



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS VII - GOVERNADOR ANTÔNIO MARIZ
CENTRO DE CIÊNCIAS EXATAS E SOCIAIS APLICADAS
CURSO DE BACHARELADO EM ADMINISTRAÇÃO**

MARIA LAÍSE BARRETO EVANGELISTA

**SAÚDE NO TRABALHO: um estudo sobre a síndrome de burnout com professores da
Escola Municipal Luzia Maia da cidade de Catolé do Rocha-PB**

**PATOS – PB
2016**

MARIA LAÍSE BARRETO EVANGELISTA

**SAÚDE NO TRABALHO: um estudo sobre a síndrome de burnout com professores da
Escola Municipal Luzia Maia da cidade de Catolé do Rocha-PB**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Administração da Universidade Estadual da Paraíba, em cumprimento à exigência para obtenção do grau de Bacharel em Administração.

Área de concentração: Administração de Recursos Humanos

Orientador: Ricardo Ribeiro Rocha Marques

**PATOS – PB
2016**

É expressamente proibida a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano da dissertação.

E92s Evangelista, Maria Laise Barreto

Saúde no trabalho [manuscrito] : um estudo sobre a Síndrome de Burnout com professores da Escola Municipal Luzia Maia da cidade de Catolé do Rocha - PB / Maria Laise Barreto Evangelista. - 2016.

24 p. : il.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Administração) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Exatas e Sociais Aplicadas, 2016.

"Orientação: Prof. Me. Ricardo Ribeiro Rocha Marques, CCEA".

1. Escola. 2. Professores. 3. Síndrome de Burnout. I. Título.

21. ed. CDD 371.1

MARIA LAÍSE BARRETO EVANGELISTA

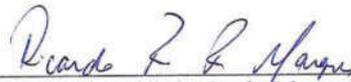
SAÚDE NO TRABALHO: um estudo sobre a síndrome de burnout com professores da
Escola Municipal Luzia Maia da cidade de Catolé do Rocha-PB

Trabalho de conclusão de Curso
apresentado ao curso de Bacharelado em
Administração da Universidade Estadual
à obtenção do título de Bacharel em
Administração.

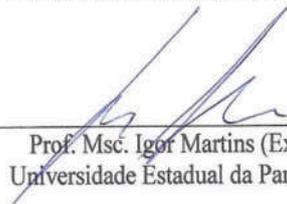
Orientador: Prof^o. Esp. Ricardo Ribeiro
Rocha Marques

Aprovada em: 19/10/2016.

BANCA EXAMINADORA



Prof. Esp. Ricardo Ribeiro Rocha Marques (Orientador)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Msc. Igor Martins (Examinador)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Msc. Mariana Tomaz Silva (Examinadora)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

SAÚDE NO TRABALHO: um estudo sobre a síndrome de burnout com professores da Escola Municipal Luzia Maia da cidade de Catolé do Rocha-PB

Maria Laíse Barreto Evangelista

RESUMO

EVANGELISTA, Maria Laíse Barreto (2016). **SAÚDE NO TRABALHO: um estudo sobre a síndrome de burnout com professores da Escola Municipal Luzia Maia da cidade de Catolé do Rocha-PB**. Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Administração da Universidade Estadual da Paraíba. Orientador: Ricardo Ribeiro Rocha Marques.

Este trabalho aborda um tipo muito agressivo de doença mental, que acomete frequentemente os professores. Trata-se da síndrome de *burnout*, que significa ‘perder o fogo’, ‘perder a energia’ ou ‘queimar para fora’, que acontece quando o trabalhador sofre com a perda da relação com o seu trabalho. O objetivo do presente estudo foi de analisar as dimensões dessa síndrome no trabalho dos professores da Escola Municipal Luzia Maia. Para isso, foi utilizado um estudo de caso, com abordagem quantitativa e de natureza descritiva. Para caracterizar a amostra, foi aplicado um questionário que continha questões sociodemográficas como gênero, idade, estado civil, nível de formação e tempo de atuação. Para mensurar as dimensões da síndrome de *burnout*, foi utilizado o modelo do Malasch Burnout Inventory (MBI). Participaram da pesquisa 54 docentes de um total de 75. A amostra foi composta, predominantemente de mulheres, com faixa etária de 43 anos, casadas, com tempo médio de atuação de 17 anos e com filhos. Os resultados da pesquisa indicaram que a dimensão mais presente entre os entrevistados foi a exaustão emocional, que é caracterizada por uma percepção de sobrecarga das tarefas laborais e que os docentes adotam atividades físicas e momentos de lazer com a família e os amigos para enfrentar as consequências dessa síndrome.

Palavras-chave: Trabalho. Professores. *Síndrome de burnout*.

1 INTRODUÇÃO

A saúde mental dos profissionais da Educação é um fator sério e que necessita de muita atenção, em especial, os professores da rede pública do nosso país, que estão diariamente sob muita pressão e em condições de trabalho inadequadas, o que influencia o desempenho de suas atividades e os afeta psicologicamente. Segundo a Organização Internacional do Trabalho (OIT, 1984), a docência é uma das profissões mais estressantes da atualidade.

Este trabalho aborda um tipo muito agressivo de doença mental, que acomete frequentemente os professores: a síndrome de *burnout*, que se configura quando o trabalhador

sofre com a perda de sua relação com o seu trabalho. Tudo o que ele faz não importa, porque todo o esforço que ele desempenha parece não existir mais sentido. Essa síndrome afeta, principalmente, profissionais da área de Educação e da Saúde, entre outros, ou seja, é o reflexo do trabalho como forma de desprazer (CARLOTTO, 2002).

Schisteret *et al* (2013) afirmam que existem diversos motivos pelos quais o estudo sobre a *síndrome de burnout* é relevante e tem a capacidade de nos fazer entender seus efeitos para a saúde e o comportamento do estresse no trabalho, entre eles, a influência nos custos econômicos, sociais e psicológicos, o que é importante para empregados e empregadores, que resultam do perfil do trabalho.

