

FACULDADE CIÊNCIAS DA VIDA (FCV)
PREVALÊNCIA DA SÍNDROME DE *BURNOUT* EM PROFESSORES
DA REDE MUNICIPAL DE FUNILÂNDIA/MG

Naiara Cardoso¹

Ione Aparecida Neto Rodrigues²

RESUMO: A palavra inglesa burnout ou burn out, pode ser traduzida literalmente como “queimar até a exaustão”, que está relacionado com o esgotamento que sobrevêm da utilização de toda a energia. O estresse ocupacional é o processo no qual o indivíduo passa a considerar suas atividades profissionais como negativas, gerando insatisfação e sofrimento. Os professores são responsáveis pela educação de inúmeras pessoas no mundo inteiro, e estão entre os profissionais que mais estão propícios a desenvolver a Síndrome de Burnout. Pensando nisso, a presente pesquisa apresentou o seguinte questionamento: quais os indicadores da Síndrome de Burnout são encontrados em professores da rede municipal de Funilândia, MG? O estudo teve como premissa que os professores estão sujeitos a fatores que promovem o estresse, como salários ínfimos e péssimas condições de trabalho, trabalhos excessivos dentro e fora da sala de aula, alto número de turmas e problemas com alunos. O objetivo geral do trabalho foi verificar se os professores da rede municipal de Funilândia, MG, apresentam sintomas da SB. Realizou-se um estudo de natureza descritiva com abordagem qualitativa. Como ferramenta para coleta de dados, foi realizado um questionário semiestruturado, analisado conforme análise de conteúdo de Laurence Bardin (2016), sendo aplicado na cidade de Funilândia/MG, datados no período entre fevereiro de 2021 a maio de 2021. Conclui-se que maiorias dos professores eram do sexo feminino e consideraram como mediano o grau de satisfação que possuem em relação ao ambiente de trabalho na rede municipal da cidade de Funilândia, MG.

Palavras-chave: Síndrome de Bournout. Educação. Psicologia. Tratamento.

ABSTRACT: The English word burnout or burn out can be literally translated as "burn to exhaustion", which is related to the exhaustion that comes from the use of all energy. Work stress is the process in which the individual begins to consider their professional activities negative, generating dissatisfaction and suffering. Teachers are responsible for the education of countless people around the world and are among the professionals most likely to develop Burnout syndrome. Taking this into account, the research raises the following question: what indicators of Burnout Syndrome are found in the teachers of the municipal schools of Funilândia, MG? With the following assumption: teachers are subject to factors that promote stress, such as low wages and poor working conditions, excessive work inside and outside the classroom, high number of classes and problems with students. The general objective of the work is to verify if the teachers of the municipal school of Funilândia, MG, present symptoms of BS. This research was carried out through a descriptive study with a qualitative approach. As a tool for data collection, a semi-structured questionnaire was used, analyzed according to the content analysis of Laurence Bardin (2016), being applied in the city of Funilândia / MG, dating from February 2021 to May 2021. Most of the teachers were women and the degree of satisfaction they have in relation to the work environment in the municipal network of the city of Funilândia, MG was considered as a median.

Key words: Bournout Syndrome. Education. Psychology. Treatment.

¹ Discente do Curso de Psicologia da FCV – Faculdade de Ciência e Vida.

² Doutoranda em Estudos de Lingaugem- CEFET-MG. Mestre em Educaçãootecnológica-CEFET-MG. Graduada em Pedagogia-UEMG. Especialista da Educação SEE-MG. Coordenadora Pegagógica – Faculdade Ciências da Vida-

1 INTRODUÇÃO

A globalização criou uma mudança gigantesca na velocidade de como as coisas são feitas, seja na política, economia, educação e cultura, as quais repercutem positiva e negativamente nas organizações e formas de trabalho (MOREIRA *et al.* 2017). Essa velocidade faz com que aumente as preocupações dentro e fora do trabalho, na qual existe certa pressão em se obter resultados, alcançar metas, criar o filho corretamente, conseguir dinheiro, não ter dívidas e, além disto, ser bem sucedido. Todos estes fatores geram, direta e indiretamente, um aumento de casos de Síndrome de Burnout (SB), transtornos psicóticos e abuso de entorpecentes, sendo mais recorrente em algumas profissões, como é o caso dos professores (CARLOTTO *et al.* 2015).

O Brasil, por exemplo, apresenta dados alarmantes, sendo que em uma pesquisa realizada pela Associação Internacional de Gerenciamento do Estresse (ISMA-BR) com mil profissionais, incluindo os do sistema de educação, do estado de Porto Alegre (RS) e São Paulo, em 2016, faixa etária entre 25 e 65 anos, 72% relataram estar frequentemente estressados; destes, 32% exibiam sintomas da Síndrome de Burnout (FEHOESP, 2017). Esta síndrome ocorre devido ao esgotamento profissional, descrito como fenômeno psicossocial em resposta aos estressores crônicos ligados ao ambiente de trabalho que causa enormes consequências negativas em todas as esferas pessoais do envolvido (KOGA *et al.* 2015).

Partindo dessa perspectiva, a pesquisa apresenta o seguinte questionamento: quais os indicadores da Síndrome de *Burnout* são encontrados em professores da rede municipal de Funilândia, Minas Gerais? Tendo o seguinte pressuposto: os professores estão sujeitos a fatores que promovem o estresse, como salários ínfimos e péssimas condições de trabalho, trabalhos excessivos dentro e fora da sala de aula, alto número de turmas e problemas com alunos, na qual todos estes fatores podem estar desencadeando sintomas da Síndrome de *Burnout* mesmo sem os professores terem a percepção desses sintomas.

