



## SÍNDROME DE BURNOUT EM DOCENTES DO ENSINO SUPERIOR: REVISÃO DA LITERATURA

Camila Ronchini Montalvão<sup>1</sup>, Lucia Elaine Ranieri Cortez<sup>2</sup>, Rute Grossi Milani<sup>3</sup>

1 Acadêmica do Curso de Medicina do Centro Universitário de Maringá – UNICESUMAR, Maringá-PR. Bolsista PROBIC-UniCesumar. camila\_33\_r@yahoo.com.br

2 Coorientadora, Doutora, Docente do Programa de Mestrado em Promoção, UNICESUMAR

3 Orientadora, Doutora, Docente dos Programas de Mestrado em Promoção da Saúde da Saúde e de Tecnologias Limpas, UNICESUMAR

### RESUMO

A síndrome de burnout é uma resposta ao estresse crônico diário. A definição e o modelo mais utilizado são de Maslach e Jackson (1981), que descrevem três dimensões: exaustão emocional ou esgotamento emocional, despersonalização e baixa realização profissional. Atualmente, a síndrome de burnout é vista como um transtorno mental e de comportamento relacionado ao trabalho e classificada no Grupo V da Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde (CID). Os profissionais mais afetados por esta síndrome são aqueles que atuam diretamente com o público, como, por exemplo, os profissionais da saúde e docentes. Este estudo, com base na revisão da literatura, visa analisar os instrumentos em síndrome de burnout, a prevalência da síndrome de burnout e sua relação com variáveis sociodemográficas e laborais, e, por fim, a síndrome de burnout e condições físicas e psicológicas associadas. Foram levantados artigos das bases de dados Scielo, Lilacs, PubMed e PsycINFO, entre os anos de 2011 e 2015. As terminologias de buscas utilizadas no português foram Síndrome, *Burnout* e docentes e no inglês *Burnout Syndrome* e *teachers/professor*. Verificou-se que a maior parte dos estudos eram nacionais e focados em descrever a prevalência da síndrome. Há um atraso nacional nas pesquisas em relação aos estudos internacionais, que visam estudar as causas individuais, como personalidade, e sua relação com o burnout. Em relação à produção internacional, nota-se uma escassez de estudos sobre burnout em docentes universitários e estudos do tipo longitudinal sobre o tema.

**PALAVRAS-CHAVE:** síndrome de burnout; esgotamento emocional; docentes universitários.

## 1 INTRODUÇÃO

O termo burnout se origina do inglês e se refere a algo que cessou seu funcionamento em razão de uma exaustão de energia (Mesquita, Gomes, Lobato, Gondim & Souza, 2012). Foi inicialmente utilizado por Freudenberger (1974), que desenvolveu a expressão “*staff Burnout*” para se referir a uma síndrome que afetava trabalhadores de saúde mental e que se apresentava por exaustão, isolamento e desencanto. Posteriormente, Maslach e Jackson (1981) delinearam o que conhecemos como síndrome de Burnout (Mesquita et al., 2012).

A definição e o modelo de Maslach e Jackson (1981) descrevem três dimensões da síndrome: exaustão emocional ou esgotamento emocional, despersonalização e baixa realização profissional. A exaustão emocional é o sinal cardinal da síndrome e se caracteriza pelo sentimento de sobrecarga de trabalho, gerando um estresse laboral o que leva o indivíduo apresentar-se com pouca energia para realização das tarefas cotidianas. Em um segundo momento, como reação à exaustão emocional, temos a despersonalização, na qual há distanciamento emocional, caracterizado por apatia em



relação aos alunos e seus familiares, aos colegas de trabalho e da equipe administrativa. Por fim, a baixa realização profissional que corresponde ao sentimento de desmotivação, ineficácia e inadequação à vida profissional e até mesmo pessoal (Ramón, 2015).

Os profissionais que lidam diretamente com outras pessoas são os mais afetados pela síndrome, pois estão sujeitos a um maior envolvimento emocional, o que acarreta uma sobrecarga emocional e mental. Neste contexto, uma das profissões mais atingida por esta patologia é a de docente (Carlotto, 2011). Os docentes necessitam de conhecimentos diversos, como conhecimento pedagógico e científico, e possuir uma sensibilidade e criatividade que lhes permitam reagir a diversas situações e obstáculos da docência. Ao analisarmos a docência no ensino superior, a finalidade desta seria formar indivíduos altamente qualificados e criadores de novos conhecimentos para a sociedade. Nesse contexto, o ensino superior deveria ser construído em forma de diálogo entre docentes e alunos, no qual ambos compartilham seus saberes e suas experiências para gerarem novas ideias. Quando o docente do nível superior possui um alto nível de burnout, principalmente da dimensão de despersonalização, a docência deixa de ser um diálogo entre alunos e professores e passa a ser realizada de uma maneira imparcial e burocrática, onde ambos ocultam seus conhecimentos e apenas se cumpre o compromisso de se estar na instituição de ensino, afetando diretamente na qualidade de ensino (Álvarez, 2012).

