



# A SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS DE INSTITUIÇÕES PÚBLICAS E PRIVADAS.

**Ana Paula Ferreira Silva**  
**anapaulafsilva21@gmail.com**  
**UNIPTAN**

**Naiene dos Santos Pimentel**  
**professoranaiene@gmail.com**  
**UNIPTAN**

**Edilene Maria da Conceição**  
**edilmc2011@gmail.com**  
**UNIPTAN**

**Resumo:** A Síndrome de Burnout ou Síndrome do esgotamento profissional vem atingindo em larga escala as mais variadas classes profissionais, principalmente profissionais de saúde – médicos e enfermeiros, bombeiros, professores universitários ou de outros níveis. Caracterizada pela exaustão emocional, despersonalização e baixa da realização profissional, essa doença altera diretamente a qualidade do ensino prestada pelo docente, além de expô-lo ao risco de adoecimento físico e mental. Este artigo utilizou de uma revisão bibliográfica específica para identificar quais os preditores da Síndrome de Burnout e as ações de prevenção desta psicopatologia a docentes expostos ao estresse ocupacional. Em um primeiro momento realizou-se uma pesquisa bibliográfica e análise de artigos e materiais que tratassem do assunto principal para formulação do embasamento do referencial teórico. Depois de realizada esta pesquisa e análise do material em questão, foram aplicados 20 questionários a docentes de instituições privadas e públicas de ensino superior da cidade de São João del Rei – MG. Constatou-se com esta revisão bibliográfica e aplicação dos questionários, a necessidade imediata de implementação de intervenções perante a saúde mental dos docentes universitários, sendo observados níveis preocupantes nos scores de auxílio à detecção da síndrome de Burnout.

**Palavras Chave:** Síndrome de Burnout - Esgotamento emocional - docentes universitários - -



## 1. INTRODUÇÃO

O empregado exerce papel primordial para o desenvolvimento da empresa e manter sua saúde é fundamental para a boa execução das tarefas. No entanto, devido a fatores internos e externos ao ambiente de trabalho, estes colaboradores podem apresentar doenças que os incapacitam de exercer suas funções. A lista de doenças relativas ao trabalho é extensa, a síndrome de Burnout (ou síndrome do esgotamento profissional) é um distúrbio psíquico que afeta em grande escala os profissionais na área da educação.

A síndrome é caracterizada pelo estresse prolongado e excessivo, exaustão física e mental, despertando no profissional um sentimento de incompetência e pode ser influenciada por diversos fatores como trabalho em excesso, falta de controle sobre o trabalho, recompensas ou reconhecimento insuficientes, dentre outros.

A pergunta problema/hipótese deste artigo científico baseia-se na indagação de quais são os fatores preditores da Síndrome de Burnout em professores universitários, observando qual a influência da jornada de trabalho e condições vividas na instituição de ensino superior no desenvolvimento da patologia.

O objetivo geral desta pesquisa é definir a síndrome por intermédio de revisão bibliográfica específica e, tendo como objetivos específicos a observação de quais as influências internas ao trabalho podem contribuir para o desenvolvimento da patologia, delimitando assim ações de prevenção da doença e promoção da saúde mental dos profissionais docentes expostos ao risco do desenvolvimento da Síndrome de Burnout conforme citam os autores especialistas em tal tema.

A confecção deste artigo justifica-se pelo fato de a classe de professores ser atingida em larga escala pelo acometimento da síndrome de Burnout e esgotamento mental. Por não se tratar de um grupo específico e homogêneo devido as diferentes especializações e funções, público para o qual se presta a docência, tipo de instituição, níveis de ensino, contexto social onde está inserido, acredita-se que tal organização de trabalho expõe a classe profissional a fatores estressantes desencadeadores da síndrome em questão.

Como metodologia para realização deste artigo adotou-se no primeiro momento a pesquisa bibliográfica, realizada conjuntamente com um estudo de caso e aplicação de questionário semiestruturado a professores de instituições públicas e privadas de ensino superior.

Este trabalho científico possui referencial teórico composto por três (03) partes que tratam dos seguintes temas interligados entre si: Estresse no ambiente de trabalho; Síndrome de Burnout: definições e sintomatologia e A Síndrome de Burnout na docência.

## 2. ESTRESSE NO AMBIENTE DE TRABALHO

De acordo com Selye (1965) a palavra 'estresse' vem do termo inglês *stress* e delimita qualquer reação do organismo que ocorra de forma inespecífica diante de qualquer exigência. O autor ainda classifica o estresse em duas vertentes: o eustresse (estresse agradável) e diestresse (estresse não agradável/ em doenças crônicas ou prolongadas).

O termo estresse vem da física e tem como sentido o nível de deformidade que uma determinada estrutura sofre quando é submetida a esforço, teste ou força, sendo que esta deformidade pode ser de maior ou menor grau, conforme a resistência do atingido e esforço pelo qual está sendo submetido. (FRANÇA; RODRIGUES, 1997).



Existem várias delimitações de estresse, conforme cita Rio (1995): estresse físico, estresse psíquico, estresse por sobrecarga, monotonia, crônico (aqueles que persistem por mais tempo), estresse agudo (que perdura alguns momentos, horas ou dias e depois desaparece) dentre outros. Todos estes tipos de estresse colocam o organismo à prova ao processo de luta ou fuga, ativando o sistema endócrino e a liberação de adrenalina dentre outros hormônios.

Sabe-se que o estresse ativa o sistema de luta ou fuga do organismo que fisiologicamente libera epinefrina e cortisol na corrente sanguínea por meio da ativação do sistema nervoso autônomo, aumentando assim a frequência cardíaca e retirando a gordura das reservas para oferecer à musculatura energia de forma rápida, para o caso de necessidade de fuga ou luta. Porém, se não há utilização dessa gordura liberada por este processo, a mesma é depositada na rede sanguínea e conseqüentemente pode tornar-se depósito na parede dos vasos, sendo este fato uma das maiores causas de problemas cardíacos. (HUFFMAN, 2003).