O objetivo geral do trabalho foi verificar se os professores da rede municipal de Funilândia, MG, apresentam sintomas da Síndrome de Burnout. Já os objetivos específicos são: descrever Síndrome de *Burnout*, seus riscos e consequências na vida do professor, conhecer o perfil do professor acometido pela síndrome, compreender o papel do psicólogo quanto a prevenção dos professores não sintomáticos e demonstrar a atuação do psicólogo nas intervenções dos professores sintomáticos para amenizar as possíveis consequências causadas

pela Síndrome de Burnout.

Os docentes constituem grupo de risco para Síndrome de *Bornout*. De acordo com a pesquisa de Pêgo e Pêgo (2015), em estudo realizado com 119 docentes da rede pública, 70,13% apresentavam sintomas da síndrome. Estas situações vivenciadas pelos professores podem trazer consequências graves que podem afetar sua vida pessoal e profissional. Neste sentido a presente pesquisa justifica-se pela possibilidade de uma melhor compreensão do fenômeno para que sejam desenvolvidas intervenções psicológicas voltadas para medidas de prevenção e intervenção. Além disso, justifica-se pela necessidade de compreender melhor as questões relacionadas a síndrome, uma vez que em pesquisas realizadas em base de dados científicos observou-se que existem poucos trabalhos sobre a Síndrome de *Burnout* entre os professores de Minas Gerais e, sobretudo, certificar se a Lei 13.925/2019 da Secretaria Geral, que dispõe sobre a prestação de serviços de psicologia e de serviço social nas redes públicas de educação básica, na qual afirma que os profissionais da rede pública contarão com serviços de psicologia e de serviço social para atender qualquer necessidade por meio de equipes multiprofissionais, está sendo de fato consolidada.

A presente pesquisa foi realizada através de um estudo de natureza descritiva com abordagem qualitativa. Como ferramenta para coleta de dados, foi realizada um questionário semiestruturado, que será analisado conforme análise de conteúdo de Laurence Bardin (2016), sendo aplicado na cidade de Funilândia/MG, datados no período entre fevereiro de 2021 a maio de 2021.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 ESTRESSE NO SISTEMA PÚBLICO BRASILEIRO

Nestes últimos anos, o Brasil vem crescendo rapidamente devido ao desenvolvimento de inovações tecnológicas, globalização e ao acesso remoto a todos os tipos de informações. E com isto, uma enorme gama de trabalhos são criados para atender a todos estes propósitos, aumentando o ritmo de trabalho e criando uma busca incessante por resultados positivos. Como o trabalhador passa mais tempo no trabalho do que em casa, todas as situações ocorridas neste ambiente são promotoras de sentimentos e reações que o afetam diretamente (MOREIRA *et al.*

2018).

Cada indivíduo, presente dentro da instituição, tem percepções distintas em determinadas situações do cotidiano, sendo algumas delas positivas e outras negativas, na qual esta última pode promover o desenvolvimento do estresse ocupacional, que acontece devido ao trabalho. Esse tipo de estresse é distinto do estresse geral, que está ligado diretamente aos acontecimentos ligados à vida pessoal (MOREIRA *et al.* 2018; CARLOTO *et al.* 2015).

Com isto, Moreira *et al.* 2018 descreve o estresse ocupacional como processo no qual o indivíduo passa a considerar as suas atividades profissionais desenvolvidas dentro do ambiente de trabalho como negativas, gerando insatisfação e sofrimento. De acordo com Carlotto *et al.* (2015), o estresse ocupacional causa enorme impacto na saúde física e mental dos trabalhadores, o que, por conseguinte, aumenta os índices de afastamento laboral e diminui a produtividade nas empresas, gerando assim enormes prejuízos financeiros.

O que é mais alarmante são os dados descritos de acordo com *International Stress Management Association (ISMA, 2003)*, a qual desenvolveu uma pesquisa internacional realizada entre março de 2001 e março de 2002, sobre estresse ocupacional em oito países (Estados Unidos, Alemanha, França, Brasil, Israel, Japão, China e Fiji), em que o Brasil ficou ocupando o segundo lugar apresentando 30% de trabalhadores considerados estressados, perdendo apenas para o Japão, que apresenta 70% da população estressada com seu trabalho.

Os professores são responsáveis pela educação de inúmeras pessoas no mundo inteiro. Cabe destacar que eles compõem um grupo heterogêneo, no qual, dentro dessa profissão, existem diferenças de funções, atribuições, remunerações, que variam de acordo com o nível de ensino em que atuam contexto social e instituição que trabalham (CARLOTO; CÂMARA, 2017). Contudo, nos últimos anos, o sistema educacional brasileiro vem apresentando um cenário problemático em relação à saúde e condições de trabalhos dos docentes (Melo *et al.* 2015).

De acordo com Melo *et al.* 2015 os professores de uma forma geral, devem cumprir uma rotina corrida e movimentada dentro e fora de sala de aula durante o trabalho. Dentro da sala, eles devem preparar e ministrar aulas, avaliar trabalhos e provas, devem se manter atualizados quanto aos conteúdos. Fora dela, eles devem elaborar projetos, prestar serviços administrativos, orientação de pais e alunos, e ainda devem participar de reuniões e assembleias. A maioria destes trabalhos envolvem aspectos potencialmente estressores, como perturbações recorrentes no ambiente, atividades repetitivas, redução da autonomia dentro e fora da sala de aula, relações

interpessoais prejudicadas com alunos e outras pessoas durante o desenvolvimento do trabalho, insuficiência de material didático e equipamentos básicos, salas de aula precárias, às vezes apresentando o mínimo de estrutura física (SILVA; SILVA; LOUREIRO, 2018).

Além disto, Melo *et al.* 2015 relatam que este estresse ocupacional pode surgir devido ao distanciamento de outros professores, o que dificulta a divisão de ideias e expressão de sentimentos, da falta de perspectivas em relação ao trabalho, excesso de carga horária e pouca participação nas políticas e no desenvolvimento do plano institucional. Cabe ressaltar ainda que o cenário pode ser pior para setores públicos de educação, os quais dependem totalmente de dinheiro proveniente do governo. Sendo que, de acordo com uma pesquisa que analisava a predominância de transtornos mentais comuns em professores na Bahia, foi identificados índices de 20,1 a 45,5% para docentes da rede particular e de 18,7 a 55,4% nas públicas, com mais casos no gênero feminino, evidenciando a problemática do ensino em escolas públicas (ARAÚJO; CARVALHO, 2009).