São inúmeras as consequências que as instituições sofrem quando têm docentes com a SB. Silva *et al* (2013) reforçam que, em professores, essa síndrome prejudica o ambiente educativo e impede as metas pedagógicas sejam alcançadas, o que induz esses profissionais a um processo de alienação, insensibilidade e indiferença, que ocasionam problemas de saúde e apresentam pensamentos a favor da desistência da profissão. Os pesquisadores dessa temática atentam para as condições atuais do ensino, que reúnem claramente fatores que colaboram para o estresse crônico, que pode evoluir para a síndrome de *burnout* entre os professores, tendo como consequência o absenteísmo e o deslocamento desses trabalhadores de suas funções. Nesse contexto, a atenção com a humanização do local do trabalho docente começa a despertar o interesse dos estudiosos (LEVY, SOBRINHO e SOUZA, 2009).

Podemos avaliar três dimensões do *burnout* a partir do MBI - um instrumento elaborado por Maslach e Jackson (1981) - que são: a exaustão emocional, a despersonalização e a baixa realização profissional. A exaustão emocional é caracterizada pela falta de energia e de entusiasmo na prática da profissão; a despersonalização consiste em tratar os colegas de forma distante, sem demonstrar afetividade; e a baixa realização no trabalho acontece quando o trabalhador não está satisfeito com o seu desempenho profissional, portanto não vê suas contribuições de forma positiva.

Carlotto (2002) salienta que essas dimensões podem ser percebidas pelo modo como a escola pública age, seguindo o modelo do serviço público, que pode ser explicado como vertical e de hierarquia de linha, ou seja, o poder para se tomar decisões na escola é fragmentado. E como os professores da rede pública fazem seus trabalhos enfrentando fatores potencialmente estressores, como salários baixos, classes superlotadas, excesso de carga horária, recursos escassos e falta de segurança, são mais suscetíveis a adquirir a síndrome de *burnout*. Diante do que foi exposto, esta pesquisa procura responder à seguinte questão:

Como as dimensões da síndrome de *burnout* aparecem no trabalho dos professores da Escola Municipal Luzia Maia?

1.1 OBJETIVOS

1.1.1 Geral

Analisar as dimensões presentes no trabalho dos professores da Escola Municipal Luzia Maia.

1.1.2 Específicos

- Verificar qual a dimensão da síndrome de burnout é considerada a mais forte entre os entrevistados;
- Compreender como esses professores conseguem lidar com os desgastes emocionais ligados a essa síndrome.

1.2 JUSTIFICATIVA

A preocupação com esse tema surgiu por causa da importância desses profissionais para a nossa sociedade e das condições desfavoráveis que eles enfrentam em seu local de trabalho, o que, não raras vezes, provoca certo desgaste emocional, porque qualquer profissional precisa do apoio didático de inúmeros professores, desde a alfabetização até o término de um curso superior.

A docência, certamente, é uma das mais importantes e necessárias profissões do mundo para formar indivíduos pensantes. Entende-se que, para ensinar bem e ser um bom instrutor no crescimento de princípios humanos, o professor precisa estar bem, no entanto, se ele é severamente exposto a estressores laborais e não consegue administrá-los efetivamente, vai se deteriorando mentalmente e desgastando sua satisfação em relação ao trabalho (SOUZA *et al*, 2016)

Para o professor, é muito difícil abandonar sua devoção ao ensino, afastar-se, porque o trabalho educativo lhe favorece ou deveria favorecer outros retornos não só financeiramente. Esse obstáculo repercute negativamente no trabalho e afeta o talento profissional e o entusiasmo de atender aos desejos dos alunos. Além disso, o relacionamento com as pessoas

do trabalho ficam afetadas o corpo discente e o docente, enfim, a instituição como um todo (FERENHOF e FERENHOF, 2002),

Sousa e Mendonça (2009) asseveram que a parte do sistema educacional mais valiosa e com o custo mais alto provocado pela incidência de *burnout* são as pessoas que ensinam, ou seja, os professores da instituição. O professor acometido pela síndrome tem dificuldade de se envolver e faltam-lhe carisma e emoção, quando se relaciona com estudantes, o que afeta não só a aprendizagem e a motivação dos alunos como também seu comportamento.

Há uma desatualização associada aos estudos sobre o *burnout* no Brasil. Antes os obstáculos eram enfrentados em nível pessoal. A dúvida era se se deveria posicionar a pessoa certa no local certo ou somente investir em capacitação das atividades a serem praticadas pelos trabalhadores. Nesse sentido, progredimos muito pouco. A síndrome de *burnout* mostra a grandeza multidimensional do problema que afeta os funcionários e revela os danos não só pessoais, como também familiares, sociais e institucionais envolvidos (PEREIRA, 2002).

Dar atenção a esse tema é muito válido, porque, embora tanto o estresse quanto o *burnout* na docência provavelmente ocorram há anos, sua validação como um problema grave, com significativas consequências psicossociais, tem sido mais evidente nos últimos 20 ou 30 anos. *A síndrome de burnout* não é um evento atual, o que, possivelmente, seja recente é o desafio dessa classe profissional de distinguir e manifestar o estresse e essa doença. O professor entende muito sobre o que e como educar, mas pouco sobre os estudantes e, muito menos, sobre eles mesmos (CARLOTTO, 2011).

2 A SAÚDE MENTAL DO TRABALHADOR

A saúde mental do trabalhador tem sido objeto de estudos de várias áreas da Ciência que tentam entender questões e aspectos relacionados não só à produção desses trabalhadores como também ao bem-estar e ao equilíbrio como fatores importantes associados à saúde. A saúde mental do trabalhador veio à tona quando os transtornos mentais foram inseridos como patologias que também poderiam estar relacionadas ao trabalho (BATISTA, 2010).

