

## **A Síndrome de Burnout em docentes do ensino superior de instituições privadas de Santarém, PA.**

The Burnout Syndrome in professors of private higher education institutions of Santarém, PA.

El estudio el síndrome de burnout en docentes de instituciones privadas de enseñanza superior de Santarém-PA.

Loreni Bruch Dutra<sup>1</sup>

Denise Aerts<sup>2</sup>

Geysa Guimarães Alves<sup>3</sup>

Sheila Gonçalves Câmara<sup>4</sup>

**RESUMO:** A Síndrome de Burnout implica em diversas consequências sociais e afeta negativamente a qualidade de vida do docente e do trabalho desenvolvido. Compreende as seguintes dimensões: Ilusão pelo trabalho, Desgaste psíquico, Indolência e Culpa. O objetivo deste artigo foi estudar a Síndrome de Burnout em docentes das instituições privadas de ensino superior de Santarém-PA e sua relação com características demográficas, laborais e estilo de vida. Foi realizado estudo transversal com 311 docentes das áreas da saúde, exatas e humanas. Utilizou-se o instrumento autoaplicável, *Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo*- e regressão linear múltipla para o estudo de cada uma das quatro dimensões da Síndrome de Burnout. Os resultados mostraram que tempo de docência e tempo de docência na instituição; qualidade da relação com chefias, colegas e alunos; presença de recursos necessários para o trabalho; desejo de mudar de profissão e percepção de saúde foram algumas das características que estiveram relacionados com as dimensões da Síndrome de Burnout. Portanto, necessita-se de investimentos em políticas institucionais que visem a melhoria da qualidade de vida do docente nas suas funções laborais e investimentos nas condições de trabalho.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout. Docentes. Condições de trabalho.

---

1 Pedagoga, Mestre em em Saúde Coletiva, Especialista em Administração e Planejamento para Docentes pela Universidade Luterana do Brasil. Santarém-PA, Brasil. E-mail: [lorenibd@yahoo.com.br](mailto:lorenibd@yahoo.com.br)

2 Professora do Mestrado em Saúde Coletiva da Universidade Luterana do Brasil. E-mail: [daerts.md@gmail.com](mailto:daerts.md@gmail.com)

3 Professora e Coordenadora do Mestrado em Saúde Coletiva da Universidade Luterana do Brasil. E-mail: [gehysa@terra.com.br](mailto:gehysa@terra.com.br)

4 Professora da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Email: [sheila.gcamara@gmail.com](mailto:sheila.gcamara@gmail.com)

**ABSTRACT :** The Burnout's Syndrome implies many social consequences and affects negatively the professors' quality of life and their work. It comprises the following dimensions: illusion at work, mental exhaustion, Indolence and Guilt. The purpose of this paper was to study the Burnout's Syndrome (BS) in professors of private university education of Santarém-PA, and to investigate the relation with demographic and labor characteristics and lifestyle. A cross-sectional study with 311 professors in the areas of health, science and arts was done. We used the self-report instrument, Cuestionario para la Evaluación del Quemarse syndrome por el Trabajo-SBI, and multiple linear regression was used for each of the four dimensions of burnout's syndrome: Illusion at work, mental exhaustion, Indolence and Guilt. The results showed that teaching time and institution teaching time; quality in relation to the heads of the institution, colleagues and students; presence of necessary resources for the work; desire to change the profession and health perception were some of the characteristics who were related with the dimensions of the BS. The results of this study confirm the existence of burnout's syndrome among professors. Therefore, it is necessary investments in institutional policies who can improve the professors' quality of life in their work functions and investments in work conditions. Keywords: Burnout's syndrome. Professors. Work conditions.

**RESUMEN:** El Síndrome de Burnout implica diversas consecuencias, siendo las sociales, las que más afectan sobremanera la calidad de vida del docente y del trabajo por este desarrollado. Comprende las siguientes dimensiones: Ilusión por el trabajo, Desgaste psíquico, Insensibilidad y Culpa. El objetivo de este artículo fue el de estudiar el Síndrome de Burnout (SB) en docentes de instituciones privadas de enseñanza superior de Santarém-PA, su relación con características demográficas, laborales y estilo de vida. Se realizaron estudios transversales con 311 docentes pertenecientes a las áreas de salud, exactas y humanas. Se utilizó el instrumento autoaplicable, *Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo-CESQT*, y regresión lineal múltiple para el estudio de cada una de las cuatro dimensiones de la SB. Los resultados demostraron que tiempo de docencia y tiempo de ésta en la institución; calidad de relación con jefes, colegas y alumnos; presencia de recursos necesarios para el trabajo; deseo de cambiar de profesión y percepción del estado de salud fueron algunas de las características que estuvieron relacionadas con las dimensiones del SB. Por tanto, se hace necesario un plan de inversiones en las políticas

institucionales que visen mejorar la calidad de vida del docente en sus funciones laborales y en las condiciones de trabajo.

Palavras chave: Síndrome de Burnout. Docentes. Condiciones de trabajo.

## **INTRODUÇÃO**

Qualidade de vida, em termos de saúde física e mental, é essencial para a realização plena das pessoas, tanto na vida pessoal como profissional. Entretanto, alcançar bons níveis nem sempre é tarefa fácil, em função de diversos fatores pessoais, profissionais e institucionais. Esses são evidenciados na educação, uma das áreas mais afetadas pelas transformações globais, transmutada pela rápida e profunda transição da sociedade industrial para uma economia de prestação de serviços que devasta a identidade profissional do indivíduo<sup>1</sup>.

Estas transformações da sociedade pós-moderna impactaram profundamente as condições laborais, trazendo mais cobranças aos trabalhadores para que produzam cada vez mais, priorizando o acúmulo do capital<sup>1,2</sup>. O mundo contemporâneo exige, do indivíduo, competências múltiplas para resolver situações complexas que se apresentam cotidianamente nas diferentes esferas de atuação, sendo imprescindível que todos os profissionais desenvolvam inteligências intra e interpessoais<sup>2,3,4</sup>. Neste contexto de transformações, os professores tiveram que se adequar e se instrumentalizar para responder às novas demandas do mercado de trabalho, o qual exige cada vez mais habilidades como por exemplo, saber utilizar os recursos tecnológicos, lidar com os conflitos nas relações interpessoais e apropriar-se de diversos saberes. Além disso, tem-se observado que o ambiente educativo, muitas vezes, apresenta falta de organização e, conseqüentemente, má gestão de pessoas<sup>4</sup>.