Com isto, é importante salientar ainda que esse nível de estresse pode crescer com o passar do tempo, caso não seja resolvido a causa, levando o docente a apresentar inúmeros problemas que podem levar a níveis crônicos (MELO *et al.* 2015). Quando chega neste nível, o professor não consegue diminuir o nível de estresse apenas com folgas ou períodos de afastamento temporário, uma vez que o seu trabalho é motivo de todo o problema, desenvolvendo assim a *Síndrome de Burnout* (MELO *et al.* 2015; MOREIRA *et al.* 2018).

2.2 SÍNDROME DE *BURNOUT*

A palavra inglesa *burnout* ou *burn out*, pode ser traduzida literalmente como “queimar até a exaustão”, que está relacionado com o esgotamento que sobrevêm da utilização de toda a energia disponível de algo ou alguém (Melo *et al.* 2015). De acordo com o decreto n. 3.048, anexo II, de 6 de maio de 1999, expedido pelo Ministério da Previdência Social, a *Síndrome de Bornout* é a síndrome do esgotamento profissional, ou seja, está diretamente ligada ao labor (Brasil, 1999). De acordo com Koga *et al.* 2015, Melo *et al.* 2015, Carloto *et al.* 2015 e Silva; Silva; Loureiro (2018), a *Síndrome de Bornout* é descrita como fenômeno psicossocial associado aos estressores crônicos vivenciados no trabalho que causa enormes efeitos danosos para a saúde e para a produtividade neste ambiente. Ela é composta de uma combinação de quatro dimensões:

exaustão emocional, despersonalização (também denominada cinismo), baixa da realização profissional e culpa.

Estas quatro dimensões podem ser resumidas da seguinte forma: exaustão emocional é identificada pelo sentimento de esgotamento dos recursos físicos e psíquicos por desgaste emocional para as atividades laborais, reduzindo assim o entusiasmo e motivação; o cinismo (ou despersonalização) é definido como falta ou diminuição de envolvimento emocional com clientes e/ou colegas no trabalho; já a baixa realização profissional é vista como uma auto avaliação negativa, diante das demandas a serem cumpridas, com comprometimento da autoestima e felicidade no desenvolvimento do trabalho; e por fim, culpa, na qual há o surgimento deste sentimento devido a comportamentos distintos das normas descritas pela empresa. Todos estes fatores combinados causam enormes perdas financeiras para a o empreendimento e inúmeros problemas para os trabalhadores envolvidos (CARLOTO *et al.* 2015; KOGA, *et al.* 2015; SILVA; SILVA; LOUREIRO, 2018; MELO *et al.* 2015).

De acordo com Carloto *et al.* 2015 e Melo *et al.* 2015, os docentes estão entre os profissionais que apresentam os mais altos níveis de estresse, e conseqüentemente ao Síndrome de *Bornout*, visto que o ambiente de trabalho é mais exposto à alta exigência de trabalho e mais sujeita a conflitos. A junção destes fatores afeta todo o ambiente educacional e interfere diretamente na execução dos objetivos pedagógicos, gerando decaimento significativo na qualidade do ensino-aprendizagem. Além disso, os professores estão sujeitos, devido às conseqüências da Síndrome de *Bornout*, a problemas de saúde severos, como desenvolvimento de sintomas de depressão, ansiedade excessiva, problemas para dormir e dificuldades cognitivas, assim como absentéismo e vontade de largar a profissão (PEGO; PEGO, 2015; ASSUNÇÃO; MAROCÔ, 2020). No entanto, cabe salientar que de acordo com Carloto *et al.* 2015, o professor, segundo a perspectiva pública, sofre mais críticas do que o normal, o qual é muito cobrado quando fracassa e são pouco reconhecidos pelo seu sucesso, ocasionando uma sobrecarga cognitiva e emocional.

2.3 CONSEQUÊNCIAS E RISCOS DA SÍNDROME DE *BURNOUT*

A Síndrome de *Burnout* causa problemas drásticos nas esferas pessoais do indivíduo e isto requer uma atenção mais delicada, uma vez que são extremamente severos e existe um certo grau

de dificuldade para reverter o quadro patológico quando o problema está instituído (MOREIRA *et al.* 2018). Para as pessoas acometidas pela Síndrome de *Bornout*, os sintomas físicos podem ocorrer concomitantemente com sintomas psíquicos, comportamentais e defensivos, sendo os mais comuns descritos de acordo com Pêgo e Pêgo (2015): os sintomas físicos são apresentados através de dores musculares ou osteomusculares, fadiga constante, problemas com sono, com o sistema respiratório, gastrointestinal e cardiovascular, além de dores de cabeças fortes e disfunções sexuais; os psíquicos são descritos como perda de memória, lentidão de raciocínio, falta de concentração, baixa autoestima, paranoia e depressão; já os comportamentais são irritabilidade, agressividade, perda de iniciativa e suicídio; por fim, os defensivos são: falta de interesse por trabalhar, ironia e cinismo excessivos e onipotência.

Além disto, de acordo com Moreira *et al.* 2018, a Síndrome de *Bornout* ainda pode ainda estar relacionado com quadros de isolamentos sociais e divórcios, evidenciando a problemática envolvida em relações interpessoais das pessoas. Em relação às instituições, a Síndrome de *Bornout* causa queda da produtividade e da eficiência de toda a fundação, visto que a empresa geralmente funciona com dependência de profissionais, ou seja, cada um executa uma tarefa que será necessária para realizar outra. Sobretudo, um funcionário acometido por vários destes sintomas apresenta menores rendimentos, maiores chances de erros e acidentes devido à falta de concentração, aumento de custos com tratamentos de saúde e na rotatividade de setor, contratações e treinamento de outros funcionários para manter o padrão da organização.