Fontana (1994) cita os efeitos emocionais do estresse excessivo tais como as tensões físicas e psicológicas, redução da capacidade de relaxamento muscular generalizado e de desligamento dos problemas pessoais. Além disso, pode ocorrer ansiedade, aumento da hipocondria e de queixas imaginárias que potencializam os problemas reais, incapacidade de sentir bem-estar, mudanças bruscas de personalidade, desleixo e relaxamento nas atividades cotidianas. Pode ainda desencadear a depressão e a sensação de desamparo, entusiasmo diminuído e sentimento de falta de poder diante dos próprios sentimentos e tudo que os envolva.

As reações de estresse são naturais e necessárias para a vida do indivíduo, porém podem representar perigo ao funcionamento dos sistemas orgânicos e psicológico do ser humano. Estresse é a resposta que dá ao indivíduo o significado do momento que está vivenciando, pois um acontecimento estressante pode ser vivido com alegria por uma pessoa, e com sofrimento por outra. (FAVASSA, ARMILIATO; KARLININE, 2005).

O estresse ocupacional pode ser definido por meio da delimitação e enfoque nos estressores organizacionais. Essa delimitação permite a diferenciação de dois tipos de estudo, a saber, os que enfocam o estresse ocupacional, relacionado ao ambiente de trabalho, e os que investigam o estresse de forma geral. No caso do estresse ocupacional, os estudos buscam analisar os preditores de estresse relacionados ao ambiente de trabalho. (PASCHOAL; TAMAYO, 2004).

### **3. A SÍNDROME DE BURNOUT: DEFINIÇÕES E SINTOMATOLOGIA**

O conceito de Burnout surgiu nos Estados Unidos e significa *destruir-se ou queimar por completo*. Freudenberger foi o psicanalista que citou esse termo pela primeira vez na década de 70, definindo a Síndrome de Burnout ou esgotamento profissional como um alto desgaste fazendo altas demandas de energia ou recursos. Foi também definida pelo excesso de trabalho, deixando de lado as necessidades pessoais causando assim um esgotamento tanto na área emocional quanto física do indivíduo. (RAFAEL *et al.*, 2011).

Para Gil Montes (2005) a Síndrome de Burnout é uma resposta ao estresse no ambiente de trabalho, que se destaca em profissionais que trabalham diretamente com pessoas. Esses apresentam perda de motivação, baixa desejo pelo trabalho, esgotamento físico e emocional, e conseqüentemente passam a desenvolver atitudes negativas com os clientes e nas organizações que atuam como frieza, comportamento de distanciamento e indiferença.

Maslach *et al.*, (2001), definem a síndrome em três dimensões: exaustão emocional (caracterizada por carência de energia e um sentimento de falta de refúgio) ;



despersonalização (que se caracteriza por fazer as coisas de modo quase automático, tratando pessoas como objetos); e diminuição da realização pessoal no trabalho (tendência do trabalhador a ver suas ações como negativas, independente da função que exerce).

Os efeitos da Síndrome de Burnout em um curto período de tempo podem ser menor autocontrole e respeito a si mesmo, diminuição da eficiência no trabalho, irritabilidade em alto nível e a longo prazo, depressão, risco de úlcera gástrica, hipertensão arterial e alcoolismo. (YONG; YUE, 2007).

A síndrome de Burnout é uma questão de saúde pública devido às suas implicações para a saúde física, mental e social dos indivíduos. No Brasil, desde 1999, essa síndrome é reconhecida pela Previdência Social e, em seu Anexo 11, trata dos Agentes Patogênicos causadores de Doenças Profissionais. O item x11 da tabela de Transtornos Mentais e de comportamentos relacionados com o trabalho (Grupo V da Classificação Internacional das Doenças-CID-10) cita a sensação de estar acabado (“Síndrome de Burnout”, “Síndrome do esgotamento profissional”) como sinônimo de Burnout (BRASIL, 2001; BATISTA *et al*, 2001).

A síndrome afeta diretamente a produção profissional e conseqüentemente a empresa onde o trabalho é prestado, visto que está relacionada a taxas de absenteísmo, problemas de produtividade e qualidade e trocas frequentes de funcionários. (GUGLIELMI; TATROW 1998).

O entendimento e reconhecimento dessa realidade se fazem necessários para uma inclusão do profissional nas medidas de políticas públicas voltadas para a saúde e bem-estar da categoria (BATISTA *et al*, 2010).

Os estressores podem ser classificados em eventos externos (acidentes, mortes, brigas, situação financeira dificultosa, aumento da família entre outros) e internos (situações que compõem a cognição do indivíduo, seus valores e crenças). Cabe lembrar, que estes estressores não provocam uma mesma reação em todos os indivíduos, e a forma de perceber esta resposta dependerá da concepção, sistema de valores crenças e vulnerabilidade de cada pessoa. (LIPP; MALAGRIS, 1998; MARTINS, 2007).

#### **4. A SÍNDROME DE BURNOUT NA DOCÊNCIA**

Serão abordados nos subcapítulos a seguir a atividade do professor e os fatores que a predis põem ao desenvolvimento da síndrome de Burnout e também as maneiras de prevenção desta e quais intervenções podem ser necessárias neste grupo de trabalhadores.

##### **4.1 A ATIVIDADE DE PROFESSOR (A)**

Em meados da década de 60, o professor deparou-se com condições de trabalho semelhantes a dos trabalhadores fabris, tendo a escola uma função de formar trabalhadores, sendo o aluno visto como um produto e a escola como produtora de força de trabalho. Conflitos que derivam dos mais variados ambientes e suas relações podem realizar impactos no trabalho do docente, e ao mesmo tempo há a manifestação de sintomas tais como: apatia, alienação e irritabilidade (FRANCELINO, 2003 *apud* LIMA; FILHO, 2009; MARTINS, 2007).

