

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES DO ENSINO FUNDAMENTAL DE UMA ESCOLA PÚBLICA

Denise Rossi FORESTO-DEL COL*

Ana Caroline Pereira REAL**

Isadora Maria LUPATINI***

RESUMO

A Síndrome de Burnout ou Esgotamento Profissional trata-se de uma resposta ao estresse ocupacional crônico, caracterizada pelo esgotamento total das energias do indivíduo. Dessa forma, essa pesquisa objetivou investigar indicadores da Síndrome de Burnout em professores do Ensino Fundamental II de uma escola da rede pública municipal. Para tanto, desenvolveu-se uma pesquisa de campo quantitativa, cujo procedimento adotado foi a aplicação do Questionário Sociodemográfico e também do questionário Maslach Burnout Inventory – versão para professores. Os instrumentos foram aplicados a 16 professores conforme o critério de inclusão que consistia em lecionar no mínimo três dias na instituição citada. Os resultados indicaram que 56,25% dos docentes apresentaram a Síndrome de Burnout instaurada, bem como prevaleceram níveis altos de Exaustão Emocional (75%) e Despersonalização (81,25%), e nível baixo em Realização Profissional (68,75%). A profissão docente está entre as profissões que mais oferece condições para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout e, mediante os dados levantados, verificou-se que os resultados são preocupantes, o que torna imprescindível o papel do psicólogo organizacional, a fim de promover saúde e qualidade de vida no trabalho.

Palavras-chave: Esgotamento profissional. Docente. Ensino fundamental. Psicologia organizacional.

1 INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout, também conhecida como a Síndrome do Esgotamento Profissional, consiste, segundo Reinhold (2012), no estresse ocupacional em estágio mais crônico e avançado, e se caracteriza, portanto, pelo esgotamento físico, mental e emocional do indivíduo e ainda pelo profundo sentimento de frustração em relação ao seu trabalho, que aos poucos vai se estendendo para todas as áreas de sua vida.

Trata-se de uma doença relacionada ao contexto organizacional, capaz de produzir uma série de sintomas e consequências para os colaboradores. Dessa forma, pode interferir e comprometer vários aspectos da vida deles em função do desajustamento das atividades laborais, bem como trazer consequências para a organização, pois pode gerar licenças por auxílio-doença, alto índice de absenteísmo, custos com novas contratações e treinamentos,

* Docente do Centro Universitário de Santa Fé do Sul/SP – Unifunec, deforest@hotmai.com

** Graduanda em psicologia, Centro Universitário de Santa Fé do Sul/SP – Unifunec, carolzinha_isa@hotmail.com

*** Graduanda em psicologia, Centro Universitário de Santa Fé do Sul/SP – Unifunec, isadora.lupatini@hotmail.com

dentre outras despesas. Tudo disso pode ocasionar interferências nas questões socioeconômicas da empresa.

O trabalho é essencial na vida do homem, pois, além de prover seu sustento, proporciona-lhe uma identidade. Se por um lado pode ser visto como uma atividade prazerosa, associada à satisfação e ao bem-estar, por outro, pode ser propulsora do adoecimento, transformando o que até então era agradável em fator gerador de conflitos e doenças.

Diante do cenário atual, estar inserido no mercado de trabalho é muito difícil, desde a entrada até a permanência, visto que a sociedade capitalista foca na competitividade, exige cada vez mais perfeição dos seus colaboradores, bem como ritmo acelerado de trabalho, o que pode gerar sobrecarga e estresse no cotidiano dos indivíduos (LOPES; PONTES, 2009).

Como reflexo desse desprazer, a legislação brasileira, com a Lei nº 3.048/99 (Lei que regulamenta a Previdência Social), contempla a Síndrome de Esgotamento Profissional (Burnout) como doença do trabalho (LOPES; PONTES, 2009).

Dessa forma, a atividade docente não foge a esta regra diante desse novo cenário que vem se definindo, uma vez que tais mudanças são refletidas nos sistemas educativos e, conseqüentemente, no trabalho que eles desenvolvem, nas relações profissionais e sociais.

Para Meleiro (2012), existem alguns fatores estressantes presentes tanto no trabalho, quanto na própria profissão docente que, se persistirem, podem acabar desencadeando um quadro de Síndrome de Burnout. Alguns desses fatores podem ser: falta de integração entre os professores; exigência dos gestores cada vez maior para que os docentes ofereçam um ensino de qualidade; enfrentamento do professor com a indisciplina dos alunos; número excessivo de discentes em sala de aula; falta de recursos e materiais para realizarem suas atividades; sobrecarga de suas funções e excesso de responsabilidades. Além disso, os docentes são procurados pelos alunos, geralmente nos intervalos das aulas, para resolverem problemas pessoais, sendo, dessa forma, eleitos como confidentes, deparam-se, portanto, com uma realidade pautada na solução de problemas, porém, não receberam formação para isso.