Para agravar essa situação que se distancia de uma ambiência saudável, o convívio diário com muitos alunos pode gerar estresse nos docentes<sup>5,6</sup>. Somando-se a isso, tem-se observado que o trabalho docente, inspirado no modelo industrial de produção em série, acabou se fragmentando, determinando que os profissionais desenvolvessem funções simultâneas e dedicassem cada vez menos tempo para aprimoramento profissional, além de reduzir seu tempo de lazer, convívio social e familiar<sup>7</sup>.

Frequentemente, os professores são foco de expectativas dos alunos, pais e de diversos segmentos da sociedade que vêem, na educação, o alicerce para a vida pessoal e profissional<sup>1,7</sup>. Tal demanda social, nem sempre concretizada na educação escolar, acaba produzindo um forte mal estar, provocado por estressores psicossociais atrelados à natureza de suas funções e ao contexto institucional e social no qual essas são exercidas. Esta circunstância, em geral, leva ao esgotamento físico e emocional<sup>1</sup>.

Para a Organização Internacional do Trabalho, a atividade de professor é considerada como de alto risco, sendo a segunda categoria profissional, em nível mundial, a portar doenças de caráter ocupacional<sup>7,8,9,10</sup>, evidenciando a gravidade do processo de adoecimento dos profissionais. Dentre essas doenças, pode-se identificar a Síndrome de Burnout (SB), considerada como um complexo fenômeno, multidimensional, resultante da interação entre aspectos individuais e laborais<sup>8</sup>.

A síndrome<sup>11</sup> pode ser avaliada por quatro dimensões: ilusão pelo trabalho, desgaste psíquico, indolência e culpa<sup>12,13,14</sup>, e está associada à várias características dos trabalhadores. Entre elas, sexo, idade, estado civil, filhos<sup>11,12</sup>; características da personalidade e autoeficácia<sup>15,16</sup>; experiência profissional, desenvolvimento de carreira, relacionamento interpessoal, suporte social, conflitos e ambiguidade de papel, controle, sobrecarga de trabalho, pressão no trabalho, motivação no trabalho e satisfação no trabalho<sup>17,18</sup> e o clima organizacional, contexto sociocultural e político<sup>19,20</sup>.

No Brasil, Burnout é conhecida como a síndrome de esgotamento profissional, porém ainda não é amplamente conhecida pela área médica, dificultando seu diagnóstico<sup>7</sup>. Em função dessa realidade, o presente estudo teve como objetivo estudar a Síndrome de Burnout em docentes das instituições privadas de ensino superior de Santarém PA e sua relação com características **demográficas, laborais e estilo de vida**.

## **MATERIAL E MÉTODOS**

Foi realizado um estudo transversal com dados referentes a todos os docentes das três instituições envolvidas: CEULS/ULBRA - Centro Universitário Luterano de Santarém; IESPES - Instituto Esperança de Ensino Superior e FIT - Faculdades Integradas do Tapajós . Como etapa anterior à coleta de dados, foi realizado contato com a direção geral de cada instituição e, posteriormente, com os coordenadores dos cursos para esclarecimentos sobre os objetivos do estudo e autorização

para sua realização. Após esse encaminhamento, os docentes foram contactados em suas próprias unidades acadêmicas, visando facilitar a participação na pesquisa. Neste estudo, não houve critérios de exclusão dos participantes da pesquisa.

A coleta foi realizada no período de outubro a novembro de 2014 com todos os 311 docentes de três instituições de ensino superior: CEULS/ULBRA (71), IESPES (120) e FIT (120), nas áreas da saúde (medicina, enfermagem e educação física), humanas (letras e pedagogia) e exatas (engenharia e matemática). Para a coleta de dados, foi utilizado instrumento autoaplicado composto por variáveis referentes às características demográficas, laborais e estilo de vida, e pelo *Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo-CESQT*-, em suas quatro dimensões, adaptado e validado para o português por Gil-Monte, Carlotto e Câmara<sup>12</sup>,

O CESQT é uma escala que avalia como o trabalhador vivencia seu trabalho em quatro dimensões, segundo um modelo teórico de entendimento da SB: (1) ilusão pelo trabalho, entendida como a expectativa da pessoa de alcançar suas metas laborais, como fonte de realização pessoal e profissional; (2) desgaste psíquico, sinônimo de esgotamento emocional e físico determinado pelo trabalho na relação cotidiana com pessoas que possuem ou geram problemas; (3) indolência, atitudes negativas de indiferença e cinismo frente àquela clientela; e (4) culpa, decorrente da forma como se sente em relação a performance no trabalho.<sup>12</sup>

A baixa pontuação na dimensão da “ilusão pelo trabalho” e a alta pontuação no “desgaste psíquico” correspondem às primeiras manifestações do estresse laboral crônico. Surgem, depois, atitudes negativas em relação à clientela (altos níveis de indolência). Por fim, o trabalhador pode manifestar sentimento de culpa, não sendo uma constante para todas as pessoas. Em função disso, surgem dois diferentes perfis. O perfil 1 se refere a um conjunto de sentimentos e atitudes decorrentes do estresse laboral, porém não incapacitam o sujeito para a realização de seu trabalho. Esse é caracterizado pela baixa Ilusão pelo trabalho e altos níveis de desgaste psíquico e Indolência. No perfil 2, encontra-se maior comprometimento da saúde emocional e física, sendo que, além das características do perfil 1, existe o sentimento de culpa<sup>12</sup>.

O instrumento apresenta 20 itens distribuídos em quatro subescalas: ilusão pelo trabalho (cinco itens), desgaste psíquico (quatro itens), indolência (seis itens) e culpa (cinco itens). Cada item

é avaliado com uma escala de frequência que varia de 0 (Nunca), 1 (raramente), 2 (às vezes), 3 (frequentemente) e 4 (muito frequentemente).