O presente estudo teve como objetivo analisar a produção nacional e internacional acerca da síndrome de burnout em docentes do nível superior, avaliando as variáveis associadas a esta síndrome.

## 2 MATERIAL E MÉTODOS

O estudo foi realizado por meio de uma revisão da literatura. Foram levantados artigos internacionais na base de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs), PubMed, *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO) e *American Psychological Association* (PsycINFO). Os critérios de elegibilidade dos artigos foram: artigos que apresentam como tema a síndrome de Burnout em docentes do ensino superior; de língua espanhola, inglesa ou portuguesa; publicado nos últimos cinco anos (2011-2015). Foram excluídos os artigos que tratavam como tema a síndrome de Burnout em docentes apenas do ensino infantil, fundamental e médio; pesquisas documentais ou de revisão; anais de congressos; teses e dissertações. Artigos complementares foram utilizados para a discussão dos resultados. Ao todo foram analisados quinze artigos.

## 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram analisados 15 artigos no presente estudo. Quanto às características gerais, o estudo mais antigo era do ano de 2011. Em relação ao delineamento dos estudos, a maior parte dos artigos é do tipo analítico e descritivo e foram desenvolvidos no Brasil. Apesar da maioria dos trabalhos serem nacionais, pelos objetivos, vemos que estes se limitam a avaliar prevalência da síndrome de burnout e fatores sociodemográficos e laborais associados. Se compararmos com estudos internacionais, veremos que estes relacionam a síndrome com outras variáveis como a personalidade, estratégias de enfrentamento dos indivíduos e depressão. A seguir são apresentados os estudos analisados nesta revisão (tabela 1).

A prevalência da síndrome de burnout nos estudos analisados variou de 14,2% até 63,5%. O estudo que apresentou a maior prevalência foi realizado no México com 156



docentes de cinco unidades acadêmicas: nutrição, medicina, odontologia, enfermagem e bioquímica. Foi empregada a escala de *Maslach Burnout Inventory* (MBI). Esta alta prevalência pode ser explicada pela amostra ser de docentes da área da saúde, pois além da profissão de docente, há uma maior probabilidade de desenvolvimento da síndrome em profissionais da área da saúde, principalmente os enfermeiros. O estudo que apresentou a menor taxa de prevalência foi um estudo brasileiro realizado com uma amostra de 169 docentes de sete instituições de nível superior, sendo utilizado o instrumento *Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo*. Neste estudo a prevalência foi de 14,2%, sendo que 3% destes apresentavam a forma grave da síndrome, na qual teríamos o surgimento do sentimento de culpa.

Dos artigos selecionados, onze utilizaram como instrumento para medir a síndrome de Burnout em docentes a escala de *Maslach Burnout Inventory* (MBI). Este instrumento foi elaborado por Maslach e Jackson no ano de 1986 para avaliar a incidência da síndrome de Burnout e o mesmo foi adaptado para o uso no Brasil por Carlotto e Câmara no ano de 2004 (Carlotto, 2011). O instrumento é autoaplicável composto por 22 itens, dos quais nove avaliam o esgotamento profissional, cinco avaliam a despersonalização e oito a baixa realização pessoal. Quanto maior o nível de Burnout, a tendência é que a maior pontuação seja observada nas dimensões de despersonalização e exaustão emocional (Gomes & Quintão, 2011). Outros três artigos utilizaram como instrumento para avaliar a síndrome de Burnout a versão em português do *Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo* que foi elaborado e validado para a população brasileira por Gil-Monte (2010). Este instrumento, assim como o MBI, é autoaplicável. Por fim, apenas um estudo utilizou o instrumento: *Cuestionario de Burnout del Profesorado* (CBP-R) de Moreno, Garrosa e González (2000). Este instrumento é composto por 66 itens e as áreas que avaliam são: estresse, síndrome de Burnout, desorganização institucional e problemas administrativos (Rodríguez, et al., 2014).

