



Universidade Estadual da Paraíba - UEPB
Centro de Ciências Sociais Aplicadas - CCSA
Departamento de Administração e Economia - DAEC
Curso de Bacharelado em Administração

DÉRCIO MARCUS GOMES VALADARES

**BURNOUT: SÍNDROME DO ESGOTAMENTO PROFISSIONAL EM DOCENTES
DA EDUCAÇÃO BÁSICA COM TRABALHO REMOTO DURANTE A PANDEMIA
DA COVID-19**

Campina Grande
2022

DÉRCIO MARCUS GOMES VALADARES

**BURNOUT: SÍNDROME DO ESGOTAMENTO PROFISSIONAL EM DOCENTES
DA EDUCAÇÃO BÁSICA COM TRABALHO REMOTO DURANTE A PANDEMIA
DA COVID-19**

Trabalho de conclusão de curso apresentado à coordenação do curso de Administração da Universidade Estadual da Paraíba como requisito para obtenção do título de bacharel em Administração.

Orientadora: Prof. Ma. Jaysa Eliude Aguiar dos Santos

Campina Grande

2022

É expressamente proibido 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 do trabalho.

V136 Valadares, Dércio Marcus Gomes.
Burnout [manuscrito] : síndrome do esgotamento profissional em docentes da educação básica com trabalho remoto durante a pandemia da covid-19 / Dércio Marcus Gomes Valadares. - 2022.
30 p. : il. colorido.

Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Administração) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Sociais Aplicadas, 2022.
"Orientação : Profa. Ma. Jaysa Eliude Aguiar dos Santos, Departamento de Administração e Economia - CCSA."

1. Síndrome de Burnout. 2. Docentes. 3. Teletrabalho. 4. Pandemia Covid-19. 5. Doença ocupacional. I. Título

21. ed. CDD 658.723

DÉRCIO MARCUS GOMES VALADARES

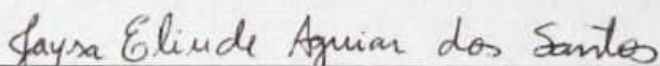
**BURNOUT: SÍNDROME DO ESGOTAMENTO PROFISSIONAL EM DOCENTES
DA EDUCAÇÃO BÁSICA COM TRABALHO REMOTO DURANTE A PANDEMIA
DA COVID-19**

Trabalho de conclusão de curso apresentado à coordenação do curso de Administração da Universidade Estadual da Paraíba como requisito para obtenção do título de bacharel em Administração.

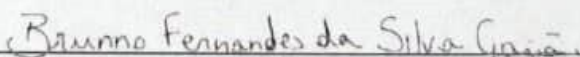
Orientadora: Prof. Ma. Jaysa Eliude Aguiar dos Santos

Aprovado em: 24/03/2022

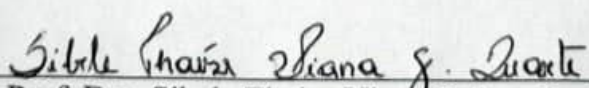
BANCA EXAMINADORA



Prof. Ma. Jaysa Eliude Aguiar dos Santos (Orientadora)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Dr. Bruno Fernandes da Silva Gaião
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Dra. Sibile Thaise Viana Guimarães Duarte
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	6
2 REFERENCIAL TEÓRICO	9
2.1 A pandemia causada pela Covid-19	9
2.2 O teletrabalho como opção para o retorno das atividades	10
2.3 A síndrome de <i>burnout</i>	12
3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS	14
4 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	16
4.1 Perfil demográfico da amostra.....	16
4.2 Discussões acerca do modelo <i>Maslach Burnout Inventory</i>	18
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	22
REFERÊNCIAS	24
APÊNDICE A – PERFIL DA AMOSTRA	28
ANEXO A – MASLACH BURNOUT INVENTORY (MBI)	29
ANEXO B – RESULTADO DO INSTRUMENTO MBI	29

BURNOUT: SÍNDROME DO ESGOTAMENTO PROFISSIONAL EM DOCENTES DA EDUCAÇÃO BÁSICA COM TRABALHO REMOTO DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

RESUMO

Com o advento da pandemia da Covid-19 e o rápido crescimento do número de infectados pelo vírus SARS-CoV2, todos os países do mundo precisaram tomar medidas restritivas com isolamento e distanciamento social a fim de conter sua disseminação. Como forma de retorno parcial das atividades, muitas empresas adotaram o trabalho remoto como alternativa. Nas escolas, os professores passaram a ministrar aulas de suas próprias casas e precisaram dividir o trabalho com as atividades domésticas, em meio às interrupções familiares e com jornada de trabalho mais exaustivas. A preocupação voltada exclusivamente ao momento pandêmico passou a ser debatida por diversos profissionais da área de saúde, incluindo a saúde física e mental das pessoas, que com as novas rotinas, passaram a ter maiores cargas de ansiedade e estresse. Nesse sentido, este trabalho busca identificar a incidência da síndrome de *burnout* em docentes da educação básica de uma escola privada de Campina Grande-PB, no contexto do trabalho remoto em decorrência da pandemia da Covid-19. Através método de pesquisa de abordagem quantitativa, foi utilizado um questionário com variáveis sociodemográficas para a coleta do perfil da amostra, bem como o instrumento *Maslach Burnout Inventory* – MBI, versão ES, elaborado pelas psicólogas Maslach e Jackson (1978). Os resultados encontrados apontam uma baixa incidência da síndrome de *burnout* nos profissionais que participaram do estudo. A dimensão exaustão emocional foi a que trouxe resultados mais próximos à *burnout* (30,63%), o que pode estar atrelado ao fato das mudanças impostas devido ao contexto de pandemia da Covid-19. No entanto as dimensões despersonalização e baixa realização pessoal no trabalho despontaram médias com baixa tendência ao acometimento da síndrome (10,30% e 6,06%, respectivamente), mostrando que a maioria desses profissionais possuem boa autoestima e conseguem compreender as demandas de suas funções de forma a desempenhá-las bem. Não obstante, indica-se observância periódica dos níveis de estresse, ansiedade e demais fatores que contribuam para a manifestação da síndrome de burnout, de forma a garantir o bem estar físico e mental dos seus colaboradores.

Palavras-chave: Síndrome de *Burnout*, Docentes, Teletrabalho, Pandemia Covid-19, Doença Ocupacional

BURNOUT: PROFESSIONAL EXHAUSTION SYNDROME IN BASIC EDUCATION TEACHERS WITH REMOTE WORK DURING THE COVID-19 PANDEMIC

ABSTRACT

With the advent of the Covid-19 pandemic and the rapid growth in the number of people infected with the SARS-CoV2 virus, all countries in the world had to take restrictive measures with isolation and social distancing to contain its spread. Many companies have adopted remote work as an alternative to partially return the activities. In schools, teachers began to teach classes from their own homes and had to share the work with domestic activities amid family

interruptions and more exhausting workdays. Several health professionals started to debate the concerns focused exclusively on the pandemic moment, including the people's physical and mental health, who, with the new routines, began to have greater loads of anxiety and stress. In this sense, this work seeks to identify the Burnout syndrome incidence in basic education teachers of a private school in Campina Grande-PB, considering the remote work due to the Covid-19 pandemic. Through a quantitative approach research method, this work applied a questionnaire with sociodemographic variables to collect the sample profile, as well as the Maslach Burnout Inventory – MBI instrument, version ES, which was prepared by the psychologists Maslach and Jackson (1978). The results indicate a low incidence of Burnout syndrome in the professionals who participated in the study. The emotional exhaustion dimension was the one that brought results closer to Burnout (30.63%), which may be related to the fact of the changes imposed due to the context of the Covid-19 pandemic. However, the "depersonalization" and "low personal fulfillment at work" dimensions presented means with a low tendency of having the syndrome (10.30% and 6.06%, respectively), showing that most of these professionals have good self-esteem and can understand the demands of their functions in order to perform them well. Nevertheless, periodic observance of stress levels, anxiety, and other factors that contribute to the manifestation of the Burnout syndrome is recommended, in order to guarantee the physical and mental well-being of its employees.

