratégia de defesa a despersonalização, que acaba resultando em uma baixa realização profissional e um desejo de abandono da profissão<sup>(15)</sup>.

Dos professores entrevistados na escola pública, sua maioria é de mulheres, casadas, acima dos 43 anos, exercem a profissão há mais de onze anos com carga horária superior a 80 horas, devendo-se levar em consideração o fato de que boa parte desses professores possuíam outro vínculo empregatício.

De acordo com Levy<sup>(16)</sup>, os professores com mais idade e certa experiência profissional são menos vulneráveis à SB por serem bem mais capacitados para administrar situações em sala de aula, através de habilidades profissionais e recursos técnicos adquiridos ao longo da sua carreira profissional. O autor ressalta ainda que a sobrecarga e a extensa jornada de trabalho, principalmente em profissionais que trabalham mais de sessenta horas semanais, podem levar ao desconforto nos profissionais, e, conseqüentemente, o surgimento da SB.

No que se refere ao sexo feminino, em relação às mulheres que responderam ao questionário, há uma maior tendência ao desenvolvimento da SB, pois, além da jornada de trabalho profissional, a maioria precisa administrar o trabalho doméstico, o que torna a jornada de trabalho muitas vezes superior à do homem<sup>(17)</sup>.

Dentre os vinte professores avaliados quatro apresentaram altos níveis na dimensão Exaustão Emocional associados à Despersonalização e três apresentaram nível alto na dimensão Reduzida Realização Profissional. Destes, três professores apresentam características sugestivas para a SB, correspondendo a uma prevalência de 15%.

No que diz respeito à qualidade de vida dos profissionais pode-se dizer que a dimensão da exaustão emocional está relacionada aos aspectos sociais do indivíduo, corroborando com os resultados encontrados por Costa<sup>(18)</sup>, confirmando que esta dimensão afeta o desempenho do indivíduo e em que algum momento da vida poderá comprometer as relações sociais devido a desgastes físicos e psicológicos.

O relacionamento com os alunos é a base para o desenvolvimento da atividade docente e é essencial no processo de ensino e aprendizagem. Professores que conseguem manter um bom relacionamento com seus alunos são mais motivados, entusiasmados e apreciam seu ambiente de trabalho. No entanto, se esse relacionamento não for satisfatório, havendo mau comportamento dos alunos, essa situação pode se tornar fonte de estresse e pode ainda dificultar o desempenho da função docente e a obtenção dos objetivos pedagógicos<sup>(10)</sup>.

A profissão docente está integrada à sobrecarga de trabalho, pois, além das atividades que são desenvolvidas na escola, muitos professores levam afazeres para casa, o que acaba comprometendo o tempo disponível para atividades com a família ou para descanso. Um estudo<sup>(19)</sup> realizado em escolas municipais de João Pessoa - PB revela que o fato de o professor acreditar que a atividade laboral interfere na vida pessoal está relacionado à exaustão emocional e à reduzida realização profissional, pois isso gera insatisfação, distanciando o indivíduo do sentimento de realização profissional. Contudo, vale destacar que atividades de lazer podem diminuir a vulnerabilidade ao *Burnout* por proporcionar divertimento e sensação de bem-estar ao indivíduo<sup>(5)</sup>.

Este estudo mostra resultados que confirmam a teoria proposta por Maslach, que afirma que a síndrome de Burnout é um processo que é desencadeado pelo estresse no trabalho, constituídos pela exaustão emocional, despersonalização e reduzida realização profissional, onde estas dimensões têm valores individuais e são preditivas para a síndrome<sup>(19)</sup>. Nessa perspectiva, a pesquisa se torna relevante para uma melhor compreensão acerca de suas dimensões e por se tratar de um indicador ligado à saúde do trabalhador. Reconhecer essa realidade e promover medidas públicas para garantir condições de trabalho adequadas pode melhorar a qualidade de vida dos professores e contribuir para a manutenção de sua saúde física e psicológica. Destaca-se, assim, a importância de estratégias e de políticas para melhorar o ambiente escolar dos professores da educação básica<sup>(20)</sup>.

## CONCLUSÃO

A pesquisa permitiu contemplar o objetivo inicialmente proposto, tendo em vista que não visou fechar diagnósticos, uma vez que isso só poderia ser realizado por um profissional médico, e sim identificar a predisposição dos professores da escola pública de Petrolina-PE para desenvolvimento da SB, verificando as possíveis associações da SB com variáveis sociodemográficas, laborais e fatores de estresse percebidos no trabalho docente e identificar os principais fatores para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout em professores na escola.

