



INCIDÊNCIA DA SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES DA ÁREA DA SAÚDE DO CENTRO UNIVERSITÁRIO DE MARINGÁ – PR

Ilario Eing Granado¹; Fernanda Ferreti Vasconcelos¹; Joaquim Martins Junior²

RESUMO: A escola hoje tem sido considerada uma empresa e o professor é, muitas vezes, visto como um funcionário que além de realizar suas tarefas pedagógicas deve realizar inúmeras outras funções, além de sua carga horária. A intensificação dos afazeres do professor tem lhe ocasionado conflitos, pois seu tempo para estudos e atualizações se encontra demasiadamente reduzido. *Burnout* é o termo utilizado para designar um sentimento crônico de desânimo, apatia e despersonalização que atinge profissionais de várias áreas, principalmente da saúde e educação. Esta síndrome é o resultado do estresse emocional incrementado na interação com outras pessoas. O presente trabalho teve por objetivo diagnosticar a presença, as causas, a incidência da Síndrome de *Burnout* em professores do CESUMAR. Para tanto, foram utilizados procedimentos descritivos. A população foi composta por professores da área da saúde que atuam no CESUMAR, compuseram o presente estudo uma amostra de aproximadamente setenta sujeitos, de ambos os gêneros. Após a seleção dos professores foi aplicado um questionário, desenvolvido por Maslach e Jackson (1981) para identificar a síndrome de *Burnout*. Os questionários foram aplicados no final do período letivo. Dos 44 professores estudados, 22,73% apresentaram sintomas da síndrome, sendo que de uma forma geral os professores apresentaram algum sintoma de *Burnout*. Todos os professores que apresentaram os sintomas da síndrome eram jovens e lecionavam a pouco tempo no ensino superior (um a oito anos).

PALAVRAS-CHAVE: Síndrome de Burnout, professor.

1 INTRODUÇÃO

No atual modelo de educação, muitas atribuições são impostas ao professor, muitas vezes além de sua carga horária. Hoje, ele deve fazer trabalhos administrativos, planejar, reciclar-se, investigar, orientar alunos e atender as visitas de pais. Também deve organizar atividades extra-escolares, participar de reuniões de coordenação, seminários, conselhos de classe, efetuar processos de recuperação, entre outras tantas tarefas (CARLOTTO, 2003).

Esta intensificação dos afazeres do professor lhe ocasiona conflitos, pois essa sobrecarga reduz seu tempo disponível para estudos individuais ou em grupo, participação de cursos ou outros recursos que possam contribuir para a sua qualificação e favorecer seu desenvolvimento e sua realização profissional (ESTEVE, 1999; SCHNETZLER, 2000).

Esta intensificação dos afazeres do professor lhe ocasiona conflitos, pois essa sobrecarga reduz seu tempo disponível para estudos individuais ou em grupo, participação de cursos ou outros recursos que possam contribuir para a sua qualificação e favorecer seu desenvolvimento e sua realização profissional (ESTEVE, 1999; SCHNETZLER, 2000). Dessa forma, fica claro que, existem diversos fatores estressores.

¹ Acadêmicos do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Maringá – CESUMAR. Programa de Iniciação Científica do Cesumar (PICC). ilariogranado@hotmail.com; fvasconcelos@hotmail.com

² Orientador, docente do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Maringá – CESUMAR. imjunior@cesumar.com

Burnout é o termo utilizado para designar um sentimento crônico de desânimo, apatia e despersonalização que atinge principalmente trabalhadores da área de educação e saúde (HARRISON, 1999). Significa algo como perder a energia, ou mais literalmente, queimar por inteiro.

Esta síndrome é o resultado do estresse emocional incrementado na interação com outras pessoas. Diferente do estresse genérico, ela geralmente incorpora sentimentos de fracasso. Seus principais indicadores são: cansaço emocional, despersonalização e falta de realização pessoal (BALLONE, 2002).

Para Codo (1999), o trabalhador que sofre desta síndrome perde o sentido da sua relação com o trabalho, as suas ações perdem a importância e os esforços realizados são inúteis. Os sintomas iniciais dessa síndrome são constituídos por uma exaustão emocional onde a pessoa sente que não pode mais dar nada de si, que são seguidos de sentimentos e atitudes negativas, culminando por sentimentos de falta de realização pessoal no trabalho, que afetam a eficiência e habilidade para realização de tarefas e de adequar-se à organização (BALLONE, 2002).

Um professor que apresenta a Síndrome de *Burnout* se relaciona com frieza com seus alunos, não permitindo que as dificuldades e os problemas de seus alunos o afetem. A relação entre eles torna-se coisificada, não possui calor humano. O professor se torna irritado e não tem empatia para transmitir o conhecimento. “[...] ele sofre: ansiedade, melancolia, baixa auto-estima, sentimento de exaustão física e emocional” (CODO, 1999, p.242). Assim, questiona-se se os professores da área de saúde do Centro Universitário de Maringá são afetados pela Síndrome de *Burnout*.