Os fatores demográficos investigados foram: idade (anos), sexo (feminino e masculino), formação (graduação, especialização, mestrado, doutorado e pós-doutorado), situação conjugal (com companheiro e sem companheiro), filhos (sim e não) e classificação econômica. Para essa, foi empregada a classificação da Associação Brasileira de Empresas e Pesquisa-ABEP<sup>21</sup> que propõe um sistema de pontos para aferir o poder de compra das famílias urbanas categorizadas em cinco classes. Nas análises, essas foram agrupadas da seguinte forma: A+B, C, D+E.

Em se tratando dos fatores laborais, as questões investigadas estavam pautadas nas seguintes variáveis: tempo de docência (em anos), tempo de docência na instituição (em anos), função de coordenação, outra função remunerada (sim e não), jornada de trabalho semanal (horas), número de pessoas com que lida diariamente, faixa etária dos alunos (<20, 20 a 29, 30 a 39, 40 a 49, 50 a 59, ≥60 anos), relacionamento com colegas, relacionamento com chefes imediatos, relacionamento com chefes superiores, com funcionários, com alunos (muito bom, bom, indiferente, ruim, muito ruim), exercer tarefa além da função, compatibilidade do salário com atividades, recursos para trabalhar, pensar em mudar de profissão, pensar em mudar de instituição e pensar em mudar de serviço ou função na instituição. O estilo de vida avaliado refere-se a estar: estudando (sim, não), horas de sono à noite em dias da semana (horas), frequência de cansaço nas atividades diárias (quase nunca ou nunca, 1 a 2 vezes/semana, 3 a 4 vezes/semana, > 5 vezes/semana), horas livres disponíveis durante a semana (horas), horas livres disponíveis nos finais de semana (todo o meu tempo, um dia e meio, um dia, meio dia, < 3 horas por dia, nenhuma hora), horas de lazer (horas) e percepção de saúde.

Os dados foram analisados no programa *Statistical Package for the Social Sciences*® (SPSS), versão 17. Foram realizadas análises estatísticas de natureza descritiva para apresentação da população deste estudo e regressão linear múltipla, pelo método stepwise para avaliar as variáveis preditoras das dimensões da Síndrome de Burnout. Com vistas à utilização da regressão linear múltipla, os pressupostos de multicolinearidade, singularidade, homogeneidade nas variâncias, normalidade e linearidade foram testados, estando em acordo para sua utilização. Assim, utilizou-se uma regressão simples com todas as variáveis independentes (ilusão pelo trabalho, desgaste Tempus, actas de saúde colet, Brasília, 10(3), 115-136, set, 2016. ISSN 1982-8829

psíquico, indolência e culpa) para identificar aquelas que apresentaram  $p \leq 0,20$  para serem consideradas na regressão múltipla.

O presente estudo está de acordo com a Resolução 466/2012, do Conselho Nacional de Saúde, tendo sido aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa – CEP (nº416.936). Todos os docentes que participaram da pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, concordando com sua participação e tomando ciência dos objetivos.

## **RESULTADOS**

### **Características dos docentes**

Houve um predomínio do sexo masculino 51,1%, idade acima de 40 anos 42,1% e cor da pele autorreferida parda/negra 72,3%. Quanto à formação acadêmica, 46,7% informaram possuir especialização, mestrado ou doutorado. No que se refere à família, 75,2% tinham companheiro; 62,0%, dois ou mais filhos, sendo que a maioria pertenciam à classe econômica B 70,0% e 65,0% declararam ter alguma religião (Tabela 1).

Considerando as características laborais (tabela 2), 48,9% dos entrevistados informaram que sua atuação como docente ocorre há mais de 10 anos, 69,4% com tempo médio de trabalho na instituição de cinco a nove anos e a maioria possui outra função remunerada 90,7%. Quanto à qualidade dos relacionamentos, 58,8% dos entrevistados referiram bom relacionamento com colegas; 60,1% com chefes imediatos; 64,3% com chefes superiores e 59,8% com funcionários. Nas tarefas realizadas além da função, 52,6% as exerceram às vezes, 95,5% referiram que, na maioria das vezes, receberam os recursos necessários para a realização de suas tarefas e 56,9% informaram que o ambiente de trabalho é bastante saudável. Quando questionados se pensam em mudar de profissão, 78,5% responderam que raramente; 80,7% raramente pensaram em mudar de instituição e 81,7% raramente, em mudar de serviço na instituição.

No tocante ao estilo de vida (Tabela 3), os docentes revelaram um tempo médio de horas dormidas que varia entre três a seis horas 92,6%; 58,2% informaram de três a cinco horas livres diárias semanais e 49,8% referiram 1,5 dias livres no final de semana. A percepção de cansaço foi

referida, entre uma e duas vezes na semana, por 74,0%. Entre os docentes, 52,0% atribuíram nota entre 7 e 8 para sua percepção de saúde.

Tabela 1 – Características demográficas dos docentes do ensino superior de instituições privadas de Santarém, PA-2014.

<b>Características demográficas</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Sexo</b>		
Masculino	159	51,1
Feminino	152	48,9
<b>Idade</b>		
< 30 anos	63	20,2
30 a 40 anos	117	37,6
> 40 anos	131	42,1
<b>Cor da pele autorreferida</b>		
Branca	86	27,7
Parda/negra	225	72,3
<b>Formação</b>		
Graduação completa	166	53,3
Especialização/Mestrado/Doutorado	145	46,7
<b>Situação conjugal</b>		
Com companheiro (a)	234	75,2
Sem companheiro (a)	77	24,8
<b>Filhos</b>		
0	107	34,5
1	11	3,5
≥2	191	62,0
<b>Classificação econômica</b>		
A	70	24,4
B	201	70,0
C + D	17	0,6
<b>Religião</b>		
Sim	202	65,0
Não	109	35,0



Tabela 2 – Características laborais dos docentes do ensino superior de instituições privadas de Santarém, PA-2014