Lima e Filho (2009) em seu estudo sobre as “*Condições de trabalho e saúde do(a) professor(a) universitário(a)*” traz situações extremas onde os profissionais gastam do próprio dinheiro para pintura de suas salas e há desentendimentos entre os docentes para utilização



dos materiais de multimídia. Observa-se assim que o esforço não é só mental e físico, mas também patrimonial para propiciar um ambiente de trabalho onde seja possível executar um bom serviço. Diante deste contexto, observa-se a importância que representa a realização de estudos em torno das condições de trabalho dos professores, com o objetivo de entender quais as necessidades e meios de evitar o adoecimento ocupacional.

A cobrança que parte da sociedade, da instituição de ensino, dos alunos e da própria exigência em atualizar-se para responder às expectativas, induz o professor a buscar alternativas para lidar com suas atividades pedagógicas enquanto educador. Diante dos constantes desafios e situações desfavoráveis depara-se com o sentimento de impotência, nervosismo/irritabilidade e desgaste físico e mental, deixando-o assim mais vulnerável ao estresse. (MARTINS, 2007).

Há uma necessidade urgente de fazer-se uma reflexão sobre como a evolução do trabalho na sociedade e a grande participação dos empregados no crescimento da empresa podem (e devem) ajudar na redução dos problemas de produtividade, diminuindo os sentimentos de angústia e melhorando a qualidade de vida dos empregados. Essa análise terá como resultado amadurecimento e evolução das pessoas e das organizações na qual pertencem. (BENKE; CARVALHO, 2008).

Segundo a Organização Internacional do Trabalho - OIT (1981) uma das profissões mais estressantes vem a ser a docente, que apresentam maiores casos e características que conduzem a Síndrome de Burnout. A profissão de docente que antes era vista como de grande prazer pessoal, tem dado espaço a profissionais insatisfeitos e desmotivados, as tarefas de alto nível são vistas como rotineiras, há menor tempo para a execução do trabalho, para o convívio social e lazer. Seguido a isso os baixos salários e as precárias condições de trabalho. (OIT, 1981; SOUZA; LEITE, 2011; CARLOTTO, 2011).

Dentre esses e tantos outros fatores a profissão docente é exposta a situações estressantes que se não atentas e cuidadas podem levá-los a desenvolver a Síndrome de Burnout. (GUGLIELMI; TATROW, 1998).

Na carreira docente existem inúmeros estressores psicossociais relacionados a esta função, e com a persistência destes estressores há o surgimento da Síndrome de Burnout, considerada um tipo de estresse do tipo persistente atrelado a situações de trabalho, como resultado de uma repetitiva exposição à pressão emocional. (CARLOTTO, 2002).

Estão presentes cada vez mais aspectos potencialmente estressores à função de professor, tais como baixos salários, escassos recursos materiais e didáticos, classes superlotadas, tensão na relação com alunos, excesso de carga horária, inexpressiva participação nas políticas e no planejamento institucional (CARLOTTO e PALAZZO, 2006).

Lampert (1999, *apud* CARLOTTO; CÂMARA, 2007) cita que o trabalho do professor universitário quando comparado com professores de nível médio é mais bem valorizado monetariamente (pois necessita de maior investimento, experiência profissional e titulação), fator que cria expectativas no indivíduo com relação à prática de sua profissão e o reconhecimento da mesma, além de ter que conciliar a carga horária exigida do ensino superior com as atividades extracurriculares.

O profissional docente de nível universitário possui menos tempo para o cumprimento de suas tarefas, tempo escasso para atualização profissional, lazer e interação social, além das poucas oportunidades para realização de um trabalho criativo. No ensino superior, o professor ainda concilia o ensino com a produção científica e questões administrativas (KELCHTERMANS, 1999 *apud* CARLOTTO; CÂMARA, 2007).



## 4.2. A PREVENÇÃO DA SÍNDROME DE BURNOUT

Pensando em prevenção e erradicação do Burnout em professores, não se trata de uma função exclusiva destes, devendo contemplar também alunos, as instituições de ensino e a sociedade. Atividades que propiciem um contexto mais favorável para exercer a função de docente por meio de programas focados nas equipes diretivas e pedagógicas das escolas, criando um espaço para reflexão e discussão entre professores e equipes, sendo também importante alertar os profissionais sobre os riscos inerentes ao seu trabalho e a chance de desenvolver uma patologia de caráter crônico relacionada à sua ocupação. (CARLOTTO; PALAZZO, 2006).

Havendo o entendimento dos processos que envolvem a docência universitária, será possível planejar ações de intervenção e prevenção no local de trabalho. Esse entendimento propiciará contribuições quando se trata de organização do trabalho e sua estrutura, podendo promover a adoção de estratégias preventivas, constituindo um ambiente laboral saudável e protegendo a saúde dos trabalhadores. (ANDRADE; CARDOSO, 2012).

A OIT (1981) constatou que 01 (um) em cada 02 (dois) professores que participaram de uma pesquisa da Universidade de Munique estava exposto ao risco de sofrer um problema cardíaco. Segundo dados oficiais, entre educadores franceses, 60% dos pedidos de licença por motivo de doença se relacionavam a distúrbios nervosos.

Em situações onde os empregadores não reconhecem o lado humano do trabalho e quando existem incompatibilidades significativas entre as funções exigidas pela organização e a habilidade do trabalhador de realizá-la, há um aumento do risco de aparecimento do Burnout. Souza e Mendonça (2009) analisando os dados de seu estudo sobre “*Burnout em Professores Universitários: Impacto de Percepções de Justiça e Comprometimento Afetivo*” comprova a importância da criação de políticas de promoção de saúde dos professores e prevenção da Burnout, resultando consequentemente na saúde de toda a organização.

A síndrome de Burnout entre os profissionais educadores já é considerada de severidade superior à dos profissionais da área de saúde (médicos, enfermeiros dentistas entre outros), colocando assim a carreira docente como uma das profissões de alto risco de desenvolvimento da doença. (CARLOTTO, 2002).