De acordo com Benevides-Pereira (2012), o que contribui para o esgotamento pode estar associado ao fato do professor ter perdido sua autonomia, porque, muitas vezes, não participa dos estabelecimentos de normas, ou quando participa e não concorda com elas, não pode expor sua opinião. Ademais, vê-se ainda obrigado a participar da organização de festas e rifas, entre outros eventos, a fim de arrecadar fundos para a escola. Além disso, em razão da carência presente em muitos estabelecimentos, acabam tendo que tomar conta do recreio, cuidar dos alunos na entrada e saída do colégio, entre outras atividades que não fazem parte de suas funções e que deveriam estar a cargo de outros profissionais.

Quanto a algumas características pessoais do docente que, se persistirem, podem desencadear a Síndrome de Burnout, são exemplos: ser perfeccionista ao extremo; ter necessidade de controlar tudo durante todo o tempo; ficar tentando agradar mais aos outros do que a si mesmo; possuir expectativas irreais em relação ao trabalho desempenhado e metas impossíveis de serem alcançadas; sentir-se responsável por tudo que não dá certo com seus alunos; ter autoestima baixa; só ver o lado negativo das coisas; autocobrança excessiva; esperar sempre que os pais, os alunos e os diretores façam elogios e aprovações sobre seu trabalho; e também não dividir o trabalho com os outros porque acha que pode fazer melhor que eles (REINHOLD, 2012).

Contudo, a Síndrome de Burnout não acontece de uma hora para outra, pois se trata de um processo cumulativo. Dessa forma, inicia-se com pequenos sinais de alerta que vão aumentando progressivamente. Alguns de seus sintomas psicossociais/comportamentais incluem:

- emoções negativas: irritação, insatisfação, frustração, ansiedade, desespero, desmotivação, pessimismo, sensação de vazio, vontade de chorar, diminuição de interesse pelo trabalho, sensação de não ser querido por outras pessoas, entre outros;

- problemas interpessoais e retraimento emocional/social: isolamento diante de colegas e familiares, tendência a se privar de um apoio deles e a agir de maneira indiferente aos sentimentos e problemas dos outros, por isso, muitas vezes, esses profissionais veem seus alunos como objeto e não como pessoas;

- queda do desempenho: dificuldade em se concentrar em projetos pessoais, o que pode levar ao absenteísmo;

- cinismo em suas relações: questionamento de seu próprio valor, dos colegas, do trabalho e da vida;

- funcionamento repetitivo: apresenta pouca iniciativa e pouca capacidade de tomar decisões;

- comportamento desorganizado: atrasos, demora para desempenhar as atividades, dentre outros (REINHOLD, 2012).

Além de sintomas psicossociais/comportamentais, o indivíduo com a Síndrome de Burnout passa a demonstrar uma série de sintomas psicossomáticos/físicos, que incluem: a sensação de cansaço e esgotamento, gripes, resfriados, alergias, insônias, distúrbios cardiovasculares e gastrointestinais, dores de cabeça, problemas dermatológicos, dores nas costas, perda de desejo sexual, oscilações de peso, zumbido nos ouvidos, náuseas, entre outros (REINHOLD, 2012).

Ressalta-se que a Síndrome de Burnout pode afetar todas as profissões, mas está especialmente vinculada às profissões de ajuda, que requerem contínuo e intenso contato interpessoal, incluindo-se os problemas e conflitos dessas pessoas (REINHOLD, 2012). Isso não é diferente com os professores, que lidam diretamente com os alunos e com os problemas e conflitos desses indivíduos.

Dessa forma, torna-se relevante essa pesquisa, porque atualmente as profissões que laboram diretamente com pessoas têm ganhado a atenção de pesquisadores. Assim, pretende-se contribuir para construção do conhecimento sobre a Síndrome de Burnout.

Para o desenvolvimento do estudo, utilizou-se a pesquisa de campo quantitativa, cujo objetivo foi investigar indicadores da Síndrome de Burnout em professores do Ensino Fundamental II de uma escola pública municipal.

2 METODOLOGIA

Neste trabalho, desenvolveu-se uma pesquisa de campo quantitativa, tomando como dimensão a Síndrome de Burnout e os dados sociodemográficos, porém não pressupondo relação de causalidade.

A proposta foi apresentada ao Comitê de Ética em Pesquisa e, após a aprovação, foi realizado o contato com a escola com o intuito de expor os objetivos do trabalho. Mediante a liberação da proposta para a realização da pesquisa, foi entregue a solicitação de autorização a fim de que se pudesse dar início ao processo de coleta de dados.