<b>Características laborais</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Anos de profissão</b>		
0 a 4	86	27,6
5 a 9	73	23,5
≥ 10	152	48,9
<b>Anos de instituição</b>		
0 a 4	19	6,1
5 a 9	216	69,4
≥ 10	76	24,3
<b>Outra função remunerada</b>		
Sim	282	90,7
Não	29	9,3
<b>Relacionamento com colegas</b>		
Muito bom	126	40,5
Bom	183	58,8
<b>Relacionamento com chefe imediato</b>		
Muito bom	124	39,9
Bom	187	60,1
<b>Relacionamento com chefe superior</b>		
Muito bom	102	32,8
Bom	200	64,3
Indiferente	09	2,9
<b>Relacionamento com funcionários</b>		
Muito bom	118	37,9
Bom	186	59,8
Indiferente	07	2,3
<b>Tarefas além da função</b>		
Frequentemente	67	24,6
Às vezes	143	52,6
Raramente	62	22,8
<b>Recursos necessários</b>		
Muitas vezes	297	95,5
Poucas vezes	14	4,5
<b>Ambiente de trabalho saudável</b>		
Bastante	177	56,9
Mais ou menos	128	41,2
Pouco	06	1,9
<b>Pensa em mudar de profissão</b>		
Raramente	244	78,5
Algumas vezes	57	18,3
Frequentemente	10	3,2
<b>Pensa em mudar de instituição</b>		

Continua

Continuação

Raramente	251	80,7
Algumas vezes	49	15,8
Frequentemente	11	3,5
<b>Pensa em mudar de serviço na instituição</b>		
Raramente	254	81,7
Algumas vezes	49	15,8
Frequentemente	08	2,6

Tabela 3 – Características relacionadas ao estilo de vida dos docentes do ensino superior de instituições privadas de Santarém, Pa-2014.

Características de Estilo de Vida	n°	%
<b>Número de horas dormidas/dia</b>		
3 a 6	288	92,6
> 6	23	7,4
<b>Horas livres diárias durante a semana</b>		
0 a 2	76	24,5
3 a 5	181	58,2
> 5	54	17,3
<b>Horas livres no final de semana</b>		
Todos os dias	19	12,5
1 ½ dia	155	49,8
1 dia	86	27,7
< 1 dia	31	9,9
<b>Frequência de cansaço para as tarefas cotidianas</b>		
Quase nunca	38	12,2
1 a 2 x / semana	230	74,0
3 a 4 x / semana	32	10,3
> 4 x / semana	11	3,5
<b>Percepção de Saúde</b>		
0 a 2	02	0,6
3 a 4	05	1,6
5 a 6	38	12,2
7 a 8	162	52,0
9 a 10	104	33,4

### Fatores relacionados às dimensões de Burnout

Na dimensão ilusão pelo trabalho (tabela 4), oito variáveis obtiveram significância estatística na regressão linear múltipla. Situação conjugal e tempo de docência na instituição apresentaram uma relação direta com a ilusão. Isto é, os docentes sem companheiros e os com mais tempo na instituição são os que apresentam maior ilusão. As demais variáveis apresentaram uma relação

inversamente proporcional. Assim, menor pontuação de ilusão foi encontrada entre os com maior tempo de docência, os que apresentam pior relação com seus chefes imediatos, os que não recebem recursos necessários para o desempenho de suas atividades, os que mais pensam em mudar de profissão, os com mais hora de sono à noite e os que referiram melhor saúde. Este modelo explicou 24% da variabilidade do fenômeno indolência na amostra.

No desgaste psíquico (tabela 4), foram dez variáveis que apresentaram significância, explicando 47% da variabilidade dessa dimensão. Entre essas, a idade e o tempo de docência na instituição se relacionaram de forma inversa com o desfecho. Quanto menor a idade e menor tempo de instituição, maior foi o desgaste psíquico. As outras oito variáveis se relacionaram de maneira direta. Isto é, à medida que aumentou o tempo de docência; o relacionamento com chefes imediatos e alunos passou de muito bom para bom; aumentou a falta de recursos materiais para o trabalho; piorou a qualidade do ambiente físico de trabalho; aumentou a frequência de pensamentos sobre mudar de profissão, as horas de sono à noite e o cansaço para realizar as atividades diárias, aumentou também o desgaste psíquico.

Em relação à dimensão indolência (tabela 4), sete variáveis apresentaram significância estatística, explicando 39% da variabilidade deste fenômeno na amostra. Os que referiram muito boa qualidade do relacionamento com a chefia imediata, os com melhores condições do ambiente físico no trabalho e pior percepção de saúde, obtiveram maior pontuação nesta dimensão. Assim como maior indolência também foi encontrada entre os com pior relacionamento com os colegas e alunos; os que mais pensam em mudar de profissão e os com menos tempo livre nos finais de semana.

Em relação à dimensão da culpa, quatro variáveis apresentaram significância estatística. Este modelo foi o que apresentou o menor coeficiente de determinação, conseguindo explicar apenas 17% da variabilidade da culpa entre os docentes estudados. À medida em que piora o relacionamento com colegas e chefes imediatos, aumenta o número de horas livres durante os dias da semana e o cansaço na realização de atividades diárias, aumenta o sentimento de culpa. Por outro lado, os que exerciam atividades além da função apresentaram menor pontuação nesta dimensão.

Tabela 4 – Resultado da regressão linear múltipla para as dimensões ilusão pelo trabalho, desgaste psíquico, indolência e culpa.