Carlotto e Câmara (2008) fizeram um levantamento das pesquisas brasileiras, em diversas áreas, com profissionais da saúde e educação, policiais, bombeiros e estudantes, e constataram que a categoria de professor é a que apresenta o segundo maior desenvolvimento da Síndrome de Burnout.

Garcia e Pereira (2003) reforçam que não deve haver apenas atenção para o mal estar causado pelo Burnout, sendo necessárias atitudes tomadas tanto pelos professores quanto pelo sistema social e governamental, fazendo com que estes profissionais não sejam expostos ao mau tratamento e desrespeito enquanto exercem suas funções. Por meio da aplicação de questionários para pesquisa em professores do ensino superior privado do município de Maringá-PR<sup>1</sup>, o autor observou uma relação frequente do sexo feminino ao quesito ‘exaustão emocional’, devido às duplas ou triplas jornadas de trabalho (profissão, trabalho doméstico e cuidado com os filhos). Em seu estudo há a referência da associação de baixos valores de

---

<sup>1</sup> GARCIA, Lenice Pereira; PEREIRA; Ana Maria T. Benevides. Investigando o Burnout em professores universitários. Estudo composto de 79 professores, 33 do sexo feminino (41,77%) e 46 do masculino (58,23%) [...]As médias das escalas do MBI foram de 19,67 para *exaustão emocional (EE)*, 4,97 para *despersonalização (DE)* e 37,98 para *realização profissional (RP)*



realização profissional e altas pontuações de exaustão emocional e despersonalização para diagnóstico da síndrome.

Há a necessidade de analisar a Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) dos professores, visto que são profissionais que constroem o pilar de uma boa educação e inserção de novos profissionais no mercado de trabalho. Professores sem qualidade de vida em suas funções não possuem condições propícias para executar com maestria sua profissão: transmitir conhecimento. (CATAPAN *et al*, 2014).

## 5. ESTUDO DE CASO SOBRE A SÍNDROME DE BURNOUT ENTRE PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS NA CIDADE DE SÃO JOÃO DEL REI – MG

Nos subcapítulos a seguir teremos descrita detalhadamente a metodologia utilizada nesta pesquisa de campo e a análise dos dados obtidos através da aplicação dos questionários semiestruturados aos professores de instituições de ensino superior da cidade de São João del Rei – MG e a delimitação de um perfil básico dos professores em questão e avaliação de seus scores de acordo com o questionário adaptado para detecção de síndrome de Burnout em docentes.

### 5.1 METODOLOGIA DA PESQUISA

Como metodologia para realização deste artigo adotou-se no primeiro momento a pesquisa bibliográfica por meio do método quantitativo, realizado conjuntamente com um estudo de caso e aplicação de questionário semiestruturado a professores de instituições públicas e privadas de ensino superior.

A pesquisa bibliográfica procurou explicar um problema a partir de referências teóricas publicadas em artigos, livros, dissertações e teses. Buscou-se conhecer e analisar as contribuições culturais ou científicas do passado sobre determinado assunto, tema ou problema. (CERVO; BERVIAN; SILVA, 2007; FONSECA 2002).

Logo após foi usada uma metodologia quantitativa que de acordo com Fonseca (2002) se centra na objetividade, influenciada pelo positivismo. O pesquisador considera que a realidade só pode ser compreendida com base na análise de dados brutos, recolhidos com o auxílio de instrumentos padronizados e neutros. A pesquisa quantitativa recorre à linguagem matemática para descrever as causas de um fenômeno, as relações entre variáveis, etc. A pesquisa quantitativa foi realizada por estudo de caso com aplicação de questionário semiestruturado a professores de instituições públicas e privadas de ensino superior.

Já para Severino (2007) o caso escolhido para a pesquisa deve ser significativo e bem representativo de modo a ser apto a fundamentar uma generalização para situações análogas, autorizando inferências. O questionário pode ser definido como um conjunto de questões, sistematicamente articuladas que se destinam a levantar informações escritas por parte dos sujeitos pesquisados, com vistas a conhecer a opinião dos mesmos sobre os assuntos em estudo.

A pesquisa de campo ou pesquisa exploratória é uma forma de relacionar-se mais intimamente com o objeto a ser estudado, podendo ser associada à pesquisa bibliográfica, para formulação de um problema ou elaboração de uma hipótese. Neste modelo, na maioria das situações não há relações entre as variáveis, tendo o pesquisador a função de estudar a frequência de uma determinada variável. É realizada a observação direta das atividades do grupo estudado e realização de entrevistas com os componentes deste grupo, para captação de informações e explicações. (KOCHE, 1997).



Segundo Gil (1999), o questionário é um instrumento para realização da coleta de dados, contendo este uma quantidade determinada de perguntas que devem ser respondidas por escrito. É considerado como uma técnica de investigação, objetivando o conhecimento de opiniões, crenças, sentimentos, interesses, expectativas, situações vivenciadas entre outros fatores.

## 5.2 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Há de se considerar a Síndrome de Burnout como uma reatividade à tensão emocional causada por lidar de maneira frequente e excessiva com as pessoas. A docência é considerada uma profissão valorizada no meio social, mas desvalorizada no quesito monetário, representando o *Maslach Burnout Inventory – MBI* um método de grande importância e fidedignidade, aplicado nas mais diferentes realidades a serem estudadas dentro desta síndrome. (CARLOTTO; CÂMARA, 2004).

Conforme reforça Maslach (1993), o MBI é um instrumento bastante utilizado na avaliação da Burnout, independente das características dos trabalhadores, de suas funções e perfis. Sua construção é baseada por 03 (três) dimensões: exaustão emocional, despersonalização e realização profissional e objetiva avaliar os índices de Burnout conforme os scores definidos para cada dimensão.