Keywords: *Burnout syndrome*, Teachers, Teleworking, Covid-19 pandemic, Occupational disease

1 INTRODUÇÃO

No final do segundo semestre do ano 2019, na cidade de Wuhan na China, surgem os primeiros casos de infecção em seres humanos transmitidos pelo novo coronavírus – SARSCoV-2. O novo coronavírus é responsável por causar a doença Covid-19 (CID10 U07.1) Devido a alta capacidade de transmissão, o vírus logo se espalhou por vários países em todo o mundo, gerando grande preocupação por parte dos órgãos de saúde que passaram a buscar soluções para conter sua propagação. Em 11 de março do ano 2020, a OMS – Organização Mundial da Saúde, classificou a situação como uma pandemia. E até o final do mês de abril de 2020, mais de 240 mil mortes haviam sido registradas em todo o mundo em decorrência das complicações causadas pela doença.

Devido à gravidade do contexto pandêmico, uma série de medidas foram adotadas para tentar frear a transmissão do vírus, como o incentivo à higienização das mãos, uso de máscaras, isolamento e distanciamento social, proibição de eventos e reuniões com aglomerações de pessoas, até mesmo a quarentena com toques de recolher em alguns estados do Brasil, que fez com que a maior parte do setor público e privado suspendesse suas atividades. Assim sendo, além da preocupação em relação ao vírus que se alastrava por toda parte do mundo de forma acelerada, com a suspensão das atividades, a economia passou a ser um novo problema a ser enfrentado. As empresas tiveram que se reinventar e precisaram modificar diversas práticas em seus processos produtivos, para que assim, pudessem continuar operando, ainda que em ritmo bastante inferior, devido às medidas adotadas em consequência da grave crise sanitária vivenciada.

Segundo Dau (2020), os setores do comércio, restaurantes, turismo e instituições de ensino foram alguns dos mais afetados pela pandemia da Covid-19. Com a obrigatoriedade de fechar as portas, muitos empresários acabaram por não conseguir honrar seus compromissos como pagamento de aluguel, água, luz, telefone, seguro, até mesmo tendo prejuízos com a perda de alimentos perecíveis que, na falta de clientes, chegaram a vencer e/ou estragar. Algumas empresas dos setores do comércio e restaurantes conseguiram reverter um pouco a situação, operando no sistema de *delivery*, recebendo pedidos por telefone ou através das redes sociais e fazendo as entregas dos produtos aos consumidores. O turismo também sofreu bastante. Com as medidas de isolamento e distanciamento social, o setor teve uma enorme queda no faturamento, passou vários meses sem funcionar e mesmo após o período de flexibilização do isolamento, precisou reduzir o valor dos seus pacotes para atrair clientes, além de terem que

adotar medidas de higiene ainda mais intensas e efetivas para a segurança dos clientes e colaboradores.

Além disto, pode-se destacar também os setores da educação e cultura que precisaram suspender totalmente suas atividades devido ao grande número de pessoas ligadas a estes segmentos. De acordo com a Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco), “milhões de estudantes estão sem aulas com o fechamento total ou parcial de escolas e universidades em mais de 150 países devido à pandemia do coronavírus”.

Muitas empresas fizeram uso das TICs - Tecnologias da Informação e Comunicação, utilizando ferramentas capazes de dar continuidade a algumas de suas atividades por meio do trabalho remoto (TR), condição de trabalho que possibilita a realização das atividades fora das dependências da empresa.

No Brasil, por determinação do Ministério da Educação - MEC, as aulas presenciais foram suspensas por tempo indeterminado, sendo posteriormente autorizada sua retomada através de recursos digitais. Neste contexto, escolas e universidades adotaram o chamado ensino remoto, onde os professores passaram a exercer suas atividades docentes através de suas próprias casas, muitas vezes sem o aparato tecnológico necessário, com cargas de trabalho ainda mais exaustivas e dividindo o espaço domiciliar com as atividades laborais. Os profissionais foram obrigados a se adaptarem a este novo formato e conviver com atividades profissionais e familiares no mesmo ambiente (SOUZA, 2020).

Tendo em vista as modificações repentinas na forma de execução do trabalho, muitos profissionais passaram a encontrar dificuldades em realizar suas atribuições de forma efetiva, principalmente no campo da educação, onde muitos professores precisaram adquirir equipamentos necessários para a transmissão das aulas, lidar com problemas como acesso à internet, travamentos, aprender novas ferramentas, adaptar-se a uma nova sala de aula em um ambiente virtual, além das dificuldades psicológicas vivenciadas com toda essa nova carga de informação. Dividir o trabalho com as atividades de casa, em meio à interrupções familiares e com jornada de trabalho mais desgastante, fez com que alguns profissionais passassem a ter uma sobrecarga física e emocional, podendo desenvolver algum tipo de patologia em decorrência do estresse excessivo relacionado ao trabalho, seja quadros de ansiedade, depressão ou até mesmo *burnout*.

Esta última, especificamente, a síndrome de *burnout* (SB), é uma doença relacionada ao esgotamento físico e emocional em decorrência do trabalho e tem como consequência a exaustão emocional, o baixo rendimento profissional, e a despersonalização. Esta síndrome já é considerada uma doença ocupacional e acomete principalmente profissionais da área de

saúde, professores, policiais, jornalistas e demais cargos que possuam alta competitividade, muita responsabilidade ou que tenham forte envolvimento interpessoal. Segundo o *International Stress Management Association* (ISMA-BR), “o Brasil é o segundo país com o maior número de pessoas afetadas pela Síndrome de Burnout, caracterizada pelo alto nível de estresse, no mundo”. De acordo com o estudo de Borba et al. (2015), após comparação entre escolas da rede pública e privada, evidenciou-se a presença de sofrimento emocional em profissionais das duas esferas, concluindo que ambas apresentam estressores que podem ocasionar o adoecimento do profissional docente. Com a pandemia da Covid-19, o número de casos relacionadas com a síndrome apresentaram um aumento expressivo, afirma o psiquiatra Eduardo Perin (2021).

Sendo assim, é possível que com a pandemia da Covid-19 estes profissionais tenham adquirido maiores cargas de estresse, devido às tensões, incertezas, frustrações e cobranças as quais foram submetidos durante todo este período, aumentando a probabilidade de terem desenvolvido a síndrome de *burnout*.