DIMENSÕES	B	Beta	p
<b>ILUSÃO PELO TRABALHO*</b>			
Situação conjugal	,154	,110	,027
Tempo de docência	-,219	-,307	,000
Tempo de docência na instituição	,102	,200	,001
Relação com seus chefes imediatos	-,329	-,267	,001
Recursos materiais necessários	-,094	-,122	,014
Mudar de profissão	-,099	-,151	,003
Horas de sono à noite	-,076	-,174	,001
Percepção de saúde	-,052	-,126	,011
<b>DESGASTE PSÍQUICO**</b>			
Idade	-,072	-,206	,001
Tempo de docência	,236	,297	,000
Tempo de docência na instituição	-,078	-,138	,027
Relacionamento com seus chefes imediatos	,248	,181	,001
Relacionamento com alunos	,151	,113	,020
Recursos materiais necessários	,118	,137	,004
Ambiente físico de trabalho saudável	,138	,145	,003
Mudar de profissão	,128	,174	,003
Horas de sono à noite	,063	,129	,005
Cansaço para realizar atividades diárias	,440	,400	,000
<b>INDOLÊNCIA***</b>			
Relacionamento com seus colegas	,140	,163	,031
Relacionamento com chefes imediatos	-,264	-,298	,000
Relacionamento com alunos	,109	,127	,033
Ambiente físico de trabalho saudável	-,088	-,144	,012
Mudar de profissão	,077	,162	,004
Média de horas diárias livres nos finais de semana	,052	,118	,028
Percepção de saúde	-,085	-,288	,000
<b>CULPA****</b>			
Relacionamento com colegas	,140	,146	,053
Relacionamento com chefes imediatos	,197	,200	,008
Exerce tarefas além de sua função	-,065	-,128	,022
Média de horas diárias livres durante a semana	,032	,163	,005
Cansaço para realizar atividades diárias	,148	,188	,002

\* $r^2 = 0,24$  ; \*\* $r^2 = 0,47$ ; \*\*\* $r^2 = 0,39$ ; \*\*\*\* $r^2 = 0,17$ .

## DISCUSSÃO

Nesse estudo, predominaram os docentes do sexo masculino, contrapondo-se a uma tendência de feminização do magistério, cujas raízes são históricas e culturais. Essa tendência de feminização tem se confirmado na docência da educação básica e, posteriormente, no ensino superior. Ocorreu como resultado da luta das mulheres para se estabelecerem profissionalmente, configurando um nicho no mercado de trabalho onde mais facilmente conseguiram ocupar<sup>22</sup>. Numa abordagem ampliada, que o sentido feminino da profissão do magistério ultrapassa o fato de a maioria dos docentes ser mulher, pelo entendimento da feminização de espaços e práticas mesmo quando ocupados por homens<sup>22</sup>. Deduz-se que esse fenômeno ocorre em consequência de um perfil diferenciado desse profissional, caracterizado por uma profissão de base (profissional liberal), que antecede a profissão docente. Esse fato demanda uma formação científica, cuja base o identifica com uma profissão valorizada social e economicamente em relação à docência. Isso quer dizer que, esses profissionais emergem de profissões, culturalmente tidas como masculinas, cujo foco de formação é a dimensão científica<sup>22</sup>.

Em relação à formação, essa ainda se mostra insuficiente, se comparada a titulação de docentes de outras regiões do país. Pesquisas do IBGE e INEP<sup>22,23</sup>, realizadas nas regiões sul e sudeste, mostram que o número de docentes com mestrado e/ou doutorado é bem maior do que no Norte e Nordeste, podendo isso ocorrer em função da oferta insuficiente desses cursos nessas regiões<sup>23,24,25</sup>.

Mais de 59% dos docentes tem menos de 40 anos, indicando que são adultos jovens, mas com considerável experiência, pois quase a metade tem dez ou mais anos na profissão.

Quanto às características laborais, destaca-se que a maioria possui outra função remunerada, indicando a existência de outras profissões de base (profissionais liberais: bacharéis em direito, advogados, engenheiros, agrônomos, enfermeiros, administradores entre outros), conforme respondido no instrumento de coleta de dados. No passado, o trabalho do professor tinha uma alta relevância social, embora desvalorizada economicamente. A profissão de docente era entendida como “ato” vocacional, que gerava satisfação pessoal e profissional. Hoje, essa vocação deu lugar a um profissional estritamente ligado às questões burocráticas e tecnológicas, onde o prazer deu lugar à necessidade. O trabalho docente se fragmentou, proliferando-se uma série de funções que o

mesmo passou a desempenhar, dedicando cada vez menos tempo para aprimoramento profissional, lazer e convívio social, cumprindo uma exigência de carga horária exorbitante para garantir seu sustento e o de sua família<sup>7,8,10,13,14,17,19,23,24</sup>.

Nesse sentido, há alguns anos, a Organização Internacional do Trabalho (OIT) introduziu o conceito de trabalho decente. Trata-se de uma noção ampla ligada ao bem-estar, que envolve proteção dos direitos da classe trabalhadora, trabalho produtivo, digno e promotor de saúde<sup>1,5,7</sup>. A ausência dessas características pode desencadear riscos laborais. Adequadas condições psicofisiológicas impactam positivamente no bem estar, saúde e compromisso dos trabalhadores como a organização<sup>4,6,11,14,17,24,25</sup>.

Nesse sentido, percebe-se a relação trabalho/descanso com o estilo de vida, a qual chama atenção o reduzido tempo de descanso, em que a maioria informaram (entre três a seis horas) de sono, não de descanso. Tal situação evidencia pouca qualidade de vida, se considerarmos ainda as horas livres nos finais de semana. Constable e Russell<sup>25</sup> referem que o acúmulo de tarefas, sobrecarga de trabalho, pouco tempo para descanso e lazer, levam à insatisfação e à insegurança laboral.

Por outro lado, percebe-se a qualidade das relações entre os docentes e colegas, alunos, funcionários e chefias. Da mesma, chama a atenção o fato de que a maioria afirma receber recursos necessários para a realização das tarefas. Estudo realizado pela UFRJ<sup>25</sup> conclui que a escassez de recursos promove Burnout. Em relação ao ambiente de trabalho, evidencia-se elevada prevalência de profissionais que não pensam em mudar de profissão, de instituição ou de serviço na própria instituição, sugerindo, talvez, um elevado grau comprometimento e satisfação desses docentes com a instituição.

Em relação ao estilo de vida, verifica-se que mais da metade dos docentes se sente cansado pelo menos duas vezes na semana, mas mais de 85% pontuaram sua saúde com uma nota igual ou superior a sete. Estudos têm apontado para o consumo excessivo de energia vital que vai conduzindo, progressivamente, ao desgaste, à exaustão emocional, à despersonalização<sup>25,26,27,28</sup>.