Portanto, foi possível notar que as dimensões da SB apresentam relação direta com os domínios avaliados, sociodemográficos, laborais e psicossociais. Diante do exposto percebe-se a necessidade de atenção no gerenciamento da situação de saúde dos profissionais docentes, pois seus desgastes, tanto físicos quanto emocional podem influenciar no sucesso dos objetivos pedagógicos. Sendo assim sugerem-se programas e políticas que promovam melhorias, através da educação e prevenção da síndrome, visando o bem estar dos docentes, promovendo uma melhor qualidade de vida.



## REFERÊNCIAS

1. Carlotto MS et al. Prevalência e factores associados à Síndrome de Burnout nos professores de ensino especial. *Anal. Psicológica*. 2012;30(3):315-327.
2. Campos JADB et al. Síndrome de Burnout em graduandos de Odontologia. *Rev. bras. Epidemiologia*. 2012;15(1):155-165.
3. Palazzo LS, Carlotto MS, Aerts DRGC. Síndrome de Burnout: estudo de base populacional com servidores do setor público. *Rev. saúde pública (Online)*. 2012; 46(6):1066-1073.
4. Santos AA, Nascimento SCL. Revisão sistemática da prevalência da Síndrome de Burnout em professores do ensino fundamental e médio. *Rev baiana saúde pública*. 2011;35(2):299-319.
5. Carlotto MS. A síndrome de burnout e o trabalho docente. *Revista psicologia em estudo*. 2002;(7):21-29.
6. Benevides-Pereira AMT. Considerações sobre a síndrome de burnout e seu impacto no ensino. *Bol Psicol*. 2012;62(137):155-168.
7. Carlotto MS. Síndrome de Burnout em professores: prevalência e fatores associados. *Psicol. Teor Pesqui*. 2011;27(4):403-410.
8. Maslach C, Schaufeli WB, Leiter MP. Job burnout. *Annual Review Psychology*. 2001;52(1):397-422.
9. Melo WF et al. Síndrome de Burnout em Professores. *REBES*. 2015;5(4):1-6.
10. Carlotto MS, Palazzo LS. Síndrome de burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. *Cad. Saúde Pública*. 2006;22(5):1017-1026.
11. Benevides-Pereira AMT. Burnout: o processo de adoecer pelo trabalho. In: Benevides-Pereira AMT. (Org.). *Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador*. 4ª ed. São Paulo: Casa do Psicólogo; 2010. p.21-91.
12. Tucunduva LTCM et al. A síndrome da estafa profissional em médicos cancerologistas brasileiros. *Rev Assoc Med Bras*. 2006;52(2):108-12.
13. Merces M.C. das; Carneiro e Cordeiro, T.M.S.; Santana, A.I.C. et al. Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem da atenção básica à saúde. *Revista Baiana de Enfermagem*. 2016;30(3):1-9.
14. Ramirez AJ, Graham J, Richards MA, Cull A, Gregory WM. Mental health of hospital consultants: the effects of stress and satisfaction at work. *Lancet*. 1996;347:724-8.

15. Ferreira JB, Silva KR, Souza AS et al. Síndrome de burnout em docentes de uma instituição de ensino superior. *Revista Pesquisa em Fisioterapia*. 2017;7(2):233-243.
16. Levy GCTM. Avaliar o índice de burnout em professores da rede pública de ensino localizada na região Sudeste [dissertação]. Rio de Janeiro: Universidade Estadual do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2006.
17. Trindade LL, Lautert L. Síndrome de burnout entre os trabalhadores da estratégia de saúde da família. *Rev esc enferm USP*. 2010;44(2):273-8.
18. Costa IAC. Burnout e qualidade de vida em prestadores de cuidados informais [dissertação]. Porto-Portugal: Faculdade de Ciências Humanas e Sociais da Universidade Fernando Pessoa; 2009.
19. Carneiro RM. Síndrome de burnout: um desafio para o trabalho do docente universitário [dissertação]. Anápolis: Centro Universitário de Anápolis, 2010.
20. Batista JBV, Carlotto MS, Coutinho AS, Augusto LGS. 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*. 2010;13(3):502-512.
21. BRASIL. IBGE. Cidades, 2017, disponível em <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pe/petrolina/panorama>, acesso em 30/05/2017.