2.1 População

A pesquisa foi realizada com todos os professores do Ensino Fundamental II da rede pública de ensino da E.M Prof.^a Agnes Rondon Ribeiro na cidade de Santa Fé do Sul- SP. Essa escola foi eleita pelo contato prévio em estágio realizado em anos anteriores, por ser uma instituição receptiva, que sempre facilitou o acesso à realização de estágios, entre outras atividades acadêmicas.

O critério de inclusão foi que lecionassem nesta instituição por no mínimo três dias, e o critério de exclusão foi que não participaria os que estivessem de licença médica, férias ou que não concordassem em participar da pesquisa.

2.2 Instrumentos

Os dados foram coletados por meio de dois instrumentos: Questionário Sociodemográfico e Inventário de “Burnout” de Maslach - Versão para Professores (MBI-VP).

a) Questionário Sociodemográfico: contempla informações relacionadas à idade; ao tempo de emprego, tais como: com menos de 1 ano, de 2 a 3 anos, 3 a 5 anos, ou mais de 5 anos; sexo masculino ou feminino; estado civil: casado, solteiro, divorciado, viúvo ou amasiado; escolaridade: ensino superior, especialista, mestre ou doutor; renda familiar: 2 a 3 salários mínimos, 3 a 5 salários mínimos, 5 a 8 salários mínimos ou acima de 8 salários mínimos.

b) Inventário de “Burnout” de Maslach - Versão para Professores (MBI-VP) traduzido e adaptado por Carlotto e Câmara (2004): é um instrumento autoaplicável que avalia como o colaborador vivencia seu trabalho, com base em três dimensões conceituais da Síndrome de Burnout: Exaustão Emocional (nove itens) que irá analisar os sentimentos de sobrecarga emocional e exaustão devido às exigências do trabalho; Realização Profissional (oito itens) que é usada para avaliar os sentimentos de competência e satisfação profissional; e Despersonalização (cinco itens) que pretende medir as respostas “frias” ou negativas que são dirigidas àqueles a quem se prestam serviços e estão em constante contato.

A frequência com que cada sentimento ocorre nas três áreas é avaliada numa escala, variando entre o mínimo de um e o máximo de cinco, sendo um para nunca, dois para algumas vezes ao ano, três para algumas vezes ao mês, quatro para indicar algumas vezes na semana e cinco para diariamente.

2.3 Coleta de dados

Os participantes foram informados sobre: os objetivos da pesquisa, do caráter confidencial das respostas e da voluntariedade de sua participação. Ainda, receberam uma carta de informação da pesquisa, contendo as informações necessárias. Os que concordaram em participar assinaram a carta e o termo de consentimento livre e esclarecido.

Após assinarem o termo de consentimento livre e a carta de informação, responderam primeiramente o questionário sociodemográfico e, em seguida, foi aplicado o Inventário de “Burnout” de Maslach- Versão para Professores (MBI -VP).

A coleta de dados foi realizada na sala da coordenação, num período de quinze dias, durante o horário de trabalho dos docentes. Ela foi pré-agendada com os participantes para que se sentissem mais à vontade e respondessem ao questionário sem pressa. A abordagem utilizada

foi a individual, e o pesquisador ficou responsável pela aplicação. Após a aplicação, os dados foram organizados e quantificados para análise dos resultados e discussão.

2.4 Análise de dados

A análise dos dados ocorreu em três etapas.

Inicialmente foi realizada uma análise do questionário sociodemográfico para calcular a média do estado civil, idade, tempo de serviço, sexo, renda familiar e escolaridade.

Na segunda etapa, foi feita análise geral do número de sujeitos e a porcentagem relacionada ao resultado do MBI - VP. Desta forma, foi possível examinar as respostas do sujeito e as relacionar com os resultados padronizados do MBI, com base em três dimensões conceituais: exaustão emocional, realização profissional e despersonalização.

Por fim, foi feita a relação entre idade, sexo, estado civil, renda familiar, tempo de serviço, escolaridade e os resultados do MBI - VP, porém sem pressupor relação de causalidade. Tal resultado foi categorizado em forma de tabelas para a apresentação. Assim, houve a discussão sobre a análise dos resultados, à luz do aporte teórico que deu sustentação a essa pesquisa.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os participantes da pesquisa foram 16 professores de uma escola pública de Ensino Fundamental II na cidade de Santa Fé do Sul, localizada no interior de São Paulo. A maior parte do grupo concentra-se na faixa de 31 a 40 anos (31%), pertence ao sexo feminino (75%), casado (62%), possui de 3 a 5 salários mínimos (44%), possuem pós-graduação (27%), e tem mais de 5 anos de tempo empresa (75%).