Diante disso, surge a seguinte questão norteadora do estudo: Qual a incidência da síndrome de *burnout* em docentes da educação básica de uma escola privada de Campina Grande-PB, no contexto do trabalho remoto em decorrência da pandemia da Covid-19? Para tanto, este trabalho apresenta como objetivo identificar a incidência da síndrome de *burnout* em docentes da educação básica de uma escola privada de Campina Grande-PB, no contexto do trabalho remoto em decorrência da pandemia da Covid-19.

Esta pesquisa tem o potencial de contribuir como alerta para que gestores passem a observar com mais frequência, tanto a saúde física, quanto a saúde mental dos seus colaboradores, proporcionando-lhes apoio psicológico, melhores condições de trabalho, treinamento necessário para realização das atividades, carga horária mais flexível, dentre outras melhorias possíveis para o bom desenvolvimento do trabalho.

Além dessa parte introdutória, este trabalho está assim dividido: um referencial teórico com informações acerca do contexto da pandemia da Covid-19, as mudanças trazidas por ela nas práticas de trabalho, uma discussão sobre o ensino remoto/híbrido e o conceito da síndrome de *burnout*. Uma seção que discorre sobre a metodologia utilizada na pesquisa; seguido da apresentação e discussão dos dados coletados, apontamento de considerações finais e referências.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 A pandemia causada pela Covid-19

No dia 31 de dezembro de 2019, na cidade de Wuhan na China, foi confirmado o primeiro caso da doença Covid-19, causada pelo novo coronavírus, o SARS-CoV2. Por possuir uma alta capacidade de transmissibilidade, o número de pessoas infectadas cresceu de maneira exponencial e rapidamente atingiu países de todos os continentes. Em 11 de março de 2020, a Organização Mundial da Saúde – OMS elevou a situação ao status de pandemia, que ocorre quando existe a disseminação mundial de uma nova doença.

No Brasil, de acordo com o Ministério da Saúde, o primeiro caso da doença foi registrado no dia 26 de fevereiro de 2020, no Hospital Israelita Albert Einstein em São Paulo/SP. O caso foi registrado após a internação de um paciente de 61 anos que havia visitado a Itália. Após a confirmação do primeiro caso no Brasil, outras 20 internações suspeitas já passaram a ser monitoradas pelo Ministério da Saúde.

No dia 12 de março de 2020, o Ministério da Saúde publicou a portaria nº 356/2020, que determina medidas de isolamento social para a separação de pessoas que estivessem em investigação clínica laboratorial apresentando sintomas da Covid-19. Neste período, a prescrição do isolamento era concedida por médicos ou agentes de vigilância epidemiológica por um período máximo de 14 dias e tanto as pessoas sintomáticas quanto as assintomáticas precisavam assinar um termo declarando estarem cientes e que seguirão as recomendações do isolamento, a fim de evitar a propagação do vírus. Porém, com o crescente número de casos de infecção pelo novo coronavírus, na intenção de reduzir o risco de contágio, alguns estados do Brasil passaram a agir de forma independente, decretando a quarentena obrigatória, com o fechamento do comércio e serviços considerados não essenciais.

Segundo a agência de notícias Agência Brasil (2020),

“Na maior cidade do país, São Paulo, foi decretada quarentena oficial na última terça-feira (24), com o fechamento de todo o comércio, exceto serviços considerados essenciais como supermercados e farmácias. A mesma medida foi estendida aos 645 municípios do estado. Na maioria das unidades da federação, as aulas, tanto na rede pública quanto na privada, estão suspensas. Eventos com grande número de pessoas também estão proibidos. Também houve mudanças no transporte público, com redução de frota, e alterações nas regras de abertura de comércios, bares e restaurantes.”

Segundo o Ministério da Economia, as atividades artísticas, de transportes, de serviços de alojamento e alimentação, além do comércio e educação foram algumas das mais afetadas pela pandemia da Covid-19. Shows e espetáculos foram cancelados, cinemas, teatros, circos ficaram de portas fechadas. Houve redução significativa nos transportes aéreo, ferroviário,

interestadual e intermunicipal de passageiro, além do transporte público urbano. No setor do turismo, hotéis, pousadas, flats, bangalôs e praias foram interditados por decretos estaduais criados para conter o vírus. Bares, restaurantes e comércio em geral também foram obrigados a se manterem fechados até segunda ordem.

No mês de abril de 2020, o Supremo Tribunal Federal - STF realizou uma sessão por videoconferência e determinou que estados e municípios possuem autonomia para determinar regras de isolamento social e quarentena, quando julgarem necessário. Com a decisão do STF, vários estados do Brasil passaram a expedir decretos suspendendo atividades consideradas não essenciais das iniciativas públicas e privadas, a fim de diminuir os níveis de transmissão da doença. Governos estaduais e municipais decretaram o fechamento de escolas e faculdades, comércio (com exceção de serviços essenciais como supermercados e farmácias), academias, ginásios, teatros, circos, reduzir a frota de ônibus, entre outros. Já os estabelecimentos considerados essenciais precisaram seguir uma série de recomendações para poderem manter-se em funcionamento, como por exemplo disponibilizar pontos para higienização das mãos com álcool 70% ou álcool em gel, exigir a utilização de máscaras por parte de clientes e funcionários, limitar a quantidade de clientes no ambiente, formar filas com distância mínima de 1,5 metros entre as pessoas, manter distância de pelo menos 1 metro entre cadeiras e poltronas que serão utilizadas, além de disponibilizar orientações para higiene das mãos e cuidados necessários para evitar o contágio.

Com a suspensão das atividades escolares se estendendo, escolas e faculdades particulares viram como solução para o retorno das aulas, o ensino remoto emergencial com a utilização das tecnologias, para assim darem continuidade ao ano letivo sem maiores prejuízos para os alunos. No dia 28 de abril de 2020 o Conselho Nacional de Educação emitiu o Parecer número 5/2020, que trata da: “Reorganização do Calendário Escolar e da possibilidade de cômputo de atividades não presenciais para fins de cumprimento da carga horária mínima anual, em razão da Pandemia da Covid-19”. O documento traz orientações para os gestores escolares, juntamente com seus professores, darem continuidade às atividades através do ensino remoto emergencial.

2.2 O teletrabalho como opção para o retorno das atividades

De acordo com Araújo e Lua (2020), a expressão teletrabalho foi utilizada pela primeira vez por volta dos anos de 1970, porém o termo passou a ser mais conhecido após a publicação do livro *The Telecommunications-Transportation Tradeoff*, em que Jack Nilles, traz a definição de teletrabalho como sendo:

o trabalho que permite alcançar seus resultados usando tecnologia da informação, como telecomunicações e computadores, em vez de movimento físico das pessoas. Assim, corresponde à “possibilidade de enviar o trabalho ao trabalhador em lugar de enviar o trabalhador ao trabalho (NILLES *apud* ARAÚJO e LUA).

No Brasil o teletrabalho só foi introduzido na reforma trabalhista do ano 2017 como “[...] prestação de serviços preponderantemente fora das dependências do empregador, com utilização de tecnologias de informação e comunicação que, por sua natureza, não se constituam como trabalho externo” (Art. 75-B da Lei nº 13.467, de 2017).