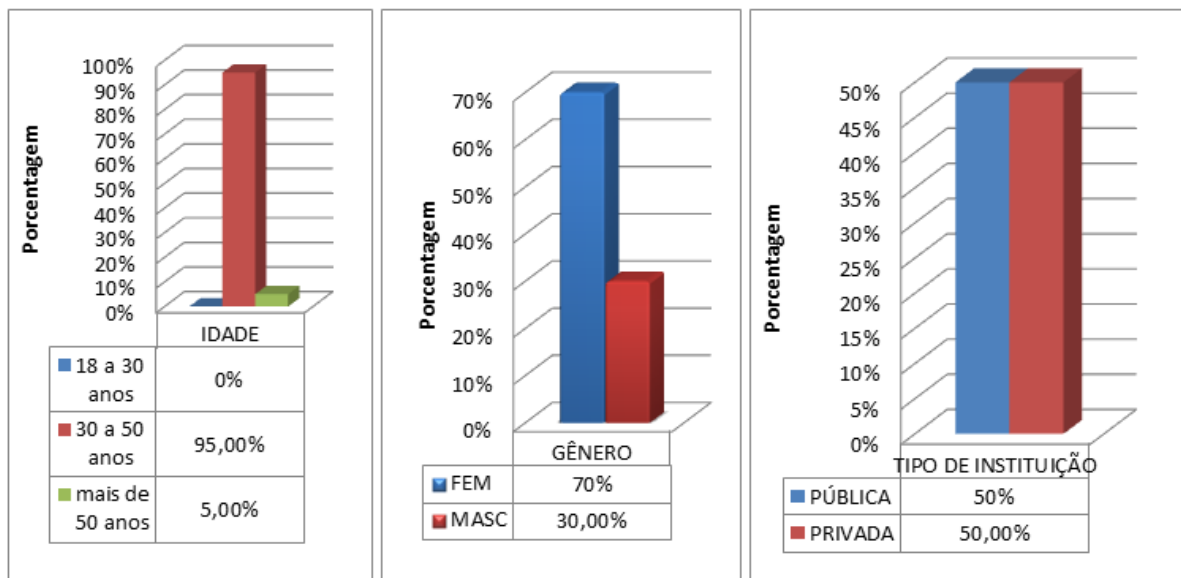
Foram aplicados 20 (vinte) questionários semiestruturados entre professores de ensino superior colaboradores de instituições públicas e/ou privadas dos mais variados graus de formação acadêmica/titulação. As variáveis utilizadas para traçar o do perfil foram as seguintes: Idade, Gênero, Tipo de instituição de ensino superior onde exerce a atividade docente e Nível de formação acadêmica. Essas informações foram delimitadas para melhor entendimento de qual perfil epidemiológico a Síndrome de Burnout acomete com maior frequência na amostra escolhida em questão. A confidencialidade dos questionários foi informada aos docentes participantes, dando aos mesmos a possibilidade de escolha entre responderem o questionário ou não.

A análise dos dados foi realizada por método quantitativo embasada no cálculo das porcentagens das variáveis contidas nas questões fechadas (Idade, Gênero, Tipo de instituição e Nível de formação acadêmica) e na porcentagem dos scores delimitados pelo Questionário Preliminar de Identificação da Síndrome de Burnout. Num segundo momento foi realizada a interpretação dos dados do perfil dos professores e dos scores relacionados ao questionário, para enriquecimento da pesquisa e maior especificação das características do público alvo.

## 5.3. CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA

Foram distribuídos os questionários semiestruturados entre professores de instituições públicas e privadas de ensino superior da cidade de São João del Rei-MG, docentes dos mais variados cursos superiores, 20 (vinte) questionários foram devidamente preenchidos, tendo como resultado de perfil dos sujeitos no primeiro momento da pesquisa de campo, conforme demonstram os dados abaixo:



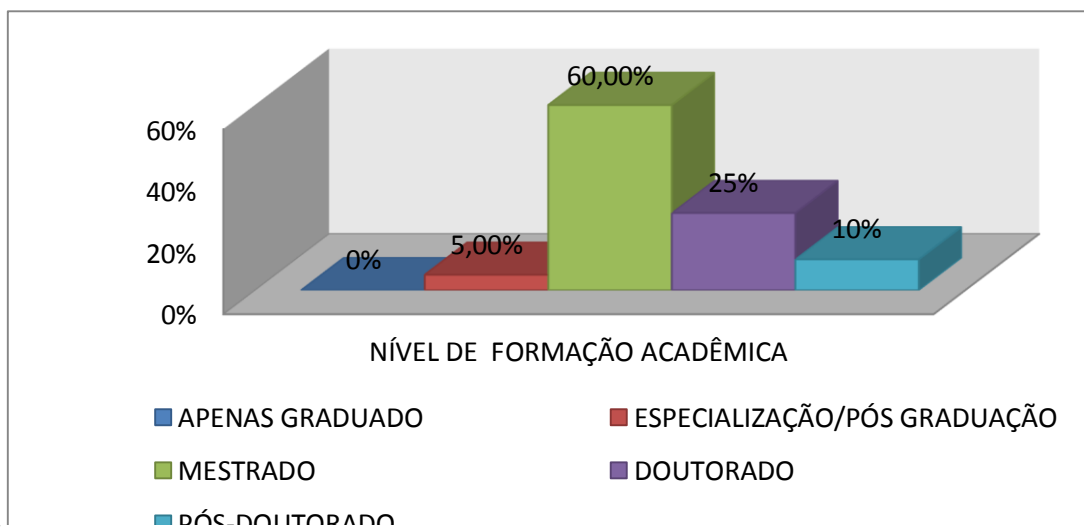


**GRÁFICO 01:** Análise percentual das variáveis escolhidas para delimitação do perfil dos professores de ensino superior da cidade de São João Del Rei-MG.

**FONTE:** Dados da pesquisa

Considerando que 100% da amostra correspondem a 20 (vinte) profissionais entrevistados, observou-se uma predominância de indivíduos de meia idade( 95% entre 30 a 50 anos), nenhum docente de 18 a 30 anos, seguido de 5% da amostra composta por professores com idade superior a 50 anos. O gênero feminino apresentou-se em maior número (70%) em comparação com 30% de gênero masculino. Com relação ao tipo de instituição de ensino superior (IES), observou-se um valor equiparado entre colaboradores de instituições públicas e privadas, (50% em ambas, conforme o gráfico acima).