Ao realizar a análise dos resultados para avaliar a prevalência da Síndrome de Burnout nos participantes da pesquisa, optou-se em utilizar a proposta de Carlotto e Câmara (2004), indicando a Síndrome Burnout instaurada: a presença de altos escores em Exaustão Emocional e Despersonalização, seguidos de baixos escores em Realização Profissional. Dessa forma, um indivíduo com a Síndrome de Burnout pontuaria acima de 25 em Exaustão Emocional, acima de oito em Despersonalização e abaixo de 34 em Realização Profissional (Tabela 1).

Tabela 1 – Níveis de Burnout

FATORES DO MBI - VP	NÍVEIS		
	Baixo	Médio	Alto
Exaustão Emocional	15	16-25	26
Despersonalização	2	3-8	9
Realização Profissional	33	34-42	43

Fonte: BENEVIDES-PEREIRA, 2010.

Em uma análise geral dos valores obtidos em Exaustão Emocional, Despersonalização e Realização Profissional, na tabela 2 identificou-se que 56,25% dos professores possuem a Síndrome de Burnout instaurada. Tal resultado corrobora com a pesquisa de Ribeiro, Barbosa e Soares (2015), em um de seus estudos, de que a maioria dos professores participantes da pesquisa estavam afetados pela Síndrome de Burnout.

Tabela 2 – Níveis de Burnout em professores do ensino fundamental de uma escola pública

FATOR	NÍVEL	SUJEITOS	%
	Baixo	-	-
Exaustão Emocional	Médio	4	25
	Alto	12	75
	Baixo	-	-
Despersonalização	Médio	3	18,75
	Alto	13	81,25
	Baixo	11	68,75
Realização Profissional	Médio	5	31,25
	Alto	-	-

Fonte: Das próprias autoras.

Ao examinar os níveis da Síndrome de Burnout em cada dimensão, percebeu-se níveis profundos em Exaustão Emocional, visto que doze professores (75%) apresentaram nível alto, quatro, índice moderado (25%) e, nenhum indicou baixo nível.

Os resultados levam a pensar que os participantes estejam em um estado de esgotamento e cansaço elevado, o que é preocupante, visto que para Benevides-Pereira (2012) esta dimensão é a que mais está relacionada ao estresse, e é considerada a dimensão central da Síndrome de Burnout por fazer referência aos sentimentos de esgotamento (físico, mental e emocional) resultante de um envolvimento com outras pessoas e, com os conflitos dessas pessoas a um longo prazo.

Em relação ao fator Despersonalização, foi a dimensão em que o maior número de professores expressa valores altos, pois 13 deles (81,25%) compreenderam níveis profundos e três, índice moderado (18,75%). Nenhum indivíduo apontou níveis baixos.

Dessa forma, torna-se inquietantes os resultados obtidos com a pesquisa, uma vez que a falta de contato social e apoio desses professores dificultam o enfrentamento da Síndrome de Burnout. Tal dimensão, segundo Benevides-Pereira (2012), é uma característica defensiva, por se tratar de um mecanismo inconsciente utilizado pelo profissional para evitar envolvimento emocional e afetivo com as pessoas. Por isso, desenvolve comportamentos e atitudes negativas, desprovidas de interesse, ostentando uma postura fria e distante, tratando as pessoas como se fossem objetos, com cinismo e com certa indiferença.

Por fim, na dimensão Realização Profissional, 11 professores (68,75%) tiveram índice baixo, cinco deles nível moderado (31,25%) e nenhum apresentou nível alto. Essa dimensão é definida como a tendência que o profissional tem em se avaliar de maneira negativa e depreciativa, porque ele se sente insatisfeito e ineficiente diante do próprio trabalho, com redução da sua autoestima, assim como uma diminuição de sua capacidade de interação com os outros (BENEVIDES-PEREIRA, 2012). Esses sentimentos acabam refletindo nesses docentes e, comprometem o desempenho pessoal, deles e inclusive em sala de aula, o que pode ser considerado uma tendência ao absenteísmo.

A terceira e última etapa da análise dos dados consistiu em realizar uma relação com algumas características dos participantes com os resultados do MBI - VP, porém sem pressupor relação de causalidade.

As tabelas 3, 4, 5, 6 e 7 apresentam os dados sócios demográficos (idade, tempo de emprego, sexo, estado civil e renda familiar) relacionados com síndrome instaurada. Para explicar o número de indivíduos presentes nas tabelas a seguir, em relação à Síndrome de Burnout instaurada, considerou-se um novo universo de professores (apenas os que estavam acometidos, o que corresponde a nove professores, conforme foi mostrado na análise geral dos resultados). Já para as três dimensões da Síndrome de Burnout, considerou-se o valor total (16 professores). Contudo, optou-se apenas por fazer a relação com os que apresentaram níveis alto de exaustão e despersonalização e níveis baixos de realização profissional, já que, como explicado anteriormente, são eles que determinam a presença da Síndrome de Burnout no indivíduo.