Já na educação, a Síndrome de *Bornout* causa enormes prejuízos na qualidade de ensino. Segundo Carlotto *et al.* 2015, os professores doentes são os profissionais que apresentavam o maior nível de comprometimento e entusiasmo, os quais acabam por perder toda esta vontade com avanço da síndrome, vendo apenas o abandono da profissão como solução definitiva do problema. Contudo, quando decidem continuar na docência, geralmente contam as horas para o final do turno, pensam nas férias com maior frequência e buscam mais atestados médicos para reduzir o estresse do trabalho (Melo *et al.* 2015).

2.4 TRATAMENTO E O PAPEL DO PSICÓLOGO

A Síndrome de *Bornout* causa grandes danos na educação e afeta drasticamente qualidade vida dos professores e por isto os sintomas devem ser prevenidos e tratados o mais rápido

possível, evitando assim danos permanentes para as pessoas e para todos os envolvidos. Para a prevenção, são indicadas várias estratégias que auxiliam na superação do estresse ocupacional, detendo assim o aumento para a Síndrome de *Bornout*. As mais estudadas são descritas resumidamente por Dalcin e Carlotto (2018), sendo o coping, o responsável por equilibrar a interação trabalho-família e trabalho emocional, as quais devem ser devidamente avaliadas pelo psicólogo que irá tratar do problema.

O coping, considerado um dos fatores que atuam na transição do estresse para Síndrome de *Bornout*, é definido como esforço comportamental e cognitivo que visa reduzir ou tolerar as demandas advindas do cotidiano. Essa técnica é composta por 15 fatores, divididos em três dimensões que permitem determinar uma estratégia para o coping: coping focalizado no problema, coping centrado na emoção e coping de evitação. Sendo que a técnica primeiro foca no cerne do problema, são seguidas estratégias para evitar que o mesmo ocorra e, por fim, modificar a emoção conectada com o problema (DALCIN; CARLOTTO, 2018).

Já em relação a equilibrar a interação trabalho e família, consta com identificação de 22 itens divididos entre quatro partes denominadas: interferência negativa trabalho-família e família trabalho (ITF-; IFT-), interferência positiva trabalho-família e família-trabalho (ITF+;IFT+), sendo avaliados em uma escala Likert de frequência com cinco pontos (1 “nunca” a 5 “sempre”) e logo após iniciar a correção. O público feminino entra em maior evidência, uma vez que, em sua maioria, apresenta jornada dupla (uma no trabalho e outra em casa), o que podem causar conflitos, estresse e maior nível de exigência para com o trabalho (DALCIN; CARLOTTO, 2018).

Por fim, o trabalho emocional ou emoções no trabalho, é descrito como um processo de gestão das emoções, o qual busca uma observação individual de sentimentos que possam evidenciar emoções positivas e negativas durante o trabalho, mapeando e medindo os níveis de estresse e, conseqüentemente, *burnout*. São divididas em 15 itens com quatro subescalas: frequência, intensidade, variabilidade e regulação da emoção, sendo avaliados pela escala Likert de quatro pontos, como, por exemplo, 0 “nunca” e 3 “sempre. Em um estudo de Philipp e Schüpbach (2010), demonstraram que essa técnica fez com que docentes diminuíssem a exaustão emocional depois um ano de aplicação.

As prevenções são as melhores opções antes que o problema esteja instalado, uma vez que elas ajudam as pessoas a reduzir os desgastes e apresentam mudanças positivas em relação a

Síndrome de *Bornout* (DARCIN; CARLOTTO, 2018). No entanto, quando já diagnosticado o problema, é necessário aplicar o tratamento necessário. De acordo com Melo *et al.* 2015, os enfoques organizacionais são bem utilizados e são tratamentos que não envolvem medicação, sendo que podem ocorrer em grupos ou individualmente, no qual são apresentadas técnicas que capacitam o docente a intervir e manejar todos os estressores do trabalho. Além disto, ainda existem tratamentos com psicoterapia e tratamento farmacológico, sendo que a maioria destes fatores depende diretamente da gravidade e intensidade particular de cada pessoa que deve ser avaliada pelo psicólogo.

3 METODOLOGIA

A presente pesquisa foi realizada através de um estudo transversal de caráter exploratório, visto que teve por objetivo investigar se os professores da rede municipal de Funilândia/MG apresentavam sintomas da Síndrome de *Burnout*, problema que causa vários efeitos colaterais nos professores e na instituição, sendo aplicado um questionário semiestruturado que evidenciará todos os sintomas de forma clara e sucinta. A abordagem da pesquisa é qualitativa, já que não terá como foco principal a representatividade numérica, mas uma melhor compreensão de um determinado grupo dentro de uma organização, na qual serão utilizados métodos qualitativos sobre determinadas ações, reações e o motivo que explicarão determinados fatos, produzindo informações aprofundadas ou ilustrativas. A base da pesquisa qualitativa dependerá essencialmente do referencial teórico a ser desenvolvido pelo autor (GIL, 2009)

Para o desenvolvimento do trabalho foi realizada inicialmente uma pesquisa bibliográfica, na qual foram coletadas informações relevantes sobre o tema do trabalho a ser desenvolvido. Em relação à bibliografia foram realizadas pesquisas bibliográficas utilizando bancos de dados da *Scientific Eletronic Library Online (Scielo)* e *Google Acadêmico*, através das seguintes palavras-chaves: *síndrome de burnout* e professores, para melhor embasamento do trabalho e para confrontar a pesquisa com os dados obtidos nas pesquisas acadêmicas. O questionário foi aplicado em todas as escolas da rede municipal do município de Funilândia/MG, através de um questionário semiestruturado, aplicado entre o fevereiro de 2021 a maio de 2021. Os resultados

foram representados em gráficos para que fosse possível uma melhor compreensão do resultado obtido no questionário, se tratando assim de uma análise de dados qualitativa.