**Tabela 01** – representação dos estudos segundo autor, país e objetivo do estudo

Autor	País	Objetivo do estudo
Borges, Ruiz, Rangel e González, 2012	Venezuela	Determinar a frequência da síndrome de burnout em docentes do ensino superior e identificar riscos laborais
Botero e Romero, 2011	Colômbia	Determinar a prevalência da síndrome de burnout e a sua relação com o tipo de contrato dos professores
Carlotto, Dias, Batista e Diehl, 2015	Brasil	Avaliar se a autoeficácia funcionaria como uma variável mediadora na relação entre a sobrecarga de trabalho e as dimensões de burnout
Costa, Gil-Monte, Possobona e Ambrosanoa, 2013	Brasil	Investigar a prevalência da síndrome de burnout em professores universitários da cidade de Piracicaba – São Paulo
Dalagasperina e Monteiro, 2014	Brasil	Analisar os fatores de estresse laboral e as variáveis sociodemográficas preditoras da síndrome de burnout em docentes da rede privada de ensino
David e Quintão, 2012	Portugal	Relacionar burnout, personalidade, afetividade, estratégias de <i>coping</i> e satisfação com a vida
Gaxiola-Villa, 2014	México	Descrever a relação entre o bem estar psicológico e o desgaste profissional
Gomes e Quintão, 2011	Portugal	Estudar a relação entre a satisfação com a vida, a depressão e a carga horária em docentes de vários níveis de ensino
Gonçalves, et al., 2011	Brasil	Analisar a prevalência da síndrome de burnout em professores médicos do primeiro ao quarto ano da Universidade do estado do Pará



Mendonça, Coelho e Júca, 2012	Brasil	Avaliar a síndrome de burnout em docentes médicos de uma instituição de ensino
Ramírez, Beltrán, Perales e Moreno, 2014	México	Determinar a relação que existe entre a síndrome de burnout com o engajamento no trabalho ( <i>work engagement</i> )
Rodríguez, Hinojosa e Ramírez, 2014	México	Analisar a relação que existe entre os níveis de estresse percebido e o desempenho docente, entre burnout e desempenho docente e, por fim, o nível de estresse percebido e burnout
Salgado, Reyna e Bastida, 2012	México	Conhecer as diferenças da síndrome de burnout em três diferentes grupos (docentes, discentes e trabalhadores administrativos) em uma faculdade de odontologia
Suda, Coelho, Bertaci e Santos, 2011	Brasil	Verificar a relação entre o nível de saúde geral, dor musculoesquelética, frequência de sintomas musculoesqueléticos e a síndrome de burnout
Zucoloto, Maroco e Campos, 2012	Brasil	Estimar a prevalência da síndrome de burnout em professores de odontologia e sua relação com características sociodemográficas

**Fonte:** Elaborado pelos autores

## 4 CONCLUSÃO

O presente estudo demonstrou a prevalência da síndrome de burnout e sua relação com dados sociodemográficos e laborais. Foram analisados também os instrumentos utilizados para medir a síndrome de burnout em docentes. Os resultados expostos auxiliam na compreensão da síndrome de burnout e traz um panorama geral sobre os estudos da mesma. As limitações dos estudos auxiliam novos estudos e o conhecimento dos instrumentos mostra que há uma tendência a utilizar determinados instrumentos. Sugerem-se novas pesquisas de estudos longitudinais e não apenas transversais focados na prevalência, para obter um conhecimento de causa e efeito da mesma.

## REFERÊNCIAS

ÁLVAREZ; Carla C. Botero. Riesgo psicosocial intralaboral y “burnout” en docentes universitarios de algunos países latino-americanos. Cuadernos de Administración Universidad del Valle, v.28, n.48 p. 177-132, 2012.

BOTERO; Maylen Liseth Rojas; ROMERO; Hugo Grisales. Burnout syndrome in professors from an academic unit of a Colombian university. **Investigación y Educación en Enfermería**, v.23, n.3, p. 427-434, 2011.

CARLOTTO, Mary Sandra. Síndrome de Burnout em Professores: Prevalência e Fatores Associados. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 27, n. 4, p. 403-410, 2011.

CARLOTTO; Mary Sandra; DIAS; Sofia Raquel da Silva; BATISTA; Jaqueline Brito Vidal; DIEHL; Liciane 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, 2015.