Neste sentido, diante das medidas de distanciamento e isolamento social em decorrência da pandemia da Covid-19, muitas empresas passaram a operar através do trabalho remoto. Porém, à medida que esta nova forma de trabalho buscava diminuir o contágio do novo coronavírus, ela também trouxe diversos questionamentos em relação às condições de trabalho. Segundo Araújo e Lua (2020), as medidas tomadas protegeram a população, reduzindo os riscos de contaminação do vírus, no entanto, houve um crescimento em relação às exigências com as novas condições de trabalho impostas devido o distanciamento e o isolamento social, fazendo com que houvesse potenciais riscos ocupacionais com adoecimento como a LER/DORT e até mesmo transtornos mentais em decorrência do trabalho.

Na área da educação, os professores também precisaram exercer suas funções de forma remota, ministrando as aulas de suas próprias casas, através de videoconferência. Segundo Souza *et al.* (2021) os professores precisaram encontrar e organizar um espaço em suas residências para a realização do trabalho, além de arcar com os custos dos equipamentos necessários para execução das tarefas, como computador, webcam, microfone, impressora, internet, luz elétrica, mobiliário, entre outros. De acordo com Rondini (2020), os professores relataram algumas dificuldades bastante significativas, como o fato de precisarem se adaptar de forma muito rápida às novas metodologias para ministrarem suas aulas de forma remota, a desigualdade social existente entre os alunos, o que impossibilita uma educação nivelada, tendo em vista o fato que nem todos os estudantes possuem acesso a computador, celular e internet (itens fundamentais para o acesso do conteúdo da aula), além do aumento considerável da jornada de trabalho, devido à necessidade de estarem conectados constantemente para esclarecer dúvidas de pais e alunos. Além disto, vários fatores podem influenciar e dificultar a realização do teletrabalho, como por exemplo a presença de filhos pequenos, idosos ou doentes em casa, espaço físico impróprio, mobília inadequada e a inexperiência no uso das tecnologias necessárias. (DOLOT A., 2020 *apud* ARAÚJO E LUA, 2020).

Dessa forma, se a profissão docente em sua plenitude já era considerada por muitos pesquisadores como exaustiva, para Neves e Silva (2006), por exemplo, é comum entre uma parcela de profissionais docentes o sofrimento psíquico e alguns sintomas de mal-estar relacionados às atividades desenvolvidas no exercício de suas funções. Para eles, professores vem sofrendo cada vez mais com elevação dos níveis de estresse, ansiedade, nervosismo, cansaço físico e mental, irritabilidade, depressão, insônia. Com o retorno das aulas através do teletrabalho, já se era esperado um aumento de profissionais com evolução de alguns destes sintomas. Segundo Souza *et al* (2021), profissionais docentes têm sofrido com as novas exigências e mudanças na organização do trabalho. Os autores trazem o depoimento de uma profissional que, após iniciar o trabalho em sua residência, passou a sofrer de ansiedade e ter picos de pressão. A UNICEF - Fundo de Emergência Internacional das Nações Unidas para a Infância emitiu um documento informando a preocupação em relação à saúde mental das pessoas em razão da Pandemia da Covid-19, avaliando que muitas pessoas passariam a viver angustiadas com medo das consequências do vírus, por exemplo.

Somado a todas essas dificuldades, o profissional docente ainda está sujeito a adquirir patologias relacionadas à saúde mental, como é o caso da síndrome de *burnout*, causada pelo aumento do nível de estresse por conta das mudanças da nova forma de trabalho. Esta síndrome será tratada a seguir.

2.3 A síndrome de *burnout*

A síndrome de *burnout* (SB), também chamada de síndrome do esgotamento profissional, é um distúrbio que afeta o emocional e a saúde mental de um indivíduo. A SB foi descrita pela primeira vez no ano de 1974, pelo psicólogo Herbert J. Freudenberger, que a descreveu como “um sentimento de fracasso e exaustão causado por um excessivo desgaste de energia, força e recursos.” (FREUDENBERGER, 1974 *apud* SOARES; CUNHA, 2007) O termo *burnout* vem do verbo inglês “*to burn out*”, que significa queimar-se por completo, consumir-se. A SB tem como sintomas mais comuns o estresse, a exaustão extrema e o esgotamento físico, decorrentes de atividades exercidas no local de trabalho. (ALVES, 2017)

No Brasil, o Ministério da Saúde, através da portaria nº 1339 de 18 de novembro de 1999, adicionou a síndrome de *burnout* na lista de doenças relacionadas ao trabalho (Z73.0). Segundo a advogada Carla Pontes (2014), a SB é vista como doença relacionada ao trabalho, podendo inclusive ser enquadrada como acidente de trabalho, com o afastamento do empregado para obtenção dos benefícios previdenciários enquanto durar o tratamento.

Segundo a redação do portal Onze (2020), os profissionais das áreas da saúde, segurança pública e da educação são os mais afetados pela SB. Médicos, enfermeiros, psicólogos, policiais, agentes penitenciários, professores, diretores, são algumas das mais propensas a desenvolver a síndrome. Isso se deve ao fato de as atividades serem desenvolvidas em contato direto com outras pessoas, da exigência de alta concentração para realização das tarefas, da elevada carga horária de trabalho sob pressão, ou até mesmo pela carga de responsabilidade profissional, gerando a longo prazo uma desordem emocional, física e mental.

A síndrome de *burnout* é constituída por três dimensões, a saber: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal no trabalho, onde a exaustão emocional é caracterizada pela ausência de energia, entusiasmo e sentimento de esgotamento, quando o indivíduo se sente esgotado, sem ânimo para exercer suas atividades profissionais. A despersonalização acontece quando o indivíduo passa a tratar clientes, colegas e a organização como objeto, mantendo-se isolado, com pensamentos negativos a respeito de si próprio e dos colegas de trabalho. Por fim, a baixa realização pessoal no trabalho ocorre quando o trabalhador passa a se avaliar de forma negativa, insatisfeito consigo próprio e com seu desenvolvimento profissional. (MASLACH, SCHAUFELI e LEITER, 2001)

No campo da educação, para as atividades docentes, existem diversos estressores psicossociais, tanto relacionados pela própria função de lecionar, quanto em relação ao seu ambiente de trabalho. Estes estressores, quando persistentes podem levar o profissional a desenvolver a síndrome de *burnout*. (CARLOTTO, 2002). Quanto aos estressores, estes podem advir das funções desenvolvidas pelos professores, a saber: contribuir para a elaboração da proposta pedagógica escolar, elaborar o plano de aula, organizar as atividades/exercícios, controlar a frequência dos alunos, utilizar formas para avaliá-los, bem como participar de reuniões. Existe ainda o fato de que muitas vezes as residências destes professores se tornarem extensão do seu ambiente de trabalho, onde precisam fazer correções de exercícios, provas, registrar as aulas, etc. Além destas tarefas, que muitas vezes fazem com que a rotina do profissional seja bastante exaustiva, o ambiente de trabalho também pode ser responsável pelo aumento do nível de estresse destes professores, tendo em vista que diariamente são cobrados seja pela direção escolar, coordenação, pais de alunos ou até mesmo por outros professores colegas de trabalho.