O questionário foi aplicado via Google formulários através das redes sociais das instituições, aplicado seguindo o TCLE e em seguida arquivado com o pesquisador. Analisando os principais sintomas da Síndrome de *Burnout* e o perfil dos professores da rede pública de Funilândia foi formulado um questionário que visava identificar pontos relevantes como: idade, sexo, número de turmas. Na parte dos possíveis sintomas foi analisado se consegue entregar suas atividades de trabalho em dia, se conseguiu separar as atividades de casa com as da escola, como se senti em relação ao ambiente de trabalho, se tem uma rotina de trabalho, como se sente ao realizar as tarefas do trabalho, se fez ou faz algum acompanhamento psicológico e por fim o que gostaria de mudar em sua vida.

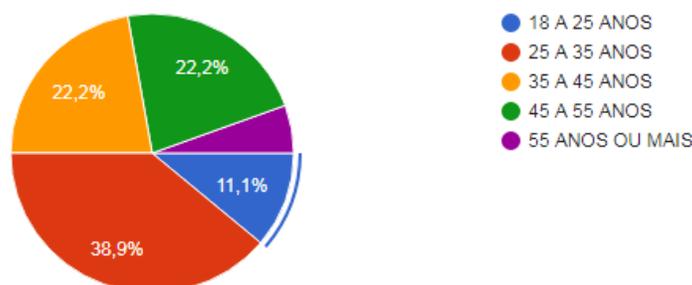
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foi aplicado em todas as escolas da rede municipal do município de Funilândia/MG, um questionário semiestruturado, no período de fevereiro de 2021 a maio de 2021, com o intuito de investigar se os docentes apresentavam sintomas da Síndrome de *Bournout*. No total foram aplicados 18 questionários, nos quais perguntas relevantes foram levantadas para que se pudesse identificar a possível síndrome nos professores da cidade. Os entrevistados possuíam idade a partir dos 18 anos. Como demonstrado no Gráfico 1, em sua maioria, cerca de 38,9 % os professores da rede municipal de ensino possui professores jovens com idade entre 25 e 35 anos. Dalcin e Carlotto (2017) realizaram uma revisão sistemática, na qual afirmam que o sistema educacional apresenta uma grande instabilidade quanto aos fatores ligados a Síndrome de *Burnout*. A presente pesquisa foi realizada através de um estudo transversal de caráter exploratório, visto que teve por objetivo investigar se os professores da rede municipal de Funilândia/MG apresentavam sintomas da Síndrome de *Burnout*, problema que causa vários efeitos colaterais nos professores e na instituição, sendo aplicado um questionário semiestruturado que evidenciará todos os sintomas de forma clara e sucinta. A abordagem da pesquisa é qualitativa, já que não terá como foco principal a representatividade numérica, mas uma melhor compreensão de um determinado grupo dentro de uma organização, na qual serão utilizados métodos qualitativos sobre determinadas ações, reações e o motivo que explicarão

determinados fatos, produzindo informações aprofundadas ou ilustrativas, sendo demonstrados através de gráficos para melhor visibilidade dos resultados. A base da pesquisa qualitativa dependerá essencialmente do referencial teórico a ser desenvolvido pelo autor (GIL, 2009)

Para o desenvolvimento do trabalho foi realizada inicialmente uma pesquisa bibliográfica, na qual foram coletadas informações relevantes sobre o tema do trabalho a ser desenvolvido. Em relação à bibliografia foram realizadas pesquisas bibliográficas utilizando bancos de dados da *Scientific Eletronic Library Online (Scielo)* e *Google Acadêmico*, através das seguintes palavras-chaves: *síndrome de burnout* e professores, para melhor embasamento do trabalho e para confrontar a pesquisa com os dados obtidos nas pesquisas acadêmicas. O questionário foi aplicado em todas as escolas da rede municipal do município de Funilândia/MG, através de um questionário semiestruturado, aplicado entre o fevereiro de 2021 a maio de 2021. Os resultados foram representados em gráficos para que fosse possível uma melhor compreensão do resultado obtido, não excluindo assim a abordagem da pesquisa que visa descrever os possíveis sintomas da Síndrome de *Burnout* em professores da rede pública de Funilândia, sendo identificados em alguns estudos que, fatores maiores ligados ao aparecimento da síndrome, estão ligados a professores mais jovens, que geralmente acumulam inúmeras atividades ao longo do dia. Isso juntamente com altas carga de trabalho, podem ser responsáveis pelo esgotamento físico e psíquico desses jovens.

Gráfico 1- Idade dos entrevistados

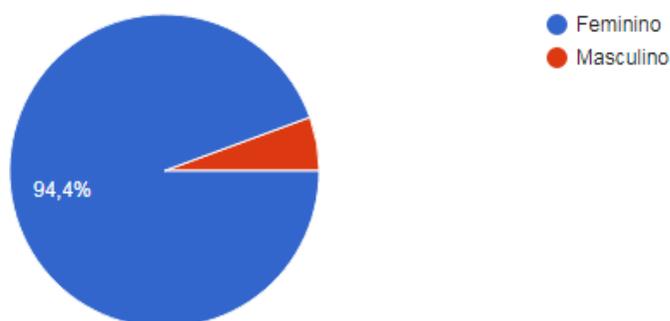


Fonte: O próprio autor, 2021.

Embora, o público masculino na área da educação venha crescendo consideravelmente, a grande maioria ainda é composto pelo gênero feminino. Quase a totalidade dos professores que participaram do questionário, de acordo com o Gráfico 2, eram do gênero feminino, sendo representados por cerca de 94,4% . Esse é o público mais afetado pela Síndrome de *Burnout* devido à sua dupla jornada. Mulheres que além de professoras são mães e donas de casa.