Estar mentalmente saudável pode ser compreendido como uma condição em que o indivíduo sente entusiasmo e satisfação, ou seja, encontra-se em situação favorável em relação ao seu humor. A saúde mental também pode ser entendida como a maneira como o cidadão enfrenta questões como sua liberdade e seus conflitos pessoais (BRAGA, 2007).

No ambiente laboral, pode haver falhas que não só podem atingir o corpo dos trabalhadores como também provocar alterações e lesões biológicas, manifestar reações emocionais e estimular processos psicopatológicos. Tem sido grande o número de episódios de danos à saúde mental relacionados ao trabalho, causados por fatores subjetivos e psicossociais. (BATISTA, 2010)

Os efeitos dos transtornos mentais são bastante deletérios e atingem o indivíduo, sua família sua comunidade, havendo perdas relativas às relações humanas, problemas financeiros das famílias, aumento de gasto social com o cuidado com essas pessoas, perda de produtividade do país, aumento de criminalidade, maior taxa de morte prematura e maiores taxas de baixa qualidade de vida dos doentes e familiares (BRAGA, 2007, p.38).

Martins (2008) apresenta os seguintes tipos de estressores ocupacionais: fontes de estresse intrínsecas ao trabalho, condições físicas do local de trabalho, características das tarefas, excesso de trabalho, ritmo de trabalho, trabalho repetitivo, ambiguidade ou conflito de papéis, responsabilidades atribuídas, relações interpessoais com colegas, superiores e subordinados, carreira profissional, início da carreira, avaliação de desempenho, progressão na carreira, formação, insegurança, término da carreira, estrutura e clima organizacionais, participações na tomada de decisões, estrutura da organização e ambiente socioemocional de trabalho.

2.1 O PROFESSOR, AS CONDIÇÕES DE TRABALHO E OS EFEITOS SOBRE SUA SAÚDE

No ano de 1984, a OIT determinou as condições de trabalho para os educadores ao assegurar o importante lugar que eles ocupam na comunidade, uma vez que são os responsáveis pelo preparo das pessoas para a vida. Essas condições visam, principalmente, atingir a finalidade de um ensino competente. Some-se a isso o fato de o professor ser considerado como o personagem principal de um cenário frágil, o que resulta em um desgaste progressivo das condições e da organização do seu trabalho e prejudica seu físico e sua mente. (BATISTA, 2010).

Excesso de trabalho, precariedade das condições atuais, variedade, dificuldade de administrar as questões que se manifestam em sala de aula, viabilidade social de excelência, entre outros, são aspectos que podem estar ligados ao aparecimento das reclamações e de adoecimento, com ênfase nos transtornos mentais, especialmente nos educadores, que

constituem um grupo com elevado grau de perigo para um desgaste mental (CARRARO, 2015; PAIVA e SARAIVA, 2004)

No que diz respeito aos fatores fundamentais causadores do estresse, particularmente o que acomete os professores, são: os vínculos hierárquicos; a extensa e cansativa jornada de trabalho, em especial, com crianças; o rebaixamento gradativo dos salários; as condições físicas no local de trabalho; a crescente desqualificação e a falta de reconhecimento coletivo do seu serviço. (BATISTA, 2010; LEMOS 2005)

Os principais fatores que dificultam o desempenho profissional dos professores são de várias ordens, dentre os quais os mais importantes são: uso constante da voz, presença de ruído, realização de movimentos repetitivos, grau elevado de estresse, trabalho monótono e repetitivo, exigências físicas e mentais elevadas, exposição a poeira de giz, necessidade de permanecer longos períodos em pé, ter de curvar-se várias vezes ao longo da jornada diante das carteiras dos alunos, desgaste nas relações com alunos, ambiente conturbado e ou violento, falta de autonomia no planejamento das atividades, ritmo de trabalho acelerado, inexistência / insuficiência de materiais e equipamentos, salas de aula inadequadas, falta ou inadequação de locais de repouso e para alimentação, instalações sanitárias (CARRARO, 2015, p.32).

As situações estabelecidas para os professores os obrigam a compreender como adequar as estratégias individuais às da instituição, para a escola conseguir enfrentar as exigências cobradas diariamente no trabalho e tentar preservar-lhes o bem-estar físico e psicológico. Esses deveres seguem os docentes ao longo de sua vida profissional e lhes cobram mais estímulo para que possam desempenhar seus papéis. Esse esforço direciona a um tipo enraizado do estresse, que auxilia para o surgimento do que hoje é conhecido como síndrome de burnout (BATISTA, 2010).

2.2 SÍNDROME DE BURNOUT: CONCEITOS

Burnout é um termo originado do inglês, empregado para denominar algo que não funciona mais, por perda de energia e que se tornou conhecido internacionalmente através dos artigos de Freudenberg, um médico e psicanalista, que, em sua vida profissional, sofreu várias decepções e adversidades que o induziram à exaustão física e emocional. Foi ele quem adotou a expressão *burnout*, entendida como um sentimento de insucesso e esgotamento em virtude de uma grande perda de energia, tendo como resultado a frustração e a falta de interesse pelo trabalho, principalmente dos que demandam contato diário e bastante intenso. (GARCIA, 2003; TAMAYO, 2009)

Essa síndrome se expressa com sentimentos de desgaste físico e emocional que os colaboradores vivenciam e não conseguem retribuir mais. Eles percebem que sua força e seus recursos emocionais estão se esgotando, em razão de estarem em contato diariamente com problemas. Conseqüentemente, perdem o interesse cada dia mais de executar seus serviços e não se empenham para sair dessa situação, já que não acreditam mais em si mesmos (CHRISTOFOLETTI *et al*, 2007; DAVID, 2011).

A síndrome de *burnout* pode ser classificada em três dimensões: a exaustão emocional, que é referente ao sentimento de excesso de carga e desgaste emocional; a despersonalização, quando o profissional tem sentimentos negativos em relação às pessoas com quem trabalha, e a falta de realização pessoal, quando demonstra sentimentos de desarmonia pessoal e profissional no trabalho (GARCIA e BENEVIDES-PEREIRA, 2003; LIMA *et al*, 2009).