Sabe-se que hoje é grande a preocupação com relação à qualidade de vida dos professores no seu ambiente de trabalho. Essa qualidade de vida é afetada devido à grande jornada de trabalho, que se estende além da sala de aula, levando o professor a um nível de estresse muito alto.

Dessa forma, este trabalho teve por objetivo diagnosticar a presença, as causas e a incidência da Síndrome de *Burnout* em professores do CESUMAR.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Este estudo tem um caráter descritivo, que, de acordo com Martins Junior (2008) “visa descobrir e observar fenômenos existentes, situações presentes e eventos, procurando descrevê-los, classificá-los, compará-los, interpretá-los, com o objetivo de aclarar situações para idealizar futuros planos e decisões”.

A população utilizada no estudo foi composta por professores de educação física, psicologia, nutrição, fisioterapia, ciências biológicas, pedagogia e enfermagem que atuam no CESUMAR. Foram entregues aproximadamente 70 questionários, sendo que retornaram apenas 44 questionários.

Após a seleção dos professores foi aplicado um questionário, desenvolvido por Maslach e Jackson (1981), conhecido como MBI – *Maslach Burnout Inventory*, para identificar a síndrome de *Burnout*. Este instrumento é o mais utilizado para estudar os sintomas da síndrome. Juntamente com o questionário foi entregue um conjunto de questões visando descobrir as funções desempenhadas pelo professor além das aulas ministradas. O questionário foi entregue aos professores no final do período letivo (meados do mês de novembro).

Através dos dados obtidos, foi possível verificar a Exaustão Emocional (EE), Realização profissional (RP) e, a Despersonalização (DE). As questões apresentam valores que vão de “0” a “6” pontos. Sendo que “0” corresponde a “nunca” e “6” corresponde a “todos os dias”. O questionário é composto por 22 perguntas. Destas, 9 questões correspondem à EE, 8 correspondem a RP, e 5 correspondem à DE. Para que

uma pessoa seja considerada com *Burnout* seu questionário deve mostrar valores altos de DE e EE associados a valores baixos de RP.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

De um total de quarenta e quatro pessoas, dez apresentaram a Síndrome de Burnout. Ou seja, 22,73% dos professores questionados apresentaram sintomas da síndrome.

Destes dez professores portadores da síndrome 50% lecionam de um a oito anos no ensino superior e 10% lecionam de dezessete a vinte e cinco anos. Foi possível verificar, dessa forma, que a síndrome atinge mais profissionais com menos tempo de trabalho no ensino superior do que professores que lecionam há mais tempo. Verificou-se também que apenas 20% ministram três ou mais disciplinas na graduação. A grande maioria (60%) ministra apenas uma disciplina na graduação. A análise dos dados mostrou também que a maioria dos atingidos pela síndrome são jovens (60% tem idade entre trinta e um a quarenta anos).

Os resultados mostraram que 50% destes professores orientam no momento três ou mais trabalhos de conclusão de curso. Apenas 30% dos professores analisados têm orientando na pós-graduação. Sendo que 70% dos pesquisados são casados e têm filhos.

De acordo com o GEPEB – Grupo de Estudos e Pesquisas sobre Estresse e Burnout, as médias consideradas normais para a exaustão emocional (EE) variam de dezesseis a vinte e cinco. A média de despersonalização (DE) considerada normal está entre três e oito. E a média de realização profissional (RP) tida como normal vai de trinta e dois a quarenta e dois (Benevides-Pereira, 2002).

As médias de exaustão emocional, realização profissional e despersonalização encontradas nos professores que apresentaram a síndrome de Burnout estavam completamente fora do considerado normal. Aliás, são esses índices que comprovam a incidência da síndrome, uma vez que, baixos níveis de RP, associados a altos níveis de EE e DE são características dessa síndrome. A média de EE encontrada foi de trinta e quatro (nove pontos acima da média considerada normal). Já a média de RP foi de vinte e sete (cinco pontos abaixo do aceito como normal). E, finalmente, a média de DE encontrada entre os professores com a síndrome foi dezoito (onze pontos acima do tido como normal pela literatura).

	Médias normais*	Médias gerais**	Médias Burnout
Exaustão Emocional	16 a 25	20,34	34,1
Despersonalização	3 a 8	7,14	19
Realização Profissional	32 a 42	35,75	27,2
*índices normais de acordo com o GEPEB			
**índices encontrados dentre os 44 questionários analisados			

Quadro 1. Médias de MBI - ED

As médias gerais de EE, DE e RP analisadas entre os participantes da pesquisa estavam dentro dos níveis de normalidade, sendo que EE=20,34, DE=7,14 e RP=35,75.