O nível de formação acadêmica dos professores encontrou-se dentro do esperado, observando-se 60% de Mestres, 25% de doutores, 10% de pós-doutores, 5% de especializados/pós-graduados e nenhum apenas graduado. A previsão de que a amostra traria uma parcela maior de profissionais com mestrado, se dá pelo fato das exigências atuais das instituições de ensino com relação à maior especialização dos profissionais com os quais trabalha, conforme traz o gráfico a seguir:



**GRÁFICO 02:** Nível de formação acadêmica dos professores de ensino superior entrevistados da cidade de São João del Rei-MG

**FONTE:** Dados da pesquisa



## 5.4 AVALIAÇÃO DOS SCORES PERANTE A APLICAÇÃO DO QUESTIONÁRIO DE IDENTIFICAÇÃO DA SÍNDROME DE BURNOUT

Juntamente com as variáveis para delimitação do perfil dos professores anteriormente citadas, aplicou-se o “Questionário preliminar de identificação da Síndrome de Burnout”, inspirado no *Maslach Burnout Inventory – MBI*, elaborado e adaptado por Chafic Jbeli, composto por 20 (vinte) questões objetivas que poderiam ser demarcadas com X em numeração de 01 (um) a 05 (cinco), onde as numerações possuíam os seguintes significados: 1 – NUNCA; 2 – ANUALMENTE; 3- MENSALMENTE; 4 – SEMANALMENTE e 5 – DIARIAMENTE. Tais pontuações e significados respectivos correspondem ao nível da qualidade de vida no trabalho exercido pelo professor e seus sentimentos diante da docência, conforme demonstrados no quadro abaixo:

<b>QUESTIONÁRIO PRELIMINAR DE IDENTIFICAÇÃO DA SÍNDROME DE BURNOUT</b>						
<i>Elaborado e adaptado por Chafic Jbeli, inspirado no Maslach Burnout Inventory – MBI</i>						
Observação: este instrumento é de uso informativo apenas e não deve substituir o diagnóstico realizado por médico ou psicoterapeuta.						
MARQUE “X” na coluna correspondente:						
1 – NUNCA; 2 – ANUALMENTE; 3 – MENSALMENTE; 4 – SEMANALMENTE; 5 – DIARIAMENTE.						
Nº	CARACTERÍSTICAS PSICOFÍSICAS EM RELAÇÃO AO TRABALHO	1	2	3	4	5
01	Sinto-me esgotado (a) emocionalmente em relação ao meu trabalho					
02	Sinto-me excessivamente exausto ao final da minha jornada de trabalho					
03	Levanto-me cansado (a) e sem disposição para realizar meu trabalho					
04	Envolve-me com facilidade nos problemas dos outros					
05	Trato algumas pessoas como se fossem da minha família					
06	Tenho que desprender grande esforço para realizar minhas tarefas laborais					
07	Acredito que eu poderia fazer mais pelas pessoas assistidas por mim					
08	Sinto que meu salário é desproporcional às funções que executo					
09	Sinto que sou uma referência para as pessoas que lido diariamente					
10	Sinto-me com pouca vitalidade, desanimado (a)					
11	Não me sinto realizado (a) com o meu trabalho					
12	Não sinto mais tanto amor pelo meu trabalho como antes					
13	Não acredito mais naquilo que realizo profissionalmente					
14	Sinto-me sem forças para conseguir algum resultado significativo					
15	Sinto que estou no emprego apenas por causado salário					
16	Tenho me sentido mais estressado (a) com as pessoas que atendo					
17	Sinto-me responsável pelos problemas das pessoas que atendo					
18	Sinto que as pessoas me culpam pelos seus problemas					
19	Penso que não importa o que eu faça, nada vai mudar no meu trabalho					
20	Sinto que não acredito mais na profissão que exerço					

**FIGURA 01:** Questionário preliminar de identificação da Síndrome de Burnout. Elaborado e adaptado por Chafic Jbeli, inspirado no *Maslach Burnout Inventory – MBI*.

**FONTE:** Dados da pesquisa

Os scores foram obtidos através da multiplicação do número de X marcados pelo número da coluna correspondente (Exemplo: 05 x marcados na coluna nº 05, equivalem a 25



pontos). Em um segundo momento, procedeu-se à soma dos valores obtidos pelas 05 (cinco) colunas, obtendo-se assim o resultado do score para auxílio na identificação da Síndrome de Burnout em professores, tendo como resultados a serem avaliados, os seguintes valores e seus respectivos significados:

<b>De 0 a 20 pontos</b>	Nenhum indício da Síndrome de Burnout.
<b>De 21 a 40 pontos</b>	Possibilidade de desenvolver Burnout, procure trabalhar as recomendações de prevenção da Síndrome.
<b>De 41 a 60 pontos</b>	Fase inicial da Burnout. Procure ajuda profissional para debelar os sintomas e garantir, assim, a qualidade no seu desempenho profissional e sua qualidade de vida.
<b>De 61 a 80 pontos</b>	A Burnout começa a se instalar. Procure ajuda profissional para prevenir o agravamento dos sintomas.
<b>De 81 a 100 pontos</b>	Você pode estar em uma fase considerável da Burnout, mas esse quadro é perfeitamente reversível. Procure um profissional competente de sua confiança e inicie o tratamento o quanto antes.

**TABELA 01:** Valores de scores e seus significados relacionados ao acometimento da Síndrome de Burnout em professores.

**FONTE:** Dados da pesquisa

Dos 20 (vinte) professores entrevistados nas IES da cidade de São João del Rei-MG 0 (zero) apresentaram score de 0 a 20 pontos; 10 (dez) - 50% apresentaram como resultado score de 21 a 40 pontos; 09 (nove) – 45% demonstraram score de 41 a 60 pontos; 0 (zero) com score de 61 a 80 e 1 indivíduo (5% da amostra) demarcou score de 81 a 100 pontos. O resultado diante da soma e obtenção dos scores nos trás a tona a possível necessidade de acompanhamento psicológico, de saúde mental e de produtividade destes professores, visto que de acordo com as porcentagens obtidas, encaixam-se na fase inicial da Burnout (de 21 a 40 pontos) e fase de instalação da Burnout (de 61 a 80 pontos).