Especialmente as professoras, possuem um grande desafio em manter o equilíbrio em interação trabalho-família, o que tem sido alvo de vários estudos. O grau de estresse para a profissional de educação que além de lidar com os desafios de um dia de trabalho e ainda cuidar da família não são tarefas fáceis. Possuem um alto grau de exigência tanto em casa, como no trabalho. Devido a isso, o público feminino podem desenvolver a Síndrome de *Burnout* mais facilmente em relação aos homens (DARCIN; CARLOTTO, 2018).

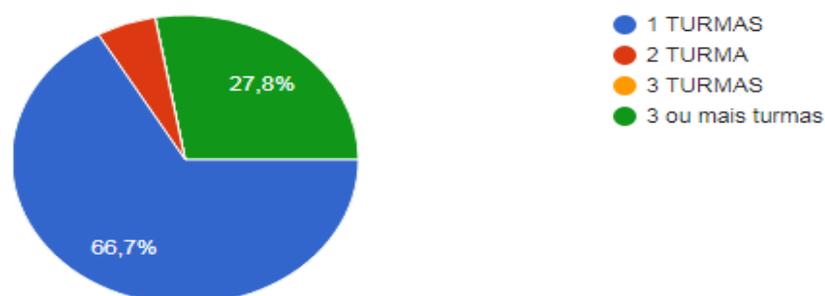
Gráfico 2 - Gênero dos entrevistados.



Fonte: O próprio autor, 2021.

Em relação ao número de turmas que cada professor possuía, de acordo com o Gráfico 3, uma porcentagem de 27,8%, afirmaram possuir três turmas ou mais. Esse pode ser considerado um fator importante para o possível desenvolvimento da Síndrome de *Burnout*, ligada diretamente ao esgotamento de trabalho. É comum professores assumirem turmas nos três turnos, o que dificulta ainda mais a administração do tempo entre descanso e trabalho. Isso é muito comum acontecer com professores das redes públicas de ensino. Em estudo desenvolvido por Pimenta (2018), o autor afirma que além de a quantidade de turmas serem grandes por professor, outro fator importante são as salas superlotadas. Isso faz com que as funções e atividades acumulem, além de acarretar outros problemas, como falta de estrutura, falta de materiais didáticos, falta de proteção ao docente, falta de material pedagógico, o que gera condições precárias para que possam exercer sua prática pedagógica com qualidade.

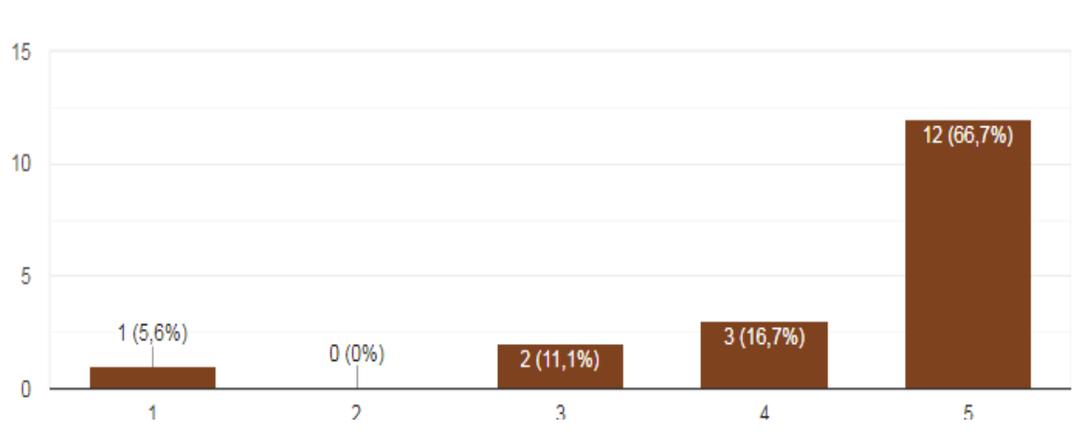
Gráfico 3 - Quantidade de turmas por professor da rede municipal.



Fonte: O próprio autor, 2021.

Quando questionados sobre ser um profissional que mantinha suas tarefas em dia, cerca 66,7% responderam que correspondem ao melhor desempenho, visto que 1 significa que desempenham da pior maneira e 5 da melhor maneira. A grande maioria dos professores disse ter apenas uma turma, isso pode estar ligado diretamente ao bom desempenho em suas tarefas, visto que conseguem administrar melhor o seu tempo.

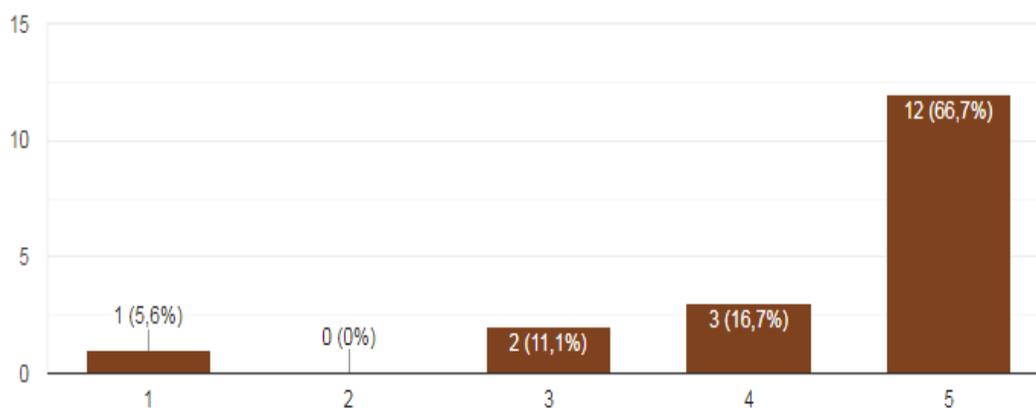
Gráfico 4 - Desempenho em entrega de tarefas.