Para Moreira *et al* (2017, p. 43) “A síndrome de *burnout* se apresenta como um dos grandes problemas psicossociais e tem chamado a atenção e gerado preocupação nas comunidades científicas, nas organizações governamentais e empresariais.” Dessa forma, ao passo que o debate sobre o tema vai se tornando cada vez mais frequente, gestores e

colaboradores passam a ter conhecimento sobre o assunto e ficam mais atentos a possíveis sintomas, evitando assim o acometimento da síndrome.

Embora a SB possa acarretar graves problemas físicos e psicológicos, dificultando ou até mesmo cerceando a realização do trabalho, os profissionais da psicologia e psiquiatria conseguem reverter a situação. O tratamento para a síndrome de *burnout* se dá principalmente através da psicoterapia ou utilização de medicamentos antidepressivos ou ansiolíticos, a depender do caso. No entanto, após a confirmação do diagnóstico, é indicada a prática regular de exercícios físicos, realização de atividades de lazer entre amigos e familiares, dentre outras atividades que possam ajudar a diminuir o estresse e as tensões. Os profissionais da psicologia e psiquiatria são os mais indicados para identificar, orientar e tratar da melhor forma cada caso.

Dessa forma, é importante e necessária a discussão acerca da síndrome de *burnout*, para que profissionais e gestores não apenas a conheçam, mas passem a observar possíveis sintomas, buscando ajuda e, se necessário, seja iniciado o tratamento de forma precoce, evitando assim maiores problemas físicos e psicológicos.

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Em termos metodológicos, esta pesquisa é de natureza quantitativa, pois conforme Knechtel (2014) a pesquisa quantitativa se baseia em uma teoria e é composta por variáveis quantificadas em números, que posteriormente serão analisadas em modelos estatísticos com o objetivo de determinar se as generalizações previstas na teoria se sustentam ou não. O que se aplica ao estudo em questão, uma vez que as respostas obtidas serão objetivas, transformadas em números e analisadas para validar se o quantitativo das respostas das variáveis trazem indicadores de alerta relacionados à síndrome de *burnout*.

A pesquisa também é classificada como pesquisa descritiva e exploratória. De acordo com Gil (2008), as pesquisas descritivas “têm como objetivo primordial a descrição das características de determinada população ou fenômeno ou o estabelecimento de relações entre variáveis”. Já a pesquisa exploratória procura desenvolver, esclarecer e até mesmo modificar conceitos e ideias relacionados à formação de problemas ou hipóteses pesquisáveis para estudos posteriores. (GIL, 2008) Dessa forma, este trabalho traz respostas relacionadas a atual conjuntura, a qual está inserido, em um contexto pandêmico, com as funções laborais executadas através do teletrabalho ou ensino híbrido.

Para coleta dos dados, optou-se pela aplicação de questionário. Uma primeira seção trazia questões relativas ao perfil da amostra e a segunda seção tratou-se do instrumento *Maslach Burnout Inventory* (MBI), elaborado pelas psicólogas Maslach e Jackson (1978). O

instrumento MBI foi o primeiro a ser criado para avaliar a incidência da síndrome de *burnout*. Para Lima et al (2009), o MBI tem sido um importante instrumento, utilizado em diversas profissões para avaliar como está a relação profissional/ambiente de trabalho. Segundo Benevides, Pereira (2010 *apud* Moreira et al, 2017) o MBI é utilizado ou citado em cerca de 60% dos trabalhos que tratam do assunto síndrome de *burnout* por todo o mundo.

O questionário foi elaborado com 8 perguntas fechadas relacionadas ao perfil demográfico da amostra, com os seguintes itens: Gênero, Faixa de idade, Relações pessoais, Número de filhos, Renda familiar, Há quanto tempo leciona, Há quanto tempo leciona nesta instituição e Em qual nível de ensino você leciona, conforme tabela no Apêndice A. Já o instrumento MBI possui 22 perguntas fechadas, conforme o Anexo A. E foi utilizado o sistema de escala de pontuação de 1 a 5, em que 1 representava nunca, 2 algumas vezes ao ano, 3 algumas vezes ao mês, 4 algumas vezes na semana e 5 diariamente.

Referente à amostragem desta pesquisa, o estudo foi realizado em uma escola de educação básica na iniciativa privada no município de Campina Grande/PB. A direção escolar informou que a instituição possui 42 docentes e 2 auxiliares, no entanto 33 professores responderam o questionário. A escolha da instituição de ensino se deu pelo fato de ter uma localização geográfica próxima, além de possuir uma equipe gestora já conhecida, facilitando o contato para apresentação da proposta de pesquisa, liberação e aplicação dos questionários com os docentes. Sendo assim, inicialmente houve o contato com a direção da escola para apresentação da pesquisa e seus objetivos, bem como a solicitação de autorização para que os questionários fossem aplicados.

O instrumento de pesquisa foi enviado para a direção escolar através de um link com a descrição da finalidade da pesquisa e com o acesso ao formulário do Google Forms com o questionário a ser aplicado. A coleta de dados se deu do dia 10 a 13 de março do ano 2022.

Quanto ao procedimento de análise dos dados, o mesmo se deu inicialmente através da pre-análise, onde foi verificado a quantidade de professores que responderam o questionário, assim como se os mesmos foram preenchidos de forma correta, tendo em vista que o modelo de aplicação foi digital, através de formulário do Google Forms. Após as devidas verificações e exploração do material obtido, foi-se utilizado o software Microsoft Excel 2013, sendo feita a tabulação dos dados para finalmente tratá-los de forma estatística, analisando os perfis das amostras conforme medida de frequência e percentual. No primeiro bloco de questões com as variáveis referentes ao perfil da amostra, foi criada uma planilha com a frequência de cada resposta, a frequência acumulada, o percentual individual e o percentual acumulado, além de ter sido gerado gráficos no formato pizza para uma visualização mais ilustrativa dos resultados

encontrados. No segundo bloco, que trata do instrumento MBI, foi criada uma planilha com cada uma das três dimensões, e para cada uma delas, foram registradas as ocorrências de cada variável e disponibilizado a média de respostas por alternativa. Ainda em relação ao MBI, outra planilha foi criada separando cada uma das dimensões da síndrome de *burnout*, a fim de ser utilizada para filtrar os resultados, possibilitando uma melhor leitura das respostas por profissional docente, incluindo todas as variáveis da pesquisa.

4 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Nesta seção serão apresentados os dados decorrentes da pesquisa realizada, inicialmente serão apresentados os dados demográficos e na sequência o instrumento de Maslach e Jackson (1978) que foi utilizado como modelo teórico. De maneira geral, tinha-se uma população com 42 professores e 2 auxiliares, dos quais 33 responderam o questionário.

4.1 Perfil demográfico da amostra

Quanto ao perfil da amostra, de acordo com a figura 1, é possível observar que a maior representatividade da amostra é do sexo feminino, 72,73%. A faixa etária dos respondentes ficou bem equilibrada e obteve percentual de 33,33% para cada uma das opções respondidas, apenas a opção 50 anos acima não teve respostas, como mostra a figura 2.