Em termos de decorrência dessa síndrome, Martins (2008) ordena quatro níveis: emocional, atitudinal, comportamental e psicossomático. O nível emocional integra sentimentos de isolamento, alucinação, fraqueza e inquietação; no nível atitudinal, o indivíduo pode manifestar complexidade em expressar o que sente - antipatia e desconfiança. Em condições comportamentais, podem apresentar sentimentos de irritabilidade, solidão e mudanças repentinas de humor.

Essa síndrome seria resultante do conflito entre o indivíduo e seu trabalho que culminaria em um processo de desgaste caracterizado pelo aumento de sentimentos de Exaustão Emocional, atitudes de cinismo frente aos clientes e uma tendência à avaliação negativa devido à insatisfação do indivíduo com seu trabalho. Além disso, a síndrome seria mais comum em profissões de natureza assistencial devido ao contato direto com pessoas. (LIMA *et al*, 2009, p.2).

A evolução do *burnout* é pessoal e acumulativa. Seu progresso é capaz de levar anos, até décadas. Essa síndrome avança lentamente, e o sujeito não percebe ou, em alguns casos, não admite que esteja ocorrendo algo de errado com ele (CARLOTTO, 2002). Essa síndrome inclui sinais físicos, como: cansaço constante, alteração do sono, dores musculares, problemas sexuais, entre outros, e sintomas psíquicos, como: raciocínio lento, perda de memória, dificuldade de se concentrar e sintomas comportamentais, como agressividade, dificuldade de relaxar e, até mesmo, o suicídio. Por fim, sintomas defensivos, como: falta ao trabalho, solidão, absenteísmo, entre outros (REINHOLD, 2004; VOLPATO, 2003).

O *burnout* não pode ser julgado como um problema do trabalhador, mas do meio em que ele trabalha. Quando as organizações não se preocupam com essa eventualidade, não

valorizam o lado social de qualquer atividade e usam as pessoas como instrumentos de produção em série, podem levar os indivíduos a ser acometidos por sérios danos pessoais na empresa e com outros indivíduos do seu convívio, especialmente com familiares e amigos (GARCIA, 2003).

O comprometimento organizacional pode ser conceituado como o estado psicológico que caracteriza o vínculo que o trabalhador estabelece com a organização em que atua. A partir dessa definição, presume-se que trabalhadores mais comprometidos teriam menor probabilidade de perceber que estariam sendo injustiçados pela organização, o que os tornaria menos propensos a adoecer, uma vez que quando não existem conflitos internos não há gasto de energia na busca pelo restabelecimento emocional. (SOUSA e MENDONÇA, 2009, p.502).

Ao administrador importa o incentivo à saúde mental, como parte de suas atividades relacionadas à saúde e à segurança no trabalho. Impulsionar a saúde mental integra o confronto com os transtornos mentais e neutraliza os elementos que os auxiliam. É importante ressaltar que não cabe a ele fazer qualquer tipo de diagnóstico, mas entender que promover a saúde mental é uma forma de criar estratégias para aumentar a produtividade, mas sem comprometer a qualidade de vida do trabalhador (FIORELLI, 2011).

2.3 BURNOUT NA DOCÊNCIA

A síndrome de *burnout* em professores é muito comum, já que essa profissão é considerada como uma das que requerem de seus profissionais uma relação mais direta com as pessoas e por ser uma carreira que sofre muita pressão da sociedade, já que, em suas práticas de sala de aula, eles têm que se dedicar e reparar problemas sociais, ao mesmo momento em que concede aos alunos saberes acadêmicos e sociais (MARTINS, 2008).

Educar abrange estudo, princípios e, principalmente, dedicação, e a falta de reconhecimento pelo trabalho realizado conduz esses trabalhadores ao desânimo. Assim, os docentes desenvolvem sentimentos de desprazer e aflição, que ficam ruminando em suas cabeças. E como eles tentam negar esses sentimentos negativos, a doença se instala e vai desabrochando em meio a conflitos e exigências do trabalho (MENDES, 2006; DIAS e QUEIRÓS, 2010).

Atividades que implicam demandas afetivas elevadas exigem maior investimento de energia afetiva / psíquica e, portanto, requerem estabelecimento de vínculo afetivo, essencial para a promoção do bem-estar do outro. Em educação o estabelecimento de vínculo afetivo com o aluno é fundamental. No entanto, a presença de alguns

mediadores externos e/ou internos podem levar ao enfraquecimento ou à ruptura desse vínculo. Nesse caso, não haverá retorno adequado da energia investida pelo professor, o que poderá gerar sofrimento e se manifestar por meio de somatizações e, ou alterações emocionais (CARRARO, 2015, p.31).

Assim, considerando essas questões, fica claro que, tanto no ambiente de trabalho do educador quanto no cenário em que ele desempenha suas atividades, existem vários estressores que, se persistirem, podem desencadear a síndrome de *burnout*, que Carlotto (2003) define como uma forma de estresse de natureza contínua, ligado ao contexto do trabalho e decorrente da frequente e insistente intimidação emocional associada à forte relação com pessoas por longos períodos de tempo.

Mais do que soluções para essa insatisfação, é fundamental que procedimentos sejam tomados, tanto pelo docente quanto pelo grupo social e governamental, para que os educadores não sejam tão machucados e afrontados na prática de suas atividades. Esses procedimentos são necessários para que a sociedade seja orientada corretamente, fique ciente dos seus direitos e deveres, para que novos profissionais entrem no mercado de trabalho (GARCIA, 2003).

2.4 MASLACH BURNOUT INVENTORY (MBI)

O MBI foi o primeiro instrumento a ser elaborado com o objetivo de avaliar a ocorrência da síndrome de *burnout*. Foi desenvolvido por Christina Maslach e Susan Jackson, em 1978, e hoje é um instrumento intensamente aplicado nas diversas profissões para investigar como os profissionais vivenciam seus trabalhos. Além disso, no decorrer dos anos, passou por um longo procedimento de aprovação em vários países, inclusive no Brasil (SOUZA *et al*, 2016).