Analisando os resultados da regressão linear múltipla para a dimensão ilusão pelo trabalho, os docentes solteiros têm menores probabilidade de desenvolver a SB. Esse resultado contraria os estudos de Maslach e Jackson<sup>9</sup> para quem as pessoas casadas apresentam menos Burnout que as

solteiras, separadas ou viúvas, pois as consideram mais maduras psicologicamente e com um estilo de vida mais saudável<sup>9</sup>.

As demais variáveis, que se relacionaram inversamente, concordam com o referido estudo<sup>9</sup>: docentes casados e com mais tempo na instituição possuem uma visão diferente do seu trabalho. Para os autores, o salário, os benefícios e a segurança são fatores mais importantes que entusiasmo e satisfação pessoal. Além disso, os autores apontam que a vida familiar pode ter propiciado mais experiências em lidar com outras pessoas e seus problemas. Por outro lado, é compreensível também que a medida que o tempo avança, piora o relacionamento com os chefes, que os docentes pensam em mudar de profissão e que passam a ter menos horas de sono, que aumente a falta de ilusão, uma das dimensões da síndrome.

Estes resultados também foram encontrados em outros estudos, explicando a relação com a ilusão no trabalho ocorre em consequência das demandas excessivas do mesmo<sup>13,15</sup>.

Considerando a regressão linear múltipla para desgaste psíquico, é importante destacar o fato de que os docentes mais jovens, conseqüentemente, com menor experiência são mais susceptíveis ao desgaste. Supõe-se que, pelo fato de ainda não dominarem plenamente as habilidades específicas da docência, podem acumular experiências frustrantes. Por habilidades da docência, entende-se não só o domínio dos conhecimentos científicos e sua transposição didática, mas também demandas provenientes dos relacionamentos com os discentes e superiores, entre outras<sup>20,22,23,24</sup>. Esse resultado sugere que é possível o aparecimento da SB em docentes ao longo da sua profissão, podendo iniciar de forma amena seguindo para o comprometimento severo da atuação profissional. Segundo Benevides<sup>25</sup> e Cordes e Dougherty<sup>28</sup>, a SB surge no início da carreira profissional, sendo exteriorizada mais tarde com o desenvolver das atividades laborais.

Outro achado foi a relação entre as variáveis relacionamento com alunos e chefes imediatos com a dimensão desgaste psíquico em que, quanto piores forem essas relações, maiores são os índices de desgaste psíquico. O relacionamento prazeroso no ambiente laboral tende a funcionar como fator de proteção ao Burnout, já que os colegas que proporcionam apoio e amizade são importantes nos momentos de conflito<sup>2,4,11</sup>. Diversos estudos indicam que a exaustão emocional abrange sentimentos de desesperança, solidão, depressão, raiva, impaciência, irritabilidade,

tensão, diminuição de empatia; sensação de baixa energia, fraqueza, preocupação; aumento da suscetibilidade para doenças e distúrbios do sono<sup>27,28,29,30,31,32</sup>. Ainda, nesses estudos, os autores constataram que o distanciamento afetivo provoca a sensação de alienação em relação aos outros, sendo a presença destes muitas vezes desagradável e não desejada. A baixa realização profissional ou baixa satisfação com o trabalho pode ser descrita como uma sensação de que muito pouco tem sido alcançado e o que é realizado não tem valor<sup>33,34,35,36,37</sup>.

Da mesma forma, um bom relacionamento com os alunos também diminui a possibilidade de desenvolvimento de Burnout. Ao passo que a má qualidade da relação com o corpo discente acaba dificultando a tarefa docente no alcance de seus objetivos em sala de aula, que são transmitir conhecimento, valores, atitude e cultura<sup>37</sup>.

Na dimensão indolência, o pior relacionamento com colegas e com alunos, pensar em mudar de profissão, menos tempo livre no final de semana, melhores condições de trabalho e pior percepção de saúde aumentou o desfecho. Estudo realizado em por Campos<sup>26</sup> encontrou que o bom relacionamento com os colegas e o ambiente físico saudável contribuem para que o profissional tenha satisfação no exercício da profissão e pouca predisposição para desenvolver a SB<sup>13, 14,18,25</sup>.

Na dimensão culpa, sente-se mais culpado aqueles que mais realizam tarefas além da função. Neste caso, é possível que este sentimento ocorra por perceberem que estão trabalhando além do que seria bom e adequado para si e, com isso, não se sintam felizes com quem estejam sendo<sup>27</sup>. Exercer tarefas que ultrapassem a função docente, tais como, as burocráticas, pode gerar uma sobrecarga laboral que é vista como um preditor de culpa, não tendo relação com o desgaste psíquico<sup>35,36</sup>. A sobrecarga de trabalho tem sido uma das variáveis mais predisponentes da SB, pois quando sua quantidade e a qualidade ultrapassam a capacidade das pessoas, elas tendem a gerar adoecimento<sup>7</sup>.

Observa-se também que, a medida em que piora o relacionamento com colegas e chefes imediatos, aumenta as horas livres durante os dias da semana e aumenta o cansaço na realização de atividades diárias, aumenta também o sentimento de culpa. Muito possivelmente, o mecanismo da produção da culpa seja o mesmo. A insatisfação do docente com quem está sendo produz uma percepção de que não está cuidando suficientemente bem de si e, com isso, aparece os índices de exaustão emocional, sentimentos de desesperança, solidão, depressão, raiva, impaciência, irritabilidade,



tensão, diminuição de empatia; sensação de baixa energia, fraqueza, preocupação; aumento da suscetibilidade para doenças e distúrbios do sono.

O professor que tem uma boa relação com a chefia imediata, geralmente, desenvolve uma percepção de liberdade profissional, apresenta motivação em suas atividades laborais, entusiasmo, se sente respeitado e manifesta atitudes positivas, reduzindo a possibilidade de adoecimento <sup>16</sup>.