Analisando separadamente os índices de exaustão emocional, despersonalização e realização profissional, encontrou-se dentre os professores questionados 29,55% com altos índices de exaustão emocional. De acordo com as análises realizadas 61,54% lecionam há no máximo oito anos no ensino superior e têm de trinta e um a quarenta anos. Destes professores 38,46% ministram três ou mais aulas na graduação, ministram

pelo menos uma aula na pós-graduação e têm dois orientandos de iniciação científica. Já 61,54% têm três ou mais orientandos de trabalho de conclusão de curso. Os altos índices de exaustão emocional devem-se ao fato desses profissionais acumularem uma grande quantidade de atividades. Tanto atividades relacionadas à profissão quanto relacionadas às obrigações em casa, uma vez que a maioria dos professores participantes da pesquisa são casados e têm filhos.

Com relação à baixa realização profissional, 22,73% dos pesquisados apresentaram índices de abaixo do considerado normal. Destes 90% lecionam de um a oito anos no ensino superior. 80% deles têm idade entre trinta e um a quarenta anos. 60% destes professores ministram três ou mais disciplinas na graduação e 50% orientam três ou mais trabalhos de conclusão de curso. Mas, destes professores 70% não ministram aula na pós-graduação e 60% não orientam trabalhos de iniciação científica. É possível inferir que esses professores tenham baixa realização profissional por não estarem atuando profissionalmente da forma como poderiam e também por se sentirem sobrecarregados em outras áreas como muitas aulas ministradas e orientação de trabalhos de conclusão de curso.

Finalmente, foi observado que 29,55% dos pesquisados apresentaram altos índices de despersonalização. Destes, 53,85% lecionam a no máximo oito anos no ensino superior. E 61,54% têm idade entre trinta e um a quarenta anos e orientam três ou mais trabalhos de conclusão de curso. Dos professores questionados 46,15% ministram três ou mais disciplinas na graduação e também ministram uma aula na pós-graduação. É possível dizer, dessa forma, que devido a um esgotamento causado pelo acúmulo de atividades realizadas no horário de trabalho e atendimento a alunos e orientandos, os mesmos optam por manter-se mais afastados de seus colegas de trabalho. Dificultando, assim, o relacionamento entre eles.

4 CONCLUSÃO

Através deste trabalho foi possível verificar que dentre os professores estudados 22,73% apresentaram todos os sintomas da Síndrome de *Burnout*. Sendo que de uma forma geral, alguns professores apresentaram algum sintoma da síndrome. Ou seja, 29,55% apresentaram altos índices de exaustão emocional, 22,73% apresentaram baixos índices de realização profissional e 29,55% apresentaram altos índices de despersonalização. Verificou-se também que dos professores que participaram da pesquisa, todos os que apresentaram os sintomas da Síndrome lecionavam no ensino superior a um tempo relativamente curto (um a oito anos). Pode-se confirmar, assim, que professores que lecionam a menos tempo (recém contratados) sofrem mais com a Síndrome do que professores que lecionam a mais anos no ensino superior.

De uma forma geral, os resultados foram satisfatórios, levando em conta que dos 70 questionários distribuídos apenas 44 retornaram para serem analisados. Foi possível concluir que mesmo um número considerado pequeno possuía todos os sintomas da síndrome, quase todos os professores apresentaram um ou outro sintoma da síndrome. E que os mais afetados por ela eram os professores jovens. É possível que o acúmulo dos afazeres desses professores seja um dos responsáveis por ocasionar os sintomas. A pressão sofrida por esses profissionais em seu ambiente de trabalho, os conflitos com alunos que ocasionalmente surgem e também suas responsabilidades familiares acabam por influenciá-los negativamente. E o resultado seria esse desânimo em relação ao trabalho. Ou também o sentimento de seu trabalho não estar acrescentando nada à vida do aluno.

Seria interessante que esses profissionais não reduzissem suas vidas a apenas trabalhar. Sugere-se que esses professores adicionem atividades físicas em seu dia-a-dia. Como também atividades de lazer com suas famílias, em ambientes que esses

profissionais possam relaxar e aproveitar algumas horas em atividades que lhe tragam prazer e que em nada lhe recordem seu trabalho.

REFERÊNCIAS

BALLONE, G J - **Síndrome de Burnout** - in. PsiqWeb Psiquiatria Geral, Internet, última revisão, 2002 – acessado em 18/05/2007 - disponível em:
<http://www.psiqweb.med.br/cursos/stress4.html>

BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. (org.) (2002) **Burnout: Quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador**. São Paulo: Casa do Psicólogo.

CARLOTTO, M. S. – **Burnout e o Trabalho Docente**. Revista InterAção Psy – Ano 1, nº 1- Ago 2003 – p. 12-18

CODO, Wanderley. **Educação: carinho e trabalho**. Petrópolis, RJ: Vozes. 1999.

ESTEVE, J.M. (1999). **O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores**. São Paulo: EDUSC.

GARCIA, L. P. et al – **Investigando o Burnout em Professores Universitários**. Revista InterAção Psy – Ano 1, nº 1- Ago 2003 – p. 76-89.