É essencial enfatizar que o conceito de *burnout* se efetivou com a criação do MBI, pois a definição da síndrome mais aceita na atualidade é fruto da análise fatorial desse instrumento, que entende que a síndrome é determinada pela exaustão emocional, pela despersonalização e pela baixa realização pessoal (LIMA *et al*, 2009). O MBI é uma ferramenta utilizada especificamente para avaliar essa síndrome, mas sem atentar para os elementos antecedentes e as consequências de seu procedimento. Com ele, avalia-se nível da síndrome de acordo com as escalas de cada proporção, portanto, altas escalas em exaustão emocional e despersonalização e baixas escalas em realização profissional indicam um alto nível de *burnout*. Gil-Monte (2003) reforça a importância de se avaliar o MBI como uma

construção tridimensional, ou seja, as três dimensões devem ser avaliadas e classificadas, para que se possa compreender a síndrome.

3 ASPECTOS METODOLÓGICOS

Na perspectiva de atingir os objetivos apresentados por meio de técnicas metodológicas, a pesquisa é de natureza descritiva, porque ajuda o pesquisador a compreender bem mais a relação entre os fatores e os elementos que influenciam o fenômeno estudado (OLIVEIRA, 1997). A abordagem do problema foi quantitativa, devido à necessidade de mensurar a relação entre as variáveis para criar fatores que pretendem expor as características de determinado fenômeno de natureza quantitativa.

O universo da pesquisa é composto de todos os professores da Escola Municipal Luzia Maia, da cidade de Catolé do Rocha-PB, portanto, 75 docentes. A amostra utilizada pode ser considerada não probabilística, composta de 54 professores que responderam aos questionários. Esse número ocorreu devido ao fato de os docentes não terem retornado os questionários. O instrumento de coleta de dados utilizado foi baseado no Maslach Burnout Inventory (MBI) (MASLACH; JACKSON, 1978).

Esse questionário teve a finalidade de avaliar como os entrevistados vivenciam o seu trabalho, em três dimensões, como estabelece o modelo de Maslach: a exaustão emocional, composta de nove itens; a baixa realização profissional, com seis itens; e a despersonalização, com cinco itens, portanto um total de 20 itens. As questões foram elaboradas com base na escala likert, cuja pontuação varia 1 a 5 - o 1 correspondente a “nunca”, e o 5, a “diariamente”.

Para caracterização da amostra utilizou-se ainda questionamentos sociodemográficos, com perguntas que tratavam de dados como: Gênero, idade, estado civil, escolaridade, tempo de serviço, números de filhos e se trabalha em mais de uma escola.

Os dados foram analisados por meio do programa estatístico R, auxiliado pelo software Excel. Foram feitas análises descritivas, com o objetivo de caracterizar a amostra e verificar a presença das dimensões de análise elencadas anteriormente. A seguir, apresentam-se os resultados obtidos após a aplicação dos questionários.

4 ANÁLISE DOS DADOS E RESULTADOS

Nos subtópicos seguintes, serão detalhadas as categorias de análise por meio da caracterização da amostra e as médias de cada resposta por questão e de suas respectivas dimensões.

4.1 CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA

Para a coleta dos dados, foi aplicado um questionário com a finalidade de avaliar como os entrevistados vivenciam o seu trabalho, baseado no modelo de Maslach, associado a questões de natureza sociodemográfica, com o intuito de caracterizar a amostra.

Do total de professores analisados, participaram 40 docentes do sexo feminino, com um percentual de 74%, e o masculino, com 14 docentes, um percentual de 26%. Dos professores consultados, aproximadamente 70% são casados; 16%, solteiros; 7%, viúvos, 3% não têm união estável, e 1% é divorciado e com faixa etária média de 43,24 anos.

Em relação ao nível de formação dos professores, constatou-se que, aproximadamente, 38% dos docentes são graduados; 55%, pós-graduados, e 5% têm Mestrado. Com tempo médio de atuação de 17,16 anos, também foi investigado se os professores trabalhavam em mais de uma escola. Os resultados mostraram que 50% da amostra trabalham em mais de uma escola, e 50%, apenas na escola entrevistada. A pesquisa também analisou a porcentagem dos professores que têm filhos e os que não têm. Aproximadamente 87% têm filhos, e 13%, não.

Os resultados apontaram que a maioria dos profissionais que atuam na Escola Municipal Luzia Maia é do sexo feminino, com idades entre 43 anos, casada, com curso de pós-graduação, tempo médio de atuação de 17 anos e com filhos.

4.2 DIMENSÕES DA SÍNDROME DE BURNOUT

O MBI foi o primeiro instrumento a ser elaborado com o objetivo de avaliar a ocorrência da síndrome de *burnout*. Ele foi desenvolvido por Christina Maslach e Susan Jackson, em 1978, e hoje vem sendo intensamente aplicado nas diversas profissões para compreender como os profissionais vivenciam seu trabalho. Com o intuito de atender ao objetivo traçado para este estudo, analisaram-se quantitativamente as dimensões de burnout, com base no modelo MBI. Com a aplicação desse questionário e o tratamento dos dados levantados, foi possível constatar o exposto na tabela a seguir.