Por outro lado, na dimensão da indolência, quanto melhor a relação com os colegas, mais indolência, sendo possível que isso ocorra em função do vínculo que se estabelece, gerando um maior comprometimento do docente e, conseqüentemente, maior preocupação na execução das suas responsabilidades funcionais, levando-o a ultrapassar sua capacidade física e emocional, sendo manifestado pela perda da satisfação em relação ao seu trabalho<sup>28</sup>.

O estudo revelou ainda, que quanto menos a instituição proporciona recursos humanos e materiais para o trabalho, maior a desilusão com o trabalho, o desgaste psíquico e a indolência. É sabido que as instituições de ensino superior privadas têm passado por um processo de recessão, com recursos insuficientes, o que tem dificultado o trabalho docente e sua realização pessoal e profissional<sup>13,20,25</sup>. As reivindicações relativas à tomada de providências, pelas instituições de ensino, em atenção a cuidados da saúde advindos do labor, têm sido insistentemente conduzidas por sindicatos desses profissionais.<sup>24,25</sup>

Outro dado relevante no estudo foi que os docentes que pensam em mudar de profissão apresentam maior desilusão, desgaste psíquico e indolência. É possível que isso ocorra por estarem insatisfeitos com o trabalho realizado, com o ambiente físico, com a falta de reconhecimento e valorização profissional, gerando um sentimento de desgaste e o desejo de não mais continuar na carreira de docente ou de exercê-la em outra instituição que pode gerar atitudes negativas de indolência<sup>1,4,5,6,12</sup>.

No que diz respeito ao descanso e lazer, destacou-se a variável frequência de cansaço para exercer atividades da vida diária com maior pontuação de desgaste psíquico e culpa. Isso pode ser explicado pelas longas horas dedicadas às atividades laborais, comprometendo as atividades da vida particular, levando o docente a uma sensação de esgotamento e ao desenvolvimento de Burnout.

Com relação à variável média de horas livres nos finais de semana, foi encontrado um maior nível de indolência à medida em que diminuíram as horas livres. Esse achado parece ser concordante com o exercício de função além da atribuição, sugerindo que a maior ocupação seja um preditor da síndrome.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Nossa atualidade contemporânea impõe inúmeros desafios cotidianamente à vida das pessoas, em suas múltiplas dimensões. Na dimensão profissional, esses são diários na medida em que a marca da era do conhecimento é a velocidade das informações e os avanços tecnológicos. Demandas sociais, políticas, culturais e econômicas exigem determinados perfis profissionais para atender essas exigências sociais. No campo da docência, não é diferente. Cada vez mais se exige um perfil dinâmico, com domínio de habilidades e competências no campo da pesquisa do ensino e da extensão, que o professor seja capaz de ensinar e produzir conhecimentos, traduzidos em publicações, cujos escores são indispensáveis à legislação vigente (Lei de diretrizes e base da educação, Plano Nacional de Educação), ligadas às exigências burocráticas do seu fazer diário. Ao mesmo tempo se exige habilidades psicossociais no campo dos relacionamentos, entre outras tarefas que compõem esse perfil que gera o adoecimento do trabalhador na função laboral. Neste contexto, a SB apresenta-se como um problema psicossocial que têm trazido muitas preocupações, pois compromete a saúde psíquica do docente reverberando na sua saúde física e social.

Acredita-se que esses resultados possam ser usados pelas instituições investigadas para que, de posse desse diagnóstico, realizem intervenções, que minimizem as consequências da síndrome para o docente, para o seu público e para a própria organização.

Sugere-se, às instituições investigadas, políticas institucionais de valorização do magistério superior com ações interventivas de minimização dos impactos laborais que funcionam como preditores da síndrome, como por exemplo: investir na qualidade do relacionamento entre professores e chefes (imediato e superior); provimento de recursos necessários ao seu trabalho, cultivo de uma ambiência saudável; política de valorização profissional no tocante ao Plano de Carreira.

Em relação ao professor, promover a discussão em torno da priorização da qualidade de vida, para que o mesmo entenda que em alguns momentos se necessita fazer opções favoráveis a si próprio. Portanto, esse trabalho teve o papel de investigar uma situação que tende a se agravar e instigar a procura de caminhos diferentes no plano pessoal e organizacional dos professores e instituições investigadas. Cabe, então um alerta às instituições para que estas façam sua parte, no sentido de proporcionar uma melhor qualidade laboral para os docentes.

Todo conhecimento é situado historicamente, revelando determinada realidade geográfica e temporal. Logo, a presente investigação mostrou a realidade de Santarém com determinado recorte temporal, podendo modificar-se futuramente. Por ora, seu valor está em subsidiar estudos futuros sobre o tema e, quiçá, mostrar perspectivas de prevenção da SB aos profissionais docentes.

### **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- 1 Carlotto, M. S. Síndrome de burnout: o estresse ocupacional do professor. Canoas: ed. ULBRA; 2010.
- 2 Voli, F. A autoestima do professor. Tradução de Ivone M.C. T Silva. São Paulo: Loyola. 1998.
- 3 Aerts, Denise; Ganzo, Chistiane. A vida como ela é para cada um de nós: em busca do eu-calesdoscópio. Porto Alegre: AGE, 2008.
- 4 Carlotto, M.S., Câmara, S. G. Preditores da síndrome de burnout em professores. *Psicologia Escolar e Educacional*; 2007b. 11(1): 101-110p.
- 5 Garcia, L. P., Benevides-Pereira, A. M. T. Investigando o Burnout em Professores Universitários. *Revista Eletrônica InterAção Psy*, Maringá; 2003. v. 1(1), 76-89p. [Acesso em 14/01/2015]. Disponível [http://www.saudeetralho.com.br/download\\_2/burnout-prof-universitario.pdf](http://www.saudeetralho.com.br/download_2/burnout-prof-universitario.pdf).
- 6 Barreto, J. M., Forniga, N. S. et al. A Síndrome de Burnout em docentes de instituições de ensino superior público e privada. *Portal dos psicólogos*; 2013. [Acesso em 20/07/2014]. Disponível em: <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0724.pdf>

7 Brasil, M. S. Doenças relacionadas ao trabalho. Manual de procedimentos para os serviços de saúde. Brasília: MS; 2001.

8 Kelchtermans, G. Teaching career: Between burnout and fading away? Reflections from a narrative and biographical perspective. In: Vanderbergue, R.; Huberman, M A. (eds.). Understanding and preventing teacher burnout: A source book of international practice and research. Cambridge: Cambridge University Press;1999. 176-191p.