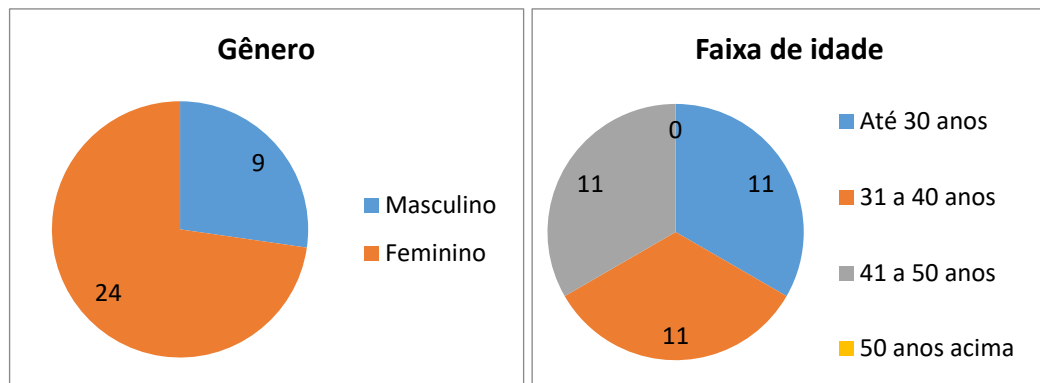


Figura 1

Figura 2

No que diz respeito às relações pessoais (figura 3), somadas as respostas Casado(a) e Outros, obtém-se o percentual de 63,64% contra 36,36% Solteiro(a).

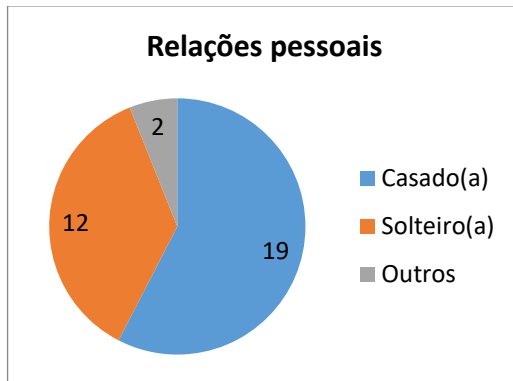


Figura 3

Quanto ao número de filhos (figura 4), tem-se 60,61% da amostra com pelo menos 1 filho, percentual encontrado também para a maioria dos profissionais que possuem renda familiar de até 2 salários mínimos (figura 5).

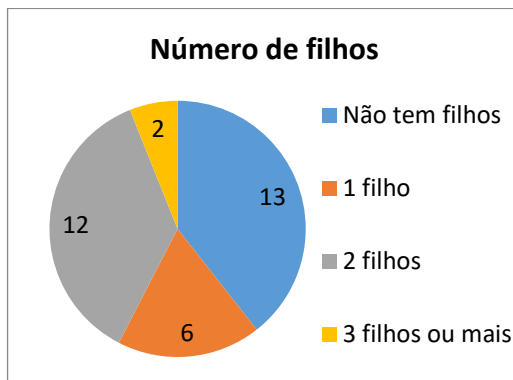


Figura 4

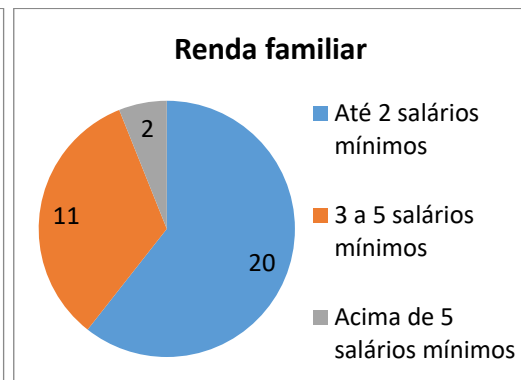


Figura 5

Na figura 6 é possível observar que pouco mais da metade dos profissionais exercem suas funções no magistério há mais de 10 anos (54,55%) e como mostra a figura 7, 78,79% destes profissionais lecionam na instituição de ensino pesquisada entre 1 e 5 anos.

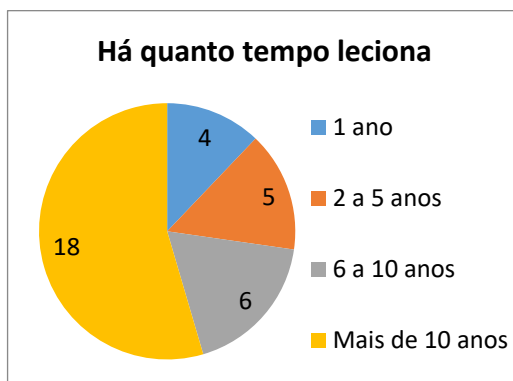


Figura 6

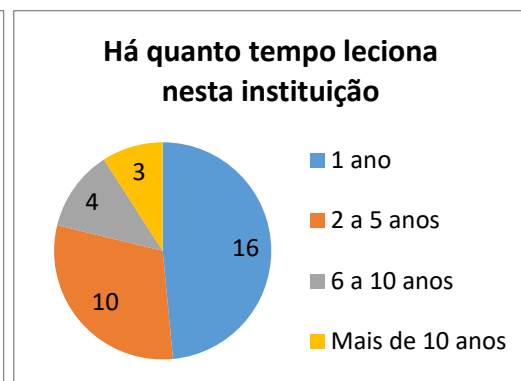


Figura 7

A maioria dos docentes que participaram da pesquisa (57,58%), lecionam no ensino fundamental de 9 anos – anos finais e ensino médio (figura 8), embora a pesquisa não tenha sido realizada com toda a população docente da instituição, este percentual já era esperado, tendo em vista o fato das séries da educação infantil e do ensino fundamental de 9 anos – anos

iniciais, possuem menos componentes curriculares e na grande maioria serem professores polivalentes (profissionais que transmitem o conhecimento básico de diversas áreas para seus alunos).

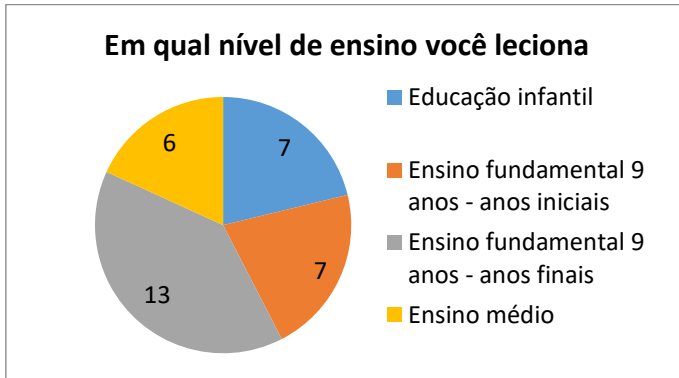


Figura 8

No Apêndice A é possível consultar a tabela completa com todas as variáveis e categorias relacionadas aos dados demográficos da amostra em questão.

4.2 Discussões acerca do modelo *Maslach Burnout Inventory*

A segunda parte da pesquisa tratou da aplicação do instrumento *Maslach Burnout Inventory* – MBI, que foi respondido na sequência original conforme o Anexo A e, após a coleta dos dados, foi feita a separação das questões voltadas a cada uma das dimensões, conforme a tabela 1, para posterior análise.