Tabela 3 - Relação da idade com a instauração e os níveis da Síndrome de Burnout

Idade (anos)	Síndrome Instaurada	Alto nível de Exaustão	Alto nível de Despersonalização	Baixo nível de Realização Profissional
20 a 30	3 sujeitos (33,35%)	3 sujeitos (18,75%)	4 sujeitos (25%)	3 sujeitos (18,75%)
31 a 40	3 sujeitos (33,35%)	3 sujeitos (18,75%)	3 sujeitos (18,75%)	3 sujeitos (18,75%)
41 a 50	1 sujeito (11,11%)	3 sujeitos (18,75%)	2 sujeitos (12,5%)	2 sujeitos (12,5%)
51 ou mais	2 sujeitos (22,22%)	3 sujeitos (18,75%)	4 sujeitos (25%)	3 sujeitos (18,75%)

Fonte: Das próprias autoras.

Conforme a tabela 3, foi possível compreender que dos nove indivíduos que manifestaram a Síndrome de Burnout instaurada, seis deles (66,7%), ou seja, a maioria concentrava-se na faixa de 20 a 40 anos. Já dos que se encontravam na faixa de 41 a 50 anos, apenas um professor apresentou a Síndrome de Burnout (11,11%). Quanto aos que tinham 51 anos ou mais, dois exibiram a doença (22,22%).

Para Carlotto (2011), é comum que as pesquisas vêm identificando que os indivíduos mais afetados pela Síndrome de Burnout são os jovens professores, e isso geralmente acontece pelas metas e expectativas irreais em relação à profissão e ao trabalho desempenhado, porque é comum iniciarem suas carreiras com muito entusiasmo e dedicação. Contudo, as dificuldades do ensino que acabam se somando às vulnerabilidades psicológicas do professor, acrescidas das pressões dos seus superiores e demais, acabam fazendo com que eles comecem a questionar a sua profissão e a vontade de manter-se nela, visto que são envolvidos, muitas vezes, ao sentimento de profunda frustração e esgotamento.

De acordo com cada dimensão da Síndrome, quanto ao fator Exaustão Emocional, constatou-se que, dos 16 professores que participaram da pesquisa, 12 apresentaram nível alto em exaustão, ou seja, 75% dos professores estavam num nível de cansaço e esgotamento físico e mental elevado, não havendo faixa etária que se sobrepusesse a outra.

Quanto ao fator Despersonalização, os indivíduos na faixa de 20 a 30 anos (quatro sujeitos) e 51 anos ou mais (quatro sujeitos), foram os que mais expressaram nível alto, isto é, 50% deles manifestam essa característica defensiva. Já em relação aos que se encontravam na faixa de 31 a 40 anos (18,75%), que corresponde a três professores, e aos de 41 a 50 anos (12,75%), correspondente a dois sujeitos, estavam com alto nível de despersonalização.

Por último, ao analisar o nível de Realização Profissional desses professores quanto à idade, identificou-se que três sujeitos de 20 a 30 anos, três de 31 a 40 e, três sujeitos de 51 ou

mais, externaram nível baixo de realização (56,25%), totalizando a maioria. Contudo, concluiu-se que dois sujeitos (12,5%) de 41 a 50 anos exprimiram nível baixo de Realização Profissional.

Tabela 4 - Relação do tempo de emprego com a instauração e os níveis da Síndrome de Burnout

Tempo de emprego	Síndrome Instaurada	Alto nível de Exaustão	Alto nível Despersonalização	Baixo nível de Realização Profissional
Menos de 1 ano	-	-	-	-
1 a 2 anos	-	-	-	-
2 a 3 anos	1 sujeito (11,11%)	1 sujeito (6,25%)	1 sujeito (6,25%)	1 sujeito (6,25%)
3 a 5 anos	-	-	-	-
Mais de 5 anos	8 sujeitos (88,89%)	11 sujeitos (68,75%)	10 sujeitos (62,5%)	9 sujeitos (56,25%)

Fonte: Das próprias autoras.

Observa-se na tabela 4 que todos os participantes da pesquisa que trabalham nesta instituição possuem mais de dois anos de serviço. Dessa forma, apenas um participante (11,11%) que trabalha de 2 a 3 anos apresentou a Síndrome de Burnout instaurada; dos três que trabalham de 3 a 5 anos, nenhum apresentou. Todavia, percebeu-se que os oito professores (88,88%) que possuem mais tempo de serviço na escola estavam acometidos pela Síndrome de Burnout.