Tabela 1 – Médias obtidas por questão

	Características psicofísicas em relação ao trabalho	Média
1	Sinto-me esgotado (a) emocionalmente em relação ao meu trabalho.	2.72
2	Sinto-me excessivamente exausto no final da minha jornada de trabalho.	3.35
3	Sinto-me excessivamente exausto no final da minha jornada de trabalho.	3.27
4	Envolve-me com facilidade nos problemas dos outros.	2.94
5	Trato algumas pessoas como se fossem da minha família.	3.94
6	Tenho que desprender grande esforço para realizar minhas tarefas laborais.	3.33
7	Acredito que eu poderia fazer mais pelas pessoas assistidas por mim.	3.70
8	Sinto que meu salário é desproporcional às funções que executo.	3.66
9	Sinto que sou uma referência para as pessoas com quem lido diariamente.	3.74
10	Sinto-me com pouca vitalidade, desanimado (a).	2.29
11	Não me sinto realizado (a) com o meu trabalho.	2.11
12	Não sinto mais tanto amor pelo meu trabalho como antes.	2.11
13	Não acredito mais naquilo que realizo profissionalmente.	1.53
14	Sinto-me sem forças para conseguir algum resultado significativo	1.72
15	Sinto que estou no emprego apenas por causa do salário.	1.57
16	Tenho me sentido mais estressado (a) com as pessoas que atendo.	2.55
17	Sinto-me responsável pelos problemas das pessoas que atendo.	2.03
18	Sinto que as pessoas me culpam por seus problemas.	1.53
19	Penso que não importa o que eu faça, nada vai mudar no meu trabalho.	1.53
20	Sinto que não acredito mais na profissão que exerço.	1.44

Fonte: Dados da pesquisa (2016).

Analisando as questões, podemos perceber que as três maiores médias são: questão 5 - média 3.94; questão 9 - média 3,74; e a questão 7, média 3,70. Trata-se do sentimento que os professores externam pelas pessoas com as quais trabalham, sejam colegas ou alunos. Esses docentes tendem a tratar as pessoas do seu meio laboral como se fossem da sua família e acreditam que poderiam fazer mais pelas pessoas assistidas por eles e que têm qualidades que podem ser referência para outros indivíduos.

Já em relação às médias com menores índices, que são: questão 15 - média 1.57; questões 13, 18 e 19, média 1.53; e a questão 20, média 1,44, referem-se à forma como enxergam seu trabalho, ou seja, mesmo que existam os problemas enfrentados na escola, eles

ainda acreditam em seus trabalhos, não estão ali apenas pelo salário e sabem que, por meio da educação, conseguem grandes feitos.

Segundo o modelo utilizado para o questionário, algumas perguntas são reunidas em categorias, que são as chamadas dimensões da síndrome de burnout. Essas categorias, compostas pelos questionamentos já apresentados na primeira tabela, serão apresentadas a seguir, na tabela 2, e serão analisadas segundo as medidas apresentadas.

Tabela 2 – Análises das dimensões do burnout

Dimensões da síndrome de burnout		Média
	Exaustão emocional	3.27
	Baixa realização profissional	2.88
	Despersonalização	2.31
	Burnout	2.82

Fonte: Dados da pesquisa, 2016

A partir de tais resultados, a dimensão mais presente nos professores entrevistados foi a exaustão emocional, que teve média de 3.27, e é caracterizada por uma percepção de sobrecarga das tarefas laborais, mal-estar, redução do interesse pelo trabalho, por estarem emocionalmente esgotados devido ao convívio diário com outras pessoas. Em seguida, vem a baixa realização profissional, com média de 2.88, que se configura quando o indivíduo demonstra sentimentos de desarmonia pessoal e profissional relacionados ao trabalho.

Observando os resultados da pesquisa de Souza *et al* (2016), verificou-se que, em seu estudo, a exaustão emocional também esteve presente com a maior pontuação; e em seguida, a despersonalização e a baixa realização profissional, o que confirma o esgotamento dos docentes para realizarem suas práticas laborais.

Quanto à despersonalização, a média foi de 2.31. Isso significa que têm sentimentos negativos sobre as pessoas com quem trabalham e que não têm um alto índice de distanciamento com elas. Por fim, nota-se que a escola entrevistada está acima da média desejada, que o ideal seria de 2.50, enquanto se encontra em índice de 2.82, portanto está em fase de alerta para que esse nível de burnout não cresça e prejudique a saúde desses professores (GARCIA e BENEVIDES-PEREIRA, 2003; LIMA *et al*, 2009; SOUZA *et al*, 2016).

4.3 ESTRATÉGIAS DE COMBATE À SÍNDROME DE BURNOUT

Com o intuito de analisar as atividades diárias que os professores praticam para diminuir os impactos causadores de estresse dentro das salas de aula e que os prejudicam, foi verificado que, aproximadamente, 48% dos docentes praticam atividade física, enquanto 52% não praticam. Essa prática é entendida como uma forma de prevenir ou de combater o estresse, e seus resultados se mostram eficientes para alterar o humor, melhorar a qualidade de vida, o bem-estar físico e mental do docente e o aumento da sua produtividade (MAGNABOSCO, 2010; GORSKI, 2015).

Quando questionados sobre se se permitem frequentes momentos de lazer, 74% dos professores responderam sim, e 26%, não. Em relação ao que fazem quando se sentem com um nível alto de estresse, 56% dos professores responderam que preferem ficar sozinhos e fazer alguma atividade como ler um livro, assistir TV ou, até, tomar algum remédio, e 44% disseram que preferem atividades em grupo, como passear com a família, jogar bola ou sair para conversar com os amigos.

Maia *et al* (2011) reforçam que o lazer é uma atividade que não se pode exigir das pessoas e deve ser de livre escolha dos indivíduos, com o intuito de proporcionar relaxamento, para que elas possam se recuperar e evoluir pessoal e socialmente. É notório que o tempo livre é fundamental para nosso desenvolvimento.

Feitas tais considerações acerca do contexto abordado, na próxima seção, apresentam-se as conclusões extraídas da análise, assim como as limitações deste estudo e propostas para pesquisas futuras.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como já referido, o objetivo primeiro desta pesquisa foi de analisar as dimensões do trabalho dos professores da Escola Municipal Luzia Maia e de compreender a saúde mental desses docentes, que influencia diretamente no desempenho de suas atividades. A pesquisa revelou que a maioria dos profissionais que atuam na Escola Municipal Luzia Maia é do sexo feminino, com uma média de idade de 43 anos, casada, com curso de pós-graduação, tempo médio de atuação de 17 anos e com filhos.