Fonte: O próprio autor, 2021.

De acordo com o Gráfico 5, não coincidentemente as mesmas porcentagens de professores que desempenham de forma satisfatória suas tarefas, são as mesmas que conseguem separar as atividades de casa e as atividades do trabalho. Isso mostra o quão importante se torna dividir o tempo entre o trabalho e outras atividades do dia a dia. Portanto, Pimenta (2018) afirma em seu trabalho que sempre é necessário escolher o que se deve fazer imediatamente e o que pode se fazer em segundo plano. Isso dentro das atividades desenvolvidas dentro do ambiente escolar e fora dele, para que se evite chegar ao colapso de problemas de saúde.

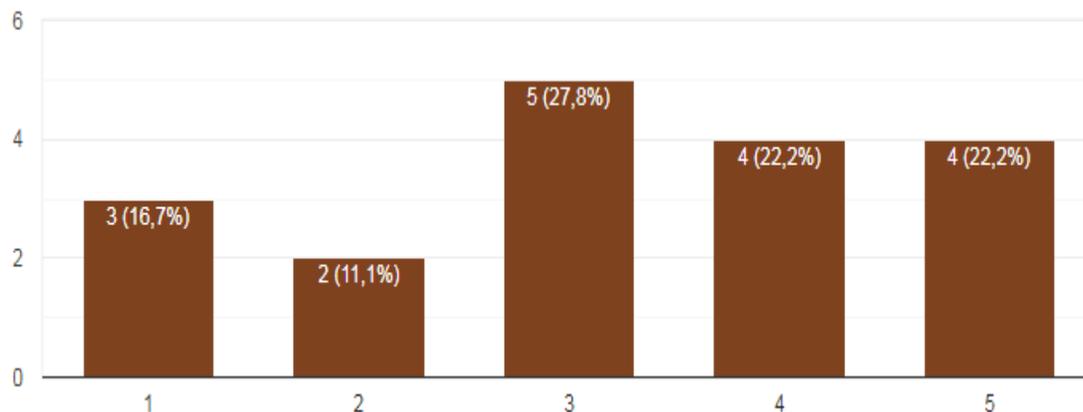
Gráfico 5 - Atividade de casa e atividade do trabalho



Fonte: O próprio autor, 2021.

Um dado relevante levantado durante a pesquisa, foi a porcentagem de professores (27,5%) que se sente satisfeito com o ambiente de trabalho representados no Gráfico 6. A maioria considerou como mediano o grau de satisfação que possuem em relação ao trabalho. Fato que, possui algum tipo de relação direta com o desenvolvimento da Síndrome de *Burnout*. De acordo com Silva (2020), algumas medidas podem ser adotadas para melhorar o ambiente de trabalho e para aliviar o esgotamento profissional: como conversar com o chefe imediato sobre o que incomoda para ajustar expectativas e compromissos, alcançando soluções; procurar apoio de outros profissionais da área, participar de programas de assistência psicológica para funcionários praticar atividade física, cuidar da qualidade do sono.

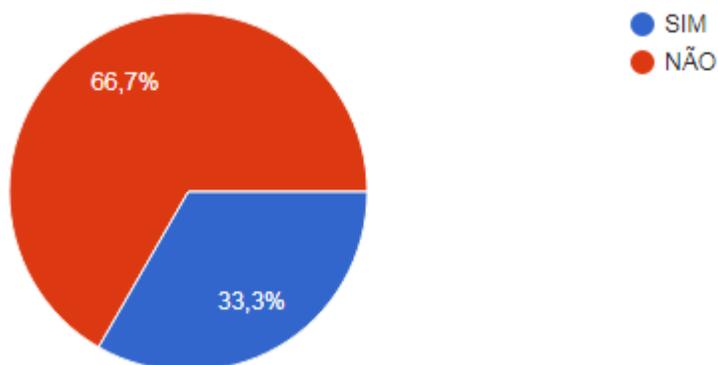
Gráfico 6 - Grau de satisfação dos professores da rede municipal de Funilândia, MG.



Fonte: O próprio autor, 2021.

Apenas 33,3% dos professores da rede municipal de Funilândia disseram ter ido a algum tipo de acompanhamento psicológico. Esse é outro fato relevante, visto que o acompanhamento psicológico se torna muito importante para detecção e acompanhamento de pessoas que possam desenvolver a Síndrome de *Burnout*. O psicólogo é o profissional mais indicado a estar acompanhando o paciente que já desenvolveu ou poderá desenvolver a síndrome. O psicólogo possui olhar específico sobre processos sociais, individuais e subjetivos no ambiente escolar. Conhecer o cotidiano da escola e suas demandas, como por exemplo, a relação entre saúde mental e trabalho, faz com que haja a promoção da saúde e a prevenção de futuras ações psicossociais. Sem dúvidas, a prevenção e erradicação da Síndrome de *Burnout* deve contemplar ações conjuntas entre docentes, equipe institucional e comunidade escolar (RODRIGUES, 2020)

Gráfico 7 - Acompanhamento psicológico



Fonte: O próprio autor, 2021.

Pra terminar o questionário foi feita a seguinte pergunta: “Se você pudesse mudar alguma coisa o que você mudaria?”. As respostas foram unanimes em relação ao melhor aproveitamento do tempo para realizar de forma satisfatória seu desempenho de trabalho. Ensinar é uma arte, que como qualquer outra necessita de dedicação e empenho. Um profissional desmotivado e doente não passará os ensinamentos de forma adequada, portanto tornam-se necessários diversos estudos no campo psicossocial que lide diretamente com a Síndrome *Burnout*, visto que cada vez mais ela está inserida na sociedade atual (PIMENTA, 2018).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Síndrome de *Burnout* é uma doença atual que acomete diversas profissões, as quais precisam lidar diretamente com diversas tarefas ou pessoas durante o desenvolvimento das atividades. Dentre eles, está a profissão de professor que além de exercer a função de educar, hoje em dia realiza funções administrativas. A profissão de professor antigamente era reconhecida, atualmente o profissional precisa enfrentar um sistema educacional que lhe é imposto a seguir, não são respeitados dentro e fora das salas de aulas, por parte de pais e alunos, as salas são superlotadas, falta material didático, escolas com pouca estrutura, além de alunos indisciplinados.