Em relação ao alto nível de Exaustão Emocional, compreendeu-se que novamente os professores que trabalhavam na escola há mais tempo (mais de cinco anos) foi novamente o grupo de professores que mais apresentou índices elevados: onze deles (68,75%) estavam com os seus recursos esgotados, enquanto que apenas um sujeito (6,25%), com dois a três anos de serviço, também estava. Tal resultado corrobora com a pesquisa de Silva e Carlotto (2003), em um de seus estudos.

Isso é comum acontecer, pois, conforme vai aumentando o tempo de serviço/atividade profissional pode haver elevação do sentimento de desgaste. Provavelmente esse desgaste ocorre como consequência de maior envolvimento do profissional no local de trabalho e pela cobrança social que acaba sendo depositada no docente com relação às atribuições e ao seu papel (SILVA; CARLOTTO, 2003).

Quanto ao fator Despersonalização, 10 sujeitos (62,5%), com mais de cinco anos de serviço, e um sujeito (6,25%) com dois a três anos, manifestaram alto nível nessa dimensão.

O mesmo percebeu-se em Realização profissional, pois nove sujeitos (56,25%), com mais de cinco anos de serviço, e um sujeito (6,25%) de dois a três anos expuseram nível baixo em realização.

Tabela 5 - Relação do sexo com a instauração e os níveis da Síndrome de Burnout

Sexo	Síndrome Instaurada	Alto nível de Exaustão	Alto Nível de Despersonalização	Baixo nível de Realização Profissional
Feminino	8 sujeitos (88,89%)	10 sujeitos (62,5%)	9 sujeitos (56,25%)	9 sujeitos (56,25%)
Masculino	1 sujeito (11,11%)	2 sujeitos (12,5%)	4 sujeitos (25%)	2 sujeitos (12,5%)

Fonte: Das próprias autoras.

Conforme a tabela 5, ao analisar então o sexo dos indivíduos que participaram da pesquisa em relação à instauração da Síndrome de Burnout, observou-se que oito deles (88,89%) pertenciam ao sexo feminino, enquanto que apenas um (11,11%) pertencia ao sexo masculino. Ou seja, as mulheres dessa instituição estavam mais afetadas pela Síndrome de Burnout do que os homens, levando-se em consideração que a maioria dos participantes são do sexo feminino.

Dessa forma, percebeu-se que o nível de Exaustão Emocional nas mulheres foi maior do que nos homens, visto que dez delas (62,5%) estavam com nível elevado, enquanto que dos homens, apenas dois deles (12,5%) estavam com seus recursos esgotados.

Já em relação ao fator Despersonalização, nove mulheres (56,25%) e quatro homens (25%) estavam com nível alto.

E, por último, avaliando a dimensão de Realização Profissional, constatou-se que nove mulheres (56,25%) e dois homens (12,5%) apresentavam sentimento de insatisfação e incompetência em relação ao trabalho desempenhado.

Não há consenso quanto à possibilidade da Síndrome de Burnout ser mais frequente em um sexo do que no outro, portanto, de modo geral, as mulheres têm apresentado exaustão mais elevada do que os homens, o que foi verificado nesse estudo.

Para Maslach e Jackson (1985), é comum que as mulheres apresentem maior exaustão emocional do que os homens por estarem mais envolvidas com o cuidado (instinto materno), preocupada com as outras pessoas e por assumirem jornada dupla. Afirma ainda que os homens demonstram maior despersonalização por ser cobrado deles uma postura social mais direta e fria. Entretanto, isso não foi verificado nesta pesquisa, mas deve-se considerar que a maioria

dos participantes pertence ao sexo feminino e que toda a população masculina, mesmo que a minoria, apresentaram nível alto de despersonalização.

Tabela 6 – Relação do estado civil com a instauração e os níveis da Síndrome de Burnout

Estado Civil	Síndrome Instaurada	Alto nível de Exaustão	Alto nível de Despersonalização	Baixo nível de Realização Profissional
Solteiro	-	-	2 sujeitos (12,5%)	1 sujeito (6,25%)
Casado	6 sujeitos (66,67%)	9 sujeitos (56,25%)	8 sujeitos (50%)	7 sujeitos (43,75%)
Divorciado	3 sujeitos (33,33%)	3 sujeitos (18,75%)	3 sujeitos (18,75%)	3 sujeitos (18,75%)
Viúvo	-	-	-	-
União estável	-	-	-	-

Fonte: Das próprias autoras.

Quanto à presença da Síndrome de Burnout, registrou-se que nenhum solteiro, viúvo ou com união estável, estavam acometidos pela doença, no entanto, seis sujeitos casados (66,67%) e três divorciados (33,33%) manifestaram a Síndrome instaurada.