De acordo com os índices obtidos em cada questão, constatou-se que as três maiores médias eram relativas ao sentimento que os professores demonstram pelas pessoas com as

quais trabalham, sejam colegas ou alunos. Já os três menores índices são referentes à forma como esses docentes se enxergam em relação ao seu trabalho.

Na análise das dimensões, constatou-se que o maior índice encontrado foi o da exaustão emocional, que é uma redução do interesse do profissional por seu trabalho e que, segundo Nascimento (2012), é a fase inicial da síndrome. De acordo com os resultados das dimensões apresentados, concluiu-se que a escola entrevistada está acima da média desejada e precisa de atenção para que essas dimensões não evoluam para níveis indesejados.

Como forma de inibir as consequências do *burnout*, os professores responderam que praticam atividades físicas e vivenciam momentos de lazer com a família e os amigos. Então, sentem-se mais dispostos para encarar uma nova jornada de trabalho. A atividade física, associada a momentos de lazer, pode proporcionar melhores condições de saúde e mais entusiasmo, minimizar sintomas de estresse e melhorar a qualidade de vida de quem desempenha (MAIA, 2011; GORSKI, 2015).

Uma das limitações deste estudo foi o fato de só ter sido aplicado em uma escola, o que dificulta a generalização para as demais, que têm cenários e características diferentes. Seria relevante expandir os estudos com mais professores e instituições da rede pública da cidade e enxergar a dimensão desse problema, porquanto esse ainda é um assunto muito novo e que precisa ser mais aprofundado sobre suas causas e os métodos preventivos.

**HEALTH AT WORK: a study on the burnout syndrome with teachers of the school
Luzia Maia from de city of Catolé do Rocha-PB**

ABSTRACT

This paper addresses a very aggressive type of mental disease, which often affects the teachers. This is about the burnout syndrome, which means 'to lose the fire', 'lose the power' or 'burn out', what happens when the employee suffers from the loss of connection with their work. The study aimed to analyze the dimensions of this syndrome over the work of the teachers of the Luzia Maia Municipal School. For that purpose, a case study was used with a quantitative and descriptive approach. To characterize the sample, a questionnaire was applied which contained demographic questions such as gender, age, marital status, education level and time of work. To measure the dimensions of burnout syndrome, it was used the Malasch Burnout Inventory (MBI) model. The participants were 54 teachers from a total of 75. The sample was composed predominantly of women, aged 43, married, with an average time of 17 years acting with children. The research results indicated that the emotional exhaustion dimension was the most present among those interviewed which is characterized by a sense of overload of working tasks and that the teachers adopt physical activity and leisure time with family and friends to face the consequences of burnout.

Keywords: Work. Teachers. Burnout.

REFERÊNCIAS

BATISTA, Jaqueline Brito Vidal. **Síndrome de burnout em professores do ensino fundamental:** um problema de saúde pública não percebido. Tese (Doutorado) – Curso de Doutorado em Saúde Pública do Centro de Pesquisas Agger Magalhães - Recife, 2010.

BRAGA, Ludmila Cândida. **Condições de trabalho e saúde dos profissionais da rede básica de saúde de Botucatu-SP.** Dissertação apresentada à Faculdade de Medicina de Botucatu - Botucatu, 2007.

CARLOTTO, Mary Sandra. **A síndrome de burnout e o trabalho docente.** V.7. Psicologia em estudo. Maringá, 2002.

_____. Burnout e o trabalho docente. Considerações sobre a intervenção. **Rev. Eletrônica Inter Ação Psy.** Agosto, 2003.

_____. **Síndrome de burnout:** prevalência e fatores associados. Psicologia: teoria e pesquisa. V-27, 2011.

CARRARO, Maria Marília. **Condições de trabalho e transtornos mentais comuns em professores da rede básica municipal de ensino de Bauru - SP.** Dissertação apresentada à Faculdade de Medicina. Botucatu, 2015.

CHRISTOFOLETTI, Gustavo; TRELHA, Celita Salmaso; GALERA, Rodrigo Martorelli; FERACIN, Marco André. **Síndrome de burnout em acadêmicos de Fisioterapia.** Fisioterapia e pesquisa, 2007.

DAVID, Isabel Alexandra Santos Aniceto Carmo. **Burnout em professores:** a sua relação com a personalidade, estratégias de coping e satisfação com a vida. Dissertação apresentada para a obtenção do grau de mestre em Psicologia. Lisboa, 2011.

DIAS, Sofia; QUEIRÓS, Cristina. **A influência dos traços de personalidade no burnout dos professores.** Actas do VII Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia. 2010.

FERENHOF, Isaac Aisenberg; FERENHOF, Ester Aisenberg. Burnout em professores. **Eccos Revista Científica** - avaliação e mudanças - Centro Universitário Nove de Julho. V4. São Paulo, 2002.

FIORELLI, José Osmir. **Livro Psicologia para administradores**. 7. ed. São Paulo: Atlas. 2011.

FROTA, Ghisele Baeta; TEODÓSIO, Armindo dos Santos de Sousa. **Profissão docente, profissão decente?** Estratégias de professores frente ao sofrimento no trabalho em um ambiente de inovação pedagógica. Encontro da ANPAD. Rio de Janeiro, 2012.

GARCIA, Lenice Pereira. Investigando o burnout em professores universitários. **Rev. Eletrônica Inter Ação Psy**. Agosto, 2003.

GIL-MONTE, Pedro R. **Burnout syndrome**: síndrome de quemarse por el trabajo, desgaste profesional, estrés laboral o enfermedad de Tomás? Departamento de Psicología Social y de las organizaciones. Facultad de Psicología. Universidad de Valencia. 2003.

LEMOS, Jadir Camargo. **Cargas psíquicas no trabalho e processos de saúde em professores universitários**. Tese (Doutorado) – Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, 2005.

LIMA, Carla Fernanda; OLIVEIRA, José de Arimatéa; SILVA, Élido Santiago *et al.* **Avaliação psicossomática de Maslach Burnout Inventory em profissionais de Enfermagem**. II Encontro de gestão de pessoas e relações de trabalho. Curitiba, 2009.