Tabela 1

DIMENSÕES		
Exaustão emocional	Despersonalização	Baixa realização pessoal no trabalho
Questão 1	Questão 5	Questão 4
Questão 2	Questão 10	Questão 7
Questão 3	Questão 11	Questão 9
Questão 6	Questão 15	Questão 12
Questão 8	Questão 22	Questão 17
Questão 13		Questão 18
Questão 14		Questão 19
Questão 16		Questão 21
Questão 20		

A primeira dimensão a ser apresentada será a exaustão emocional, que busca entender como o indivíduo se encontra em relação ao seu potencial para exercer suas atividades laborais de forma salutar, se está motivado, com energia e ânimo suficientes para desenvolver suas

funções, ou se está exausto, com sentimento de esgotamento, sem energia. É possível conferir as respostas relacionadas às variáveis desta dimensão através da tabela 2.

Tabela 2

DIMENSÃO EXAUSTÃO EMOCIONAL					
	Nunca	Algumas vezes ao ano	Algumas vezes ao mês	Algumas vezes na semana	Diariamente
1. Sinto-me emocionalmente esgotado(a) com o meu trabalho.	2	10	11	9	1
2. Sinto-me esgotado(a) no final de um dia de trabalho.	1	6	11	9	6
3. Sinto-me cansado(a) quando me levanto pela manhã e preciso encarar outro dia de trabalho.	2	11	8	9	3
6. Trabalhar com pessoas o dia todo me exige um grande esforço.	6	10	8	4	5
8. Meu trabalho deixa-me exausto(a).	3	14	5	9	2
13. Sinto-me frustrado(a) com meu trabalho.	11	12	5	5	0
14. Creio que estou trabalhando em demasia.	4	10	6	6	7
16. Trabalhar diretamente com as pessoas causa-me estresse.	7	11	7	8	0
20. Sinto-me no limite de minhas possibilidades.	9	10	6	5	3
Média	5	10,4444	7,4444	7,1111	3

Ao analisar os dados da tabela 2, verifica-se que 30,63% dos profissionais responderam as variáveis desta dimensão com as alternativas “Algumas vezes na semana” ou “Diariamente”, ao passo que quase metade deste percentual (15,15%) informou que “Nunca” vivenciam tais sentimentos. Já as alternativas “Algumas vezes ao ano” ou “Algumas vezes ao mês” somaram o maior percentual da amostra 54,20%.

Para melhor compreensão, ao observar a média de respostas por alternativas, é possível verificar que a opção “Algumas vezes ao ano” foi a maior, ficando com 10,44 respostas, já a alternativa “Diariamente” obteve média 3, tendo a maior parte das respostas para as variáveis “14- Creio que estou trabalhando em demasia” (7 respostas), “2- Sinto-me esgotado(a) no final

de um dia de trabalho” (6 respostas) e “6- Trabalhar com pessoas o dia todo me exige um grande esforço” (5 respostas).

Ao filtrar os resultados da variável “14- Creio que estou trabalhando em demasia”, que possui maior relevância na alternativa “Diariamente” (7 respostas), encontrou-se um percentual de 14,81% da amostra para respostas “Algumas vezes na semana” ou “Diariamente” em todas as demais variáveis desta dimensão, o que acende um alerta para indícios da síndrome em grau médio-alto neste percentual, no entanto, é importante ressaltar que esta análise leva em consideração apenas a dimensão exaustão emocional.

A segunda dimensão, trata da despersonalização do indivíduo e acontece quando o mesmo passa a tratar como objeto as pessoas próximas dentro da empresa, como clientes, colegas de trabalho, além da própria organização, se isolando e internalizando pensamentos negativos a seu respeito e dos próprios colegas. A tabela abaixo concentra as respostas relativas à dimensão anunciada.

Tabela 3

DIMENSÃO DESPERSONALIZAÇÃO					
	Nunca	Algumas vezes ao ano	Algumas vezes ao mês	Algumas vezes na semana	Diariamente
5. Creio que trato algumas pessoas como se fossem objetos.	27	4	2	0	0
10. Tenho me tornado mais insensível com as pessoas.	17	5	4	2	5
11. Preocupa-me o fato de que este trabalho esteja me endurecendo emocionalmente.	20	4	5	3	1
15. Não me preocupo realmente com o que ocorre às pessoas a que atendo.	29	3	0	1	0
22. Sinto que as pessoas culpam-me de algum modo pelos seus problemas.	16	8	4	3	2
Média	21,8	4,8	3	1,8	1,6

De acordo com a tabela 3, verifica-se que a maior parte dos profissionais possuem baixa tendência no quesito despersonalização, onde 80,6% responderam “Nunca” ou “Algumas vezes ao ano” possuir os sentimentos retratados nas variáveis. A opção “Nunca” obteve uma média de 21,8 respostas dos 33 profissionais que participaram do estudo, o que representa 66,06% e

mostra uma baixa propensão à síndrome de *burnout*. A variável “10- Tenho me tornado mais insensível com as pessoas” foi a que mais obteve respostas para a alternativa “Diariamente”, um total de 5 respostas. No entanto, ao filtrar os resultados desta variável com todas as respostas “Diariamente”, é possível verificar a prevalência de respostas com as alternativas “Algumas vezes ao ano” ou “Nunca” nas demais variáveis elencadas nesta dimensão de despersonalização, o que confirma a baixa incidência de *burnout*, ainda que 5 profissionais tenham informado que diariamente sentem-se que têm se tornado mais insensível com as pessoas.

A baixa realização pessoal no trabalho, terceira dimensão do MBI, acontece quando o colaborador passa a se avaliar de forma negativa, insatisfeito com seu rendimento pessoal e profissional. A tabela 4 apresenta as respostas referentes a esta dimensão.

Tabela 4

DIMENSÃO BAIXA REALIZAÇÃO PESSOAL NO TRABALHO					
	Nunca	Algumas vezes ao ano	Algumas vezes ao mês	Algumas vezes na semana	Diariamente
4. Posso entender com facilidade o que sentem as pessoas.	0	1	4	9	19
7. Lido eficazmente com o problema das pessoas.	1	2	8	13	9
9. Sinto que através do meu trabalho influencio positivamente na vida dos outros.	1	1	2	4	25
12. Sinto-me com muita vitalidade.	2	2	10	12	7
17. Posso criar facilmente uma atmosfera relaxada para as pessoas.	3	5	6	9	10
18. Sinto-me estimulado(a) depois de trabalhar em contato com as pessoas.	2	1	8	11	11
19. Tenho conseguido muitas realizações em minha profissão.	0	10	9	5	9
21. Sinto que sei tratar de forma adequada os problemas emocionais no meu trabalho.	1	3	6	13	10
Média	1,25	3,125	6,625	9,5	12,5

A tabela 4 traz dados que sugerem que os profissionais docentes participantes deste estudo possuem de maneira geral uma boa realização pessoal no trabalho. Na tabela é possível verificar que a extremidade direita, alternativa “Diariamente” indica que os profissionais possuem bons indicativos de autoestima e realização pessoal no ambiente de trabalho, sendo a maior média entre as alternativas disponíveis, 12,5 respostas. A variável “9- Sinto que através do meu trabalho influencio positivamente na vida dos outros” obteve 25 respostas para a alternativa em questão, o que mostra que a função de levar conhecimento aos alunos está sendo realizada e percebida pelos profissionais. A segunda maior média ficou para a alternativa “Algumas vezes na semana” com 9,5 respostas. As duas maiores médias representam um total de 66,66% da amostra. Já para as demais alternativas: “Nunca”, “Algumas vezes ao ano” e “Algumas vezes ao mês”, respostas mais voltadas para caracterizar uma baixa realização pessoal no trabalho, obteve-se um total de 33,33% das respostas, percentual este que pode representar níveis de realização pessoal no trabalho de médio a baixo, caracterizando uma baixa tendência à *burnout*.