Das 20 (vinte) questões contidas no questionário em questão, estabelecendo um ranking de 04 (quatro) questões entre as marcadas com maior frequência no quesito 5- DIARIAMENTE, estão:

Nº DA QUESTÃO	CONTEXTO DA QUESTÃO	QUANTITATIVO DE MARCAÇÕES NO QUESITO DIARIAMENTE
Nº 09	Nº 09: Sinto que sou uma referência para as pessoas que lido diariamente	09



Nº 04 E Nº 05	Nº04: Envolver-me com facilidade nos problemas dos outros; Nº05: Trato algumas pessoas como se fossem da minha família;	05
Nº 06	Nº 06: Tenho que desprender grande esforço para realizar minhas tarefas laborais	04
Nº 07, 08, 17	Nº 7: Acredito que eu poderia fazer mais pelas pessoas assistidas por mim Nº 8: Sinto que meu salário é desproporcional às funções que executo Nº 17 Sinto-me responsável pelos problemas das pessoas que atendo	03

**TABELA 02:** Valores de scores e seus significados relacionados ao acometimento da Síndrome de Burnout em professores.

**FONTE:** Dados da pesquisa

Diante da análise da frequência das demarcações das questões supracitadas, notou-se o alto grau de envolvimento emocional entre docentes e alunos. A intimidade e o contato interpessoal entre aluno e professor deve ser algo delineado por linhas de limite, para que haja um relacionamento saudável entre ambos, e o docente em questão sinta-se responsável pela função que executa, mas não por problemas alheios a ele e que não possam ser resolvidos por ele.

É de suma importância lembrar que a aplicação deste questionário não é suficiente para fechamento diagnóstico da Síndrome de Burnout, não devendo o mesmo ser utilizado de maneira isolada para detecção desta psicopatologia, servindo como método de apoio para detecção da síndrome.

A preocupação institucional com a saúde mental e física dos docentes é um fator que não recebe devida atenção das IES, não sendo uma prática habitual da mesma, assim como, identificação e acompanhamento dos riscos aos quais os docentes são expostos, havendo enfoque maior para com o aprendizado dos alunos, deixando em segundo plano os cuidados com os profissionais que educam. (ZIMATH; BUSEMAYER, 2011).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A classe docente vem sendo frequentemente exposta aos fatores estressores internos e externos e conseqüentemente ao risco de acometimento pela Síndrome de Burnout, que acabam influenciando negativamente nos aspectos profissionais e pessoais do professor universitário. A exigência de multifunções (execução das aulas, iniciação científica, produção científica, orientação de discentes entre outras inúmeras), executar/terminar tarefas da docência no ambiente domiciliar; baixa remuneração para função exercida e mercado de trabalho que requer a superespecialização dos profissionais são fatores que colaboram para o adoecimento mental e diminuição da realização pessoal no ambiente de trabalho.

As intervenções de prevenção da Síndrome de Burnout, de proteção da saúde mental dos docentes e acompanhamento da qualidade de vida no trabalho, são fatores que merecem atenção imediata das IES, corroborando para uma melhor prestação de serviço e satisfação tanto dos discentes quando dos educadores, além da possível melhora do ensino oferecido.



Diante da avaliação dos scores desta pesquisa, podemos observar que a Síndrome de Burnout encontra-se em nosso meio social em escala considerável, de acordo com os dados colhidos e as porcentagens obtidas. Os docentes participantes desta pesquisa encontraram-se em fase propícia para desenvolvimento de tal patologia (metade da amostragem apresentou como resultado score de 21 a 40 pontos; 09 professores – 45% da amostragem demonstrou score de 41 a 60 pontos) algo preocupante.

## REFERÊNCIAS

**ANDRADE, Patrícia Santos de Andrade; CARDOSO, Telma Abdalla de Oliveira.** Prazer e Dor na Docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout. *Saúde Soc.* São Paulo, v.21, n.1, p.129-140, 2012

**BATISTA, Jaqueline Brito Vidal et al.** Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. *Rev Bras Epidemiol.* 2010; 13(3): 502-12

**BENKE, Mara Regina Pagnussat; CARVALHO, Élcio.** (2008). Estresse x qualidade de vida nas organizações: um estudo teórico. Um estudo teórico. *Revista Objetiva*, nº 4. Disponível em <<http://www.faculdadeobjetivo.com.br/arquivos/Estresse.pdf>> Acesso em: mar/2018

**BRASIL.** Ministério da saúde. (2001). Doenças relacionadas ao trabalho. Manual de procedimentos para os serviços de saúde. Brasília, DF. Disponível em:<  
[http://dtr2001.saude.gov.br/editora/produtos/livros/pdf/02\\_0388\\_M1.pdf](http://dtr2001.saude.gov.br/editora/produtos/livros/pdf/02_0388_M1.pdf)> Acesso em: mar/2018

**CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila Gonçalves.** Análise fatorial do Maslach Burnout Inventory (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. *Psicologia em Estudo.* Maringá, v. 9, n. 3, p. 499-505, set./dez. 2004.

**CARLOTTO Mary Sandra; PALAZZO, Lilian dos Santos.** Síndrome de Burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. *Cad. Saúde Pública* 2006; 22(5): 1017-26.

**CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila Gonçalves.** Preditores da síndrome de Burnout em professores. *Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional (ABRAPEE).* Volume 11, Número 1. Janeiro/Junho 2007. p. 101-110

\_\_\_\_\_. Análise da produção científica sobre a Síndrome de Burnout no Brasil. *Psico*, 39, 152- 158. 2008.