Em relação ao fator Exaustão Emocional, apenas os casados e divorciados apresentaram níveis alto. Dessa forma notou-se que nove participantes casados (56,25%) e três divorciados (18,75%) estavam tomados pelo sentimento de esgotamento.

Quanto ao fator Despersonalização, percebeu-se que apresentaram nível alto oito sujeitos casados (50%), três sujeitos divorciados (18,75%) e dois sujeitos solteiros (12,5%).

Avaliando a Realização Profissional dos participantes, notou-se que, dos que apresentaram nível baixo, sete sujeitos (43,75%) eram casados, três (18,75%) eram divorciados e apenas um (6,25%) era solteiro.

Os resultados encontrados acerca da realização profissional estão de acordo com estudos feitos por Carlotto (2011) quanto à situação conjugal desses indivíduos, já que os dados revelaram que os que possuem maior realização no trabalho foram os participantes que não tinham companheiro fixo. No entanto, um estudo similar, de Ozdemir (2007) e Maslach e Jackson (1985), certificou que os professores solteiros possuem maior exaustão emocional, maior despersonalização e menor realização no trabalho.

Ozdemir (2007) e Maslach e Jackson (1985) explicam o porquê das pessoas casadas terem menos Síndrome de Burnout do que as pessoas solteiras, separadas ou viúvas. As pessoas casadas possuem uma visão diferente do seu trabalho, isto é, o salário e a segurança são mais

importantes do que o entusiasmo com o trabalho em si e com a satisfação. Também pela vida em família proporcionar mais experiência para lidar com as pessoas e seus problemas.

Tabela 7 –Relação da renda familiar com a instauração e os níveis da Síndrome de Burnout.

Renda Familiar (salário mínimo)	Síndrome Instaurada	Alto nível de Exaustão	Alto Nível de Despersonalização	Baixo nível de Realização Profissional
2 a 3	1 sujeito (11,11%)	2 sujeitos (12,5%)	3 sujeitos (18,75%)	1 sujeito (6,25%)
3 a 5	4 sujeitos (44,44%)	5 sujeitos (31,25%)	4 sujeitos (25%)	5 sujeitos (31,25%)
5 a 8	4 sujeitos (44,44%)	5 sujeitos (31,25%)	6 sujeitos (37,5%)	5 sujeitos (31,25%)
Acima de 8	-	-	-	-

Fonte: Das próprias autoras.

Observa-se na tabela 7 que nenhum professor apresentava renda familiar acima de oito salários mínimos. Contudo, dos nove professores que estavam com a Síndrome de Burnout instaurada, oito deles (88,88%) possuíam de três a oito salários mínimos e apenas um sujeito (11,11%) possuía de dois a três.

Averiguando a Exaustão Emocional dos participantes da pesquisa, 12 professores mostraram nível alto, sendo 10 sujeitos (62,5%) com renda familiar de três a oito salários mínimos e apenas dois (12,5%) com renda de dois a três salários.

Quanto ao fator Despersonalização, 13 professores demonstraram nível alto, dos quais, três (18,75%) com renda familiar de dois a três salários mínimos, quatro (25%) com três a cinco, e seis sujeitos (37,5%) com cinco a oito salários.

Quanto à Realização Profissional desses indivíduos, 11 professores manifestaram nível baixo, sendo 10 sujeitos (62,5%) com renda familiar de três a oito salários mínimos e, apenas um sujeito (6,25%) com dois a três.

A partir do exposto, foi possível compreender que os professores que apresentaram a Síndrome de Burnout instaurada, e índices elevados de exaustão e despersonalização e, índices baixos de realização profissional não recebem mais que oito salários mínimos, o que pode ser explicado por Benevides-Pereira (2012), uma vez que a sociedade costuma muitas vezes entender o ser docente mais como uma vocação do que como uma profissão.

Com isso, o salário do professor passa a ser interpretado como se fosse uma “ajuda de custo” e não um salário propriamente dito. Então, o baixo salário os conduzem a mais de uma

jornada de trabalho e, conseqüentemente, à carga horária elevada e à maior sensação de esgotamento e perda de energia.

4 CONCLUSÃO

A literatura aponta que a profissão docente está entre as profissões que mais oferece condições para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout, dados levantados neste trabalho apontam que os professores apresentaram a Síndrome de Burnout instaurada e prevaleceram níveis altos de Exaustão Emocional e de Despersonalização e níveis reduzidos de Realização Profissional.

Quanto à instauração da Síndrome, prevaleceu com quadro de Burnout aqueles professores mais jovens (de 20 a 40 anos), com mais de cinco anos de tempo de serviço, do sexo feminino, casados, que haviam cursado apenas ensino superior, e com renda de três a oito salários mínimos.