Cada vez mais o tempo no local de trabalho se torna maioria, portanto torna-se necessário

que o ambiente seja um ambiente saudável. Caso, não seja isso pode causar graves problemas de saúde, como o desenvolvimento de ansiedade, depressão, e a Síndrome de *Burnout*, que irá afetar diretamente todo o rendimento do trabalho e a motivação para o desenvolvimento do mesmo, além de estar diretamente ligado ao número de absenteísmo no trabalho.

O que mais se torna preocupante é que na maioria das vezes, os profissionais começam a desenvolver a Síndrome de *Burnout* sem nem se darem conta disso, confundindo com exaustão, estresse, ou outros motivos que dificultam o desenvolvimento do seu trabalho. O acompanhamento psicológico é capaz de identificar e tratar os sintomas de modo que a síndrome não evolua e não cause prejuízos para a vida pessoal e profissional do paciente.

Torna-se relevante mais estudos que tratem da Síndrome de *Burnout* em profissionais de educação, visto que estão diretamente ligados à formação de outras pessoas, sendo necessário que estejam bem psicologicamente, motivados, para que possam exercer de maneira eficaz seu trabalho. O papel do psicólogo é importantíssimo no acompanhamento desse profissional, dando suporte para o tratamento e/ou prognóstico no desenvolvimento da Síndrome de *Burnout*.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ARAÚJO, T. M.; CARVALHO, F. M. **Condições de trabalho docente e saúde na Bahia: estudos epidemiológicos**. Educação & Sociedade. v. 30. n. 107. p. 427-449. Campinas, 2009.
- CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. **Riscos psicossociais associados à síndrome de burnout em professores universitários**. Avances en Psicología Latinoamericana, v. 35. p. 447-457. Bogotá , 2017.
- CARLOTTO, M. S.; DALCIN, L. **Avaliação de efeito de uma intervenção para a síndrome de Burnout em professores**. Rev. Psicologia Escolar e Educacional. v. 22. n. 1. p.141-150. São Paulo, 2018.
- CARLOTTO, M. S. et al. **O papel mediador da autoeficácia na relação entre a sobrecarga de trabalho e as dimensões de Burnout em professores**. Psico-USF. v. 20. n. 1. p. 13-23. Bragança Paulista, 2015.
- CARLOTTO, M. S.; DALCIN, L. **Síndrome de burnout em professores no brasil: Considerações para uma agenda de pesquisa**. Psicologia em Revista. v. 23. n. 2. p. 745-771. Belo Horizonte, 2017.
- CUNHA, E. S. **Síndrome de Burnout**. 2010. 72. Monografia Pós-graduação “Lato Sensu” Administração de Qualidade. Rio de Janeiro, 2010.
- FEDERAÇÃO DOS HOSPITAIS, CLÍNICAS, CASAS DE SAÚDE, LABORATÓRIOS DE PESQUISAS E ANÁLISES CLÍNICAS E DEMAIS ESTABELECIMENTOS DE SERVIÇOS DE SAÚDE DO ESTADO DE SÃO PAULO – FEHOESP. No limite. **Revista Neutra de Carbono**, e. 9, maio, 2017. Disponível em: <<https://fehoesp360.org.br/gerenciador/upl/mul/publicacoes/fehoesp360-ed09-mul-00000009-09052017095331.pdf>>. Acessado em: 19 de mai. de 2020.
- GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. v. 264. 2009. Disponível em: <<http://books.google.com/books?id=T3BwPgAACAAJ&pgis=1>>. Acesso em:15 maio 2021.
- ISMA – International Stress Management Association**. Estocolmo – Suécia, 2003.(Bulletin).
- KOGA G. K. C. et al. **Fatores associados a piores níveis na escala de Burnout em professores da educação básica**. Cad. Saúde Colet.n. 23. p. 268-275, Rio de Janeiro, 2015.
- MELO, W. F. **Síndrome de Burnout em Professores**. Revista brasileira de educação e saúde. v. 5. n. 4 p. 01-06. Pombal, 2015.
- MOREIRA, L. D. **Síndrome de burnout: estudo com Professores da rede pública da cidade de farroupilha no rio grande do sul**. Revista Gestão e Conexão.v. 5. n. 2. São Paulo, 2017. ISSN 2317-5087.

PÊGO, F. P. L.; PÊGO, D. R. **Síndrome de Burnout**. Rev Bras Med Trab. v. 14 p. 171-6. Anápolis, 2016.

Philipp, A.; Schüpbach, H. (2010). **Longitudinal effects of emotional labour on emotional exhaustion and dedication of teachers**. Journal of Occupational Health Psychology, 15(4), 494-504. DOI: 10.1037/a0021046. Disponível em: < <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21058861/>>. Acessado em: 19 de mai. de 2020.

PIMENTA, N. F.D. **Síndrome de Burnout: presença de esgotamento profissional em educadores das creches Municipais de Itapuranga**. Universidade de Brasília. Faculdade de educação Curso de pedagogia a distância. Goiás, 2018.

RODRIGUES, J. **Síndrome de burnout em professores brasileiros**. Poíesis Pedagógica. v. 18 e. 65418, Catalão, 2020.

SILVA, N. R.; SILVA, A. T.B.; LOUREIRO, S.R. **Burnout e depressão em professores do ensino fundamental: um estudo correlacional**. Revista Brasileira de Educação v. 23. São Paulo, 2018.