MAGNABOSCO, Gisele; GOULART, Carolina Brito; HADDAD, Maria do Carmo Lourenço; VANNUCHI, Terezinha Oliveira; DALMAS, José Carlos. Síndrome de burnout em trabalhadores de um hospital público de média complexidade. **Revista Mineira de Enfermagem**, 2010.

MARTINS, Joana Maria Moura Teixeira. **Burnout na profissão docente**. Dissertação de Mestrado em Psicologia, setembro, 2008.

MASLACH, C; JACKSON, S. E. **Maslach Burnout Inventory**. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press. 1978.

MENDES, Maria Luiza Maciel. **Condições de trabalho e saúde docente**. Eixo temático II- Saúde e trabalho docente. Rio de Janeiro, 2006.

MENDES, Magnólia Ana; TAMAYO, Álvaro. **Valores organizacionais e prazer-sofrimento no trabalho**. Psico- USF.V6. 2001.

NASCIMENTO, Diego Filipe de Lima; CUNHA, Danúbia Rodrigues; MOTA, Eliane Fonseca Campos; VASCONCELOS, Eduardo Silva. Identificação preliminar da síndrome de burnout em professores do IF Goiano - Campus Urutaí - GO. **Enciclopédia Biosfera**, Centro Científico Conhecer, Goiânia, 2012.

OLIVEIRA, S. L. **Tratado de metodologia científica**: projetos de pesquisa, TGI, TCC, monografias, dissertações e teses. São Paulo: Pioneira, 1997.

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO. **A condição dos professores: a condição dos professores - Recomendação Internacional de 1966**, um instrumento para a melhoria da condição dos professores. Genebra: OIT/ Unesco, 1984.

PAIVA, Kely César Martins de; SARAIVA, Luiz Alex Silva. **Estresse ocupacional de docentes do ensino superior**. R. Adm. V.40. 'São Paulo 2005.

PEREIRA, Ana Maria T. Benevides. **O Estado da arte de burnout no Brasil**. Conferência no I Seminário Internacional sobre estresse e burnout. Curitiba, agosto, 2002.

REINHOLD, Helga Hinkenickel. **O sentido da vida**. Prevenção de stress e burnout do professor. Tese (Doutorado) – Programa de Pós-graduação em Psicologia. Campinas, 2004.

SCHUSTER, Marcelo da Silva; DIAS, Valéria da Veiga; GROHMANN, Marcia Zampierri; MARQUETTO, Matheus Frohlich. **Maslach Burnout Inventory - General Survey (MBI-GS)**: uma aplicação em instituição de ensino público federal. IV Encontro de Gestão de Pessoas e Relações de Trabalho. Brasília, 2013.

SOUSA, Ivone de Félix; MENDONÇA, Helenides. Burnout em professores universitários. Impacto de percepções de justiça e comprometimento afetivo. **Psicologia: teoria e pesquisa**. V-25. Goiás, 2009.

SOUZA, Sandra; SOUZA, Flaviane Michelly de Tenório; BARBOSA, Silvânia da Cruz; LOPES, Rúbia de Sousa; FERNANDES, Danielle Gomes. **Síndrome de burnout e valores humanos em professores da rede pública estadual da cidade de João Pessoa**: um estudo correlacional. Análise psicológica. João Pessoa, 2016.

TAMAYO, Maurício Robayo. Burnout: implicações das fontes organizacionais de desajuste do indivíduo no trabalho em profissionais da Enfermagem. **Psicologia: Reflexão e crítica**, 2009.

VOLPATO, C. D.; GOMES, F. B.; CASTRO, M. A.; BORGES, S. K.; JUSTO, T.; BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. Burnout em profissionais de Maringá. **Revista Eletrônica InterAçãoPsy**, 2003.

ANEXO
QUESTIONÁRIO PARA IDENTIFICAÇÃO DE BURNOUT

Gênero: F () M ()

Idade:

Estado civil:

Nível de formação:

Pratica atividade física? Sim () Não ()

Se permite a momentos de Lazer? Sim () não ()

O que faz quando se sente estressado?

Filhos? Sim () Não ()

Tempo de atuação:

Trabalha em mais de uma escola? Sim () Não ()

MARQUE “X” na coluna correspondente: 1- Nunca | 2- Anualmente | 3- Mensalmente | 4- Semanalmente | 5- Diariamente

Nº de características psicofísicas em relação ao trabalho		1	2	3	4	5
1	Sinto-me esgotado (a) emocionalmente em relação ao meu trabalho.					
2	Sinto-me excessivamente exausto no final da minha jornada de trabalho.					
3	Sinto-me cansado quando me levanto pela manhã e preciso encarar outro dia de trabalho.					
4	Envolve-me com facilidade nos problemas dos outros.					
5	Trato algumas pessoas como se fossem da minha família.					
6	Tenho que desprender grande esforço para realizar minhas tarefas laborais.					
7	Acredito que eu poderia fazer mais pelas pessoas assistidas por mim.					
8	Sinto que meu salário é desproporcional às funções que executo.					
9	Sinto que sou uma referência para as pessoas com quem lido diariamente.					
10	Sinto-me com pouca vitalidade, desanimado (a).					
11	Não me sinto realizado (a) com o meu trabalho.					
12	Não sinto mais tanto amor por meu trabalho como antes.					
13	Não acredito mais naquilo que realizo profissionalmente.					
14	Sinto-me sem forças para conseguir algum resultado significativo.					
15	Sinto que estou no emprego apenas por causa do salário.					
16	Tenho me sentido mais estressado (a) com as pessoas a quem atendo.					
17	Sinto-me responsável pelos problemas das pessoas a quem atendo.					
18	Sinto que as pessoas me culpam pelos seus problemas.					
19	Penso que não importa o que eu faça, nada vai mudar no meu trabalho.					
20	Sinto que não acredito mais na profissão que exerço.					