Com efeito, ações preventivas e estratégias reparatórias devem ser abordadas, pois a Síndrome de Burnout pode evoluir e trazer conseqüências mais sérias e danosas a esses professores, bem como ao sistema educativo e à organização como um todo. Torna-se, assim, imprescindível o papel do psicólogo organizacional, a fim de promover saúde e qualidade de vida no trabalho.

Diante do exposto no presente trabalho, sugere-se, como possibilidades de novos estudos, a realização de pesquisas com análise estatística entre as características sociodemográficas e as dimensões da Síndrome de Burnout.

BURNOUT SYNDROME IN ELEMENTARY SCHOOL TEACHERS FROM A PUBLIC SCHOOL

ABSTRACT

Bournout Syndrome or professional fatigue syndrome is a chronic occupational stress response, characterized by total exhaustion of individual's energy. Therefore, this research means to investigate Burnout Syndrome indicators in Elementary School teachers from a municipal public school network. For this purpose, a quantitative field research was developed, the application of a Socio-Demographic Questionnaire was adopted and either Maslach Burnout Inventory was applied- teacher's version. The instruments were applied to 16 teachers according to the inclusion discretion that was consisted of teaching for at least three days in the mentioned institution. The results showed that 56,25% of teachers presented Burnout Syndrome settlement, as well as the prevalence of high levels of Emotional Exhaustion (75%) and Depersonalization (81,25%), and low-level of Professional Achievement (68,75%). Teaching profession is among the ones that provide favorable conditions to the development of Burnout

Syndrome and, according to surveyed data, it was verified that the results are very concerning; it makes crucial the role of the organizational psychologist, in order to promote health and life quality at work environment.

Key-words: Professional Exhaustion. Teacher. Elementary School. Organizational Psychology

REFERÊNCIAS

BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. **Burnout**: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador.4.ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.

BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. Considerações sobre a Síndrome de Burnout e seu impacto no ensino. **Boletim de Psicologia**, São Paulo, v. 62, n. 137, p. 155 – 68, 2012. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0006-59432012000200005>. Acesso em: 10 abr. 2017

CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout em professores: prevalência e fatores associados. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v.27, n.4, p. 403-10, out/dez, 2011. Disponível em:<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722011000400003>. Acesso em: 10 ago. 2017

CARLOTTO, M. S; CÂMARA, S.G. 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. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722004000300018>. Acesso em: 19 mar. 2017

LOPES, A. P; PONTES, E. A. S. Síndrome de Burnout: um estudo comparativo entre professores das redes pública estadual e particular. **Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional (ABRAPEE)**, São Paulo, v.13, n.2, p. 275 – 81, jul/dez, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-85572009000200010&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em: 12 abr. 2017

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. The role of sex and Family in Burnout. **Sex Roles**, v.12, n.7/8, 1985. Disponível em: <<https://deepblue.lib.umich.edu/bitstream/handle/2027.42/45574/?sequence=1>>. Acesso em: 22 jul. 2017.

MELEIRO, A. M. A. S. O stress do professor. In: LIPP, M. E. N. (Org). **O stress do professor**. 7.ed., Campinas: Papyrus, 2012. Cap.1, p.11 -28.

OZDEMIR, Y. The role of classroom management efficacy in predicting teacher Burnout. **Innovation**, v.1, n.11, 2007. Disponível em <<http://waset.org/publications/8929/the-role-of-classroom-management-efficacy-in-predicting-teacher-burnout>>. Acesso em: 22 jul. 2017.

REINHOLD, H. H. O. Burnout. In: LIPP, M. E. N. (Org). **O stress do professor**. 7. ed., Campinas: Papyrus, 2012. Cap. 5, p. 63 – 80.

RIBEIRO, L. C. C; BARBOSA, L. A.C.R; SOARES, A. S. Avaliação da prevalência de Burnout entre professores e sua relação com as variáveis sociodemográficas. **Revista de enfermagem do centro oeste mineiro (RECOM)**, Divinópolis, v. 5, n. 3, p. 1741-1751 set/dez, 2015. Disponível em:<<http://www.seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/987/928>>. Acesso em: 10 ago. 2017

RUIZ, J. A. **Metodologia científica**: guia para eficiências nos estudos. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

SILVA, G.N; CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout: um estudo com professores da rede pública. **Psicologia escolar e educacional**, São Paulo, v.7, n.2, p. 145-153, 2003. Disponível em:<http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-85572003000200004&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em: 20 ago. 2017.

Recebido em: 03 de agosto de 2018.

Aprovado em: 08 de novembro em 2018.