9 Maslach, C., Jackson, S. E. Patterns of burnout among a national sample of public contact workers. Journal of Health Resources Administration; 1984a. (7): 189-212p.

10 Silva, F. P. P. Burnout: Um desafio à saúde do trabalhador. 2000; (2) 1. [Acesso em: 12/02/2015]. Disponível em: <http://www.uel.br/ccb/psicologia/revista/textov2n15>.

11 Moreno-Jiménez, B., Garrosa, E., González, J. L. La evolución del estrés y el burnout del profesorado: el CBP-R. Revista de psicología del trabajo y las Organizaciones; 2000. 16:151-171.

12 Gil-Monte PR, Carlotto MS, Sheila C. Validação da versão brasileira do “Cuestionario para la Evaluación del **Síndrome de Quemarse por el Trabajo**” em professores. Rev Saúde Pública 2010;44(1):140-7.

13 Gil-Monte, P. R., Peiró, J. M. Desgaste psíquico en el trabajo: el síndrome de quemarse. Madrid: Síntesis; 1997

14 Carlotto, M. S. A Síndrome de burnout e o trabalho docente. Psicologia em Estudo; 2002b. 7(1), p. 21-29.

15 Borthwick, P. et al. Teacher Burnout: A study of professional and personal variables. In annual meeting of the American Association of colleges for teacher education, Houston, Texas; 1982. p.11.

16 Mohammed, A. A. The effect of some personality traits, sex, and experience on teacher burnout. Derasat Nafseyah; 1995. 5(2):345-376p.

17 Gaines, J., Jermier, J. M. Emotional exhaustion in a high stress organizational. *Academy of Management Journal*. 1983; 26: 567-586p.

18 Cano-García, F. J., Padilla-Muñoz, E. P., Carrasco-Ortiz, M. A. Personality and contextual variables in teacher burnout. *Personality and individual differences*. 2005; 38(4): 929-940p.

19 Grau, A., Suner, R., Garcia, M. M. Desgaste profissional en el personal sanitario y su relación com los factores personales y ambientales. *Gaceta sanitaria*. 2005; 19(6): 463-470p.

20 Reichel, A., Neumann, Y. Work stress, job burnout, and outcomes in a turbulent environment. *International studies of management, organization*; 1993. 23(3):75-97p.

21 ABEP- Associação Brasileira de Empresa de Pesquisa-2014. [Acesso em 26/10/2014]. Disponível em: [www.abep.org.br](http://www.abep.org.br).

22 C. S. de S.; SILVA, V. L. G. da (org.) *Feminização do magistério: vestígios do passado que marcam o presente*. Bragança Paulista: Edusf, 2002. p.163-191.

23 Zabalza, Miguel A. Trad. Ernani Rosa. *O ensino universitário: seu cenário e seus protagonistas*. Porto Alegre: Artmed, 2004.

24 Codo, Wanderley; Menezes, Iône. O que é Burnout? [Acesso em 20/09/2015]. Disponível em: <http://portaldoprofessor.mec.gov.br/storage/jornaldoprofessor/midias//arquivo/edicao3/Burnout.pdf>.

25 Benevides Pereira, A. M. T. *Burnout: quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador*. São Paulo: Casa do psicólogo; 2002.

26 Campos, Wilson Cesar Ribeiro, Ito, Alecxandra Mari. *Docência: condições de trabalho e saúde*. Revista Textual, out, 2009.

27 Godo, W; Vasques-Menezes, I. O que é burnout? In: Codo, W. (Org.). *Educação, carinho e trabalho*. Petrópolis: Vozes, 1999.

28 Cordes, C. L., Dougherty, T. W. A review an integration of research on job burnout. *Academy of Management Review*; 1993. 18 (4), 632-636p.

29 Sousa, I. F. Burnout em professores universitários: análise de um modelo mediacional [Dissertação]. Goiânia: UCG; 2006.

29 Sousa, I. F. Burnout em professores universitários: análise de um modelo mediacional [Dissertação]. Goiânia: UCG; 2006.

30 Levy, G. C. T. M., Nunes Sobrinho, F. P., Souza, C. A. A. Síndrome de Burnout em professores da rede pública. *Produção*; 2009. 19(3) 458-465p.

31 Mazur, P. J., Lynch, M. D. Differential impact of administrative, organizational, and personality factors on teacher burnout. *Teaching and teacher education*; 1989. 5, 337-353p

32 Jourdain, G., Chênevert, D. Job demands-resources, burnout and intention to leave the nursing profession: A questionnaire survey. *Int J Nurs Stud*; 2010. v 47, 709-22p.

33 Servilha, E. A. M. Estresse em professores universitários na área de fonoaudiologia. *Revista Ciências Médicas, Campinas*; 2005 jan/fev.14(1) 43-52.

34 Ferenhof, I. A., Ferenhof, E. A. Burnout em professores. *Eccos Revista Científica – Avaliação e Mudanças*; 2002. v.4, n. 1, 131-151p.

35 Heus, P., Diekstra, R. F. W. Do you teachers burnout more easily? A comparison of teachers with other social professions on work stress and burnout symptoms. In: Vanderbergue R, Huberman MA. (Eds). *Understanding and preventing teacher burnout: A source book of international practice and research*. Cambridge: Cambridge University; 1999. 269-84p.

36 Portal Brasil. 2015. [Acesso em 20/11/2015]. Disponível em: [www.brasil.gov.br/educacao](http://www.brasil.gov.br/educacao).

37 Arroyo, M. G. *Ofício de mestre: imagens e autoimagens*. Rio de Janeiro: Vozes; 2000.

Artigo apresentado em 02/06/16

Artigo aprovado em 15/10/16

Artigo publicado no sistema em 20/10/16