**CARLOTTO, Mary Sandra.** A Síndrome de Burnout e o trabalho docente. *Revista Psicologia em Estudo*, 2002; Maringá; 7(1); 21-29.

\_\_\_\_\_. Síndrome de Burnout em Professores: Prevalência e Fatores Associados. *Psicologia: Teoria e Pesquisa.* Vol27 n.4, PP.403-410. 2011.

**CERVO, Amado; BERVIAN, Pedro A; SILVA, Roberto da.** Metodologia Científica. São Paulo: Pearson Prentice Hall,2007.

**CATAPAN, Anderson et al.** Qualidade de Vida no Trabalho (QVT): uma análise em professores de Ensino Médio e Superior do Brasil. *R. bras. Qual. Vida*, Ponta Grossa, v. 6, n. 2, p. 130-138, jan./mar. 2014.

**FAVASSA, Celi Teresinha Araldi; ARMILIATO, Neide; KALININE, Louri.** Aspectos fisiológicos e psicológicos do estresse. *Revista de Psicologia da UnC*, vol. 2, n. 2, p. 84-92. 2005

**FONSECA, João José Saraiva da.** Metodologia da pesquisa científica. Fortaleza: UEC, 2002. (Apostila).

**FONTANA, David.** Estresse: faça dele um aliado e exercite a autodefesa. 2 ed. São Paulo: Saraiva. 1994.

**FRANÇA, Ana Cristina Limongi; RODRIGUES, Avelino Luiz.** Stress e trabalho: guia básico com abordagem psicossomática. São Paulo. Atlas. 1997

**GARCIA, Lenice Pereira; PEREIRA, Ana Maria T. Benevides.** Investigando o Burnout em professores universitários. *Revista Eletrônica InterAção Psy.* Ano 1, nº 1. Ago 2003. p. 76-89

**GIL, Antônio Carlos.** Métodos e técnicas de pesquisa social. 5. ed. São Paulo: Atlas, 1999.



- GIL MONTES, Pedro Rafael.** A síndrome da queima para o trabalho ("Burnout"): uma doença relacionada ao trabalho. A sociedade do bem-estar. Madrid, Espanha: Pirâmide, 2005.
- GUGLIELMI, Sérgio; TATROW, Kristin.** O stress técnico, o burnout e a saúde no professor: uma análise metodológica e teórica. Revisão de Pesquisa Educacional, 68 (1), 61-69. 1998.
- HUFFMAN, Karen. VERNROY, Mark. VERNROY, Judith.** Psicologia em ação. São Paulo: Atlas, 2003.
- KÖCHE, José Carlo.** Fundamentos de metodologia científica: teoria da ciência e prática da pesquisa. 15. ed. Petrópolis: Vozes, 1997.
- LIPP, Marilda Novaes; MALAGRIS, Lúcia Emmanoel Novaes.** Manejo do Estresse In Range, B. (Org). Psicoterapia Comportamental e Cognitiva. São Paulo : Psy. 1998.
- SOUZA, Aparecida Neri de; LEITE, Marcia de Paula.** Condições de trabalho e suas repercussões na saúde dos professores da educação básica no Brasil. Educ. Soc. [online]. 2011, vol.32, n.117, pp.1105-1121.
- LIMA, Maria de Fátima Evangelista Mendonça; FILHO, Dario de Oliveira Lima.** Condições de trabalho e saúde do(a) professor(a) universitário(a). Ciências & Cognição. 2009; Vol 14 (3): 062-082. Disponível em: <<http://www.cienciasecognicao.org>> Acesso em: abr/2018
- MARTINS, Maria das Graças Teles.** (2007). Sintomas de Stress em Professores Brasileiros. *Revista Lusófona de Educação*, núm. 10, pp. 109-128. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=34911872009>> Acesso em: abr/2018
- MASLACH, Christina.** Burnout: uma perspectiva multidimensional. Em W.B.Schaufeli, C. Maslach e T. Marek, Burnout profissional: desenvolvimentos recentes em teoria e pesquisa. Nova Iorque: Taylor e Francis. 1993
- MASLACH, Christina et al.** Esgotamento do trabalho. *Psicologia Revisão Anual*, 52, 397-422. 2001
- ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO (OIT).** Emprego e condições de trabalho dos professores. Genebra, Suíça. Escritório Internacional do Trabalho. 1981
- PASCHOAL; Tatiane; TAMAYO, Álvaro.** Ergonomia, Estresse e trabalho. Validação da escala de estresse no trabalho. *Estudos de Psicologia*, 2004, 9(1), 45-52.
- RAFAEL, Ricardo de Mattos Russo et al.** Síndrome de Burnout: perfil do estresse em professores atuantes em instituições de ensino superior da região da Baixada Fluminense – RJ. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental*. Online, vol. 3, núm. 4. Outubro-dezembro, 2011, pp. pp. 2329-2337. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro - RJ, Brasil.
- RIO, Rodrigo Pires do.** O fascínio do stress. Belo Horizonte: Del Rey. 1995
- SELYE, Hans.** Stress: a tensão da vida. 2. ed. Trad. Frederico Branco. São Paulo: IBRASA, 1965.
- SEVERINO, Antônio Joaquim.** Metodologia do trabalho científico. São Paulo: Cortez Editora, 2007.
- SOUZA, Ivone Félix de; MENDONÇA, Helenides.** Burnout em Professores Universitários: Impacto de Percepções de Justiça e Comprometimento Afetivo. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*. Out-Dez 2009, Vol. 25 n. 4, pp. 499-508.
- YONG, Zhang; YUE, Yu.** Causas para o burnout entre professores do ensino secundário e estratégias preventivas. *Educação e Sociedade chinesa*. 2007; 40 (5): 78-85.
- ZIMATH, Sofia Cieslak; BUSEMAYER, Alessandro José.** Conhecendo o índice de Burnout em professores universitários de cursos superiores de tecnologia. *Revista de Ciências Gerenciais*. Vol. 15, nº 21, Ano 2011.