COSTA; Ludmila da Silva Tavares; GIL-MONTE; Pedro Rafael; POSSOBONA; Rosana de Fátima; AMBROSANO; Glaucia Maria Bovi. Prevalência da Síndrome de Burnout em uma



Amostra de Professores Universitários Brasileiros. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v.26, n.4, p. 636-642, 2013.

DALAGASPERINA; Patrícia; MONTEIRO; Janine Kieling. Preditores da síndrome de burnout em docentes do ensino privado. **Psico-USF**, v.19, n.2, p. 265-275, 2014.

DAVID; Isabel Carmo; QUINTÃO Sônia. Burnout em Professores: a sua Relação com a Personalidade, Estratégias de Coping e Satisfação com a Vida. **Revista Científica da Ordem dos Médicos**, v.25, n.3, p.145-155, 2012.

GAXIOLA-VILLA, Eunice. Bienestar psicológico y desgaste profesional [DP] em amas de casa docentes universitárias. **Journal of Behavior, Health & Social Issues**, v.6, n.1, p.79-88, 2014.

GOMES, Ana Paula Rodrigues; QUINTAO; Sonia dos Reis. Burnout, satisfação com a vida, depressão e carga horária em professores. **Análise. Psicológica**, v.29 n.2, p. 335-344, 2011.

GONÇALVES; Thiago Barbosa; LEITÃO; Adriana Kamilly Rodrigues; BOTELHO; Beatriz Santos; MARQUES; Rahyssa Andreia Charchar Campos; HOSOUME; Victor Seiji Nascimento; NEDER; Patrícia Regina Bastos. Prevalência de síndrome de burnout em professores médicos de uma universidade pública em belém do pará. **Revista Paraense de Medicina**, v.26, n.4, 2012.

MENDONÇA; Vera Lúcia Gama de; COELHO; Jorge Artur Peçanha de Miranda; JÚCA; Mário Jorge. Síndrome de Burnout em Médicos Docentes de uma Instituição Pública. **Psicologia em Pesquisa**, v.6, n.2, p.90-100, 2012.

MESQUITA; Alex Andrade; GOMES; Dayanna Santos; LOBATO Juliana Lima; GONDIM Ludmilla, SOUZA Simone Batista de. Estresse e síndrome de burnout em professores: Prevalência e causas. **Psicologia Argumento**, v.31, n.75, p. 627-635, 2013.

R; Aismara Borges; RUIZ; Mayerling; RANGEL; Ronald; GONZÁLEZ; Pablo. Síndrome de burnout en docentes de una universidad pública venezolana. **Comunidad y Salud**, v.10, n.1, p.1-9, 2012.

RAMÍREZ; Dellanira Ruiz de Chávez; MORENO; Manuel Pando; BELTRÁN; Carolina Aranda; PERALES; Cristina Almeida. Burnout y Work Engagement en Docentes Universitarios de Zacatecas. **Ciencia & Trabajo**, v.16, n.50, p. 116-120, 2014.

RAMÓN; Juan Pedro Martínez. Cómo se defiende el profesorado de secundaria del estrés: *burnout* y estrategias de afrontamiento. **Journal of Work and Organizational Psychology**, v.31, n.1, p.1-9, 2015.

RODRÍGUEZ; Magaly Cárdenas; HINOJOSA; Luz Marina Méndez; RAMÍREZ; Mónica Teresa González. Evaluación del desempeño docente, estrés y burnout en profesores universitarios. **Actualidades Investigativas en Educación**, v.14, n.1, p.1-22, 2014.

SALGADO; Angel Visoso; REYNA; Paola Ariselda Sánchez; BASTIDA; Norma Margarita Montiel. Síndrome de Burnout em la Facultad de Odontología de la Universidad Autónoma del Estado de México: un Estudio Comparativo. **International journal of odontostomatology**, v.6, n.2, p.129-138, 2012.





SUDA; Eneida Yuri; COELHO Ana Tereza; BERTACI; Alynne Cristina; SANTOS; Bianca Balbe dos. Relação entre nível geral de saúde, dor musculoesquelética e síndrome de burnout em professores universitários. **Fisioterapia e Pesquisa**, v.18, n.3, p.270-274, 2011.

ZUCOLOTO; Miriane Lucindo; MAROCO; João; CAMPOS; Juliana Alvares Duarte Bonini. Dentistry teachers and the Burnout Syndrome. *Brazilian Dental Science*, v.15, n.1, p.61-67 2012.