Ainda que a análise dos resultados tenha sido em um contexto macro, envolvendo o número de respostas das variáveis por alternativas, foi possível identificar certa disparidade na dimensão exaustão emocional em relação as dimensões despersonalização e baixa realização pessoal no trabalho, conforme apresentado na figura a seguir.

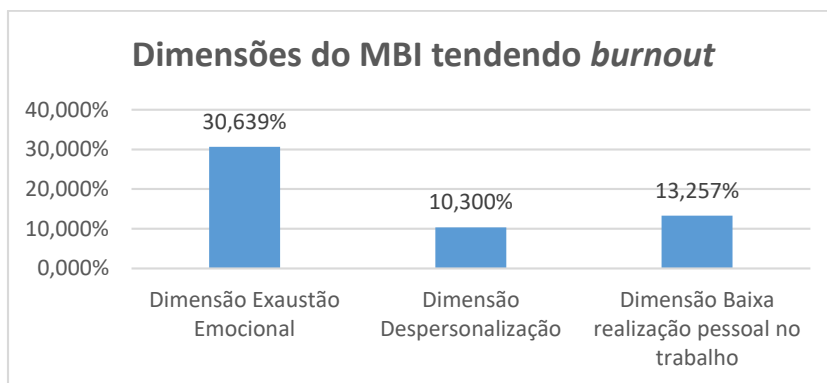


Figura 9

Esse percentual elevado (30,63%) pode estar relacionado aos reflexos da pandemia da Covid-19 tratada no referencial teórico deste trabalho. Foram muitas as mudanças enfrentadas desde o início da pandemia e sentimentos como medo, insegurança e angústia podem ter resultado em uma exaustão emocional nesta parcela.

Além disto, embora os percentuais para as outras duas dimensões tenham obtidos valores baixos, é fundamental o acompanhamento periódico da equipe para caso haja um aumento considerável nestas dimensões, a gestão escolar consiga realizar trabalhos de prevenção junto ao departamento de psicologia organizacional ou de recursos humanos.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo deste trabalho foi identificar a incidência da síndrome de *burnout* em docentes da educação básica de uma escola privada de Campina Grande-PB, no contexto do trabalho remoto em decorrência da pandemia da Covid-19. O instrumento utilizado para concretização dessa pesquisa foi o MBI, que contempla três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal no trabalho. A dimensão exaustão emocional, foi a que obteve um percentual mais significativo de profissionais com sentimento de esgotamento físico e mental, que pode ter relação com os momentos de medo e incertezas vivenciados nas medidas restritivas impostas em consequência da pandemia. No entanto, ao analisar estes profissionais de forma mais detalhada, filtrando seus resultados, constatou-se que nas demais dimensões a prevalência de respostas deram-se no sentido contrário.

Já ao que se refere às dimensões despersonalização e baixa realização pessoal no trabalho não tiveram resultados alarmantes para a quantidade de profissionais investigados, e de maneira geral, demonstraram que os profissionais possuem boas relações interpessoais e sentem-se confortáveis em relação ao convívio com os colegas e ambiente de trabalho.

Deve-se ainda ser considerado o fato de que este trabalho traz uma análise macro em relação aos dados brutos das variáveis por dimensão do instrumento MBI. Porém, para as dimensões que alertaram um número significativo de respostas para as alternativas inerentes à síndrome, realizou-se a filtragem das respostas individuais, a fim de comprovar se as demais variáveis acompanhavam as respostas daquela dimensão.

Assim sendo, embora o período de pandemia da Covid-19 tenha trazido mudanças significativas na vida de muitas pessoas, por meio da análise dos resultados deste trabalho foi possível identificar que um percentual muito pequeno da amostra alcançada possui predisposição à síndrome. De modo a contribuir com a permanência destes resultados, indica-se a observância periódica dos níveis de estresse, ansiedade e demais fatores que contribuam para a manifestação da síndrome de *burnout*, de forma a garantir o bem estar físico e mental dos seus colaboradores, para que possam continuar exercendo suas funções com o melhor desempenho possível.

Como sugestão de trabalhos futuros, recomenda-se um estudo com abordagem quantitativa, com variáveis que consigam dimensionar também intenções e percepções mais subjetivas, que não são capazes de serem mensurados estatisticamente. Dessa forma, é possível investigar de forma mais aprofundada as opiniões, sentimentos e experiências do grupo pesquisado, obtendo melhores resultados. Novos trabalhos poderão abranger um número maior de escolas, contemplando tanto a rede privada quanto a rede pública de ensino, para que seja

traçado um comparativo a fim de investigar se os achados possuem resultados próximos ou muito distintos. Recomenda-se ainda a inclusão de uma variável no perfil da amostra onde o profissional possa indicar em quantas escolas leciona, de forma que a análise possa contemplar também este fator.

REFERÊNCIAS

AGÊNCIA BRASIL. STF: Estados e municípios podem fazer ações contra covid-19 sem União, 2020. Disponível em: <<https://agenciabrasil.ebc.com.br/justica/noticia/2020-04/stf-estados-e-municipios-podem-fazer-acoes-contr-covid-19-sem-uniao>>. Acesso em: 13/08/2021.

_____. Veja as medidas que cada estado está adotando para combater a covid-19, 2020. Disponível em: <<https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2020-03/veja-medidas-que-cada-estado-esta-adotando-para-combater-covid-19>>. Acesso em 14/08/2021.

ALVES, M. E. Síndrome de burnout. *Psychiatry on line Brasil*. Porto Alegre, v. 22, n. 9, 2017.

ARAÚJO, T. M.; LUA, I. O trabalho mudou-se para casa: trabalho remoto no contexto da pandemia de COVID-19. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/journal/1005/100566937004/html/#B15>>. Acesso em: 13/08/2021.

BORBA, B. M. R.; DIEHL, L.; SANTOS, A. S.; MONTEIRO, J. K.; MARIN, A. H. Síndrome de Burnout em professores: estudo comparativo entre o ensino público e privado. *Psicologia Argumento*, [S. l.], v. 33, n. 80, 2017. DOI: 10.7213/psicol.argum.33.080.AO04. Disponível em: <<https://periodicos.pucpr.br/psicologiaargumento/article/view/20023>>. Acesso em: 02/08/2021.

BRASIL. Lei nº 13.467. Art. 75-B, de 13 de julho de 2017. Altera a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), aprovada pelo Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943, e as Leis nº 6.019, de 3 de janeiro de 1974, 8.036, de 11 de maio de 1990, e 8.212, de 24 de julho de 1991, a fim de adequar a legislação às novas relações de trabalho. *Diário Oficial da União*: seção 1, Brasília, DF. JUL. 2017.

_____. Ministério da Economia. Ministério da Economia divulga lista dos setores mais afetados pela pandemia da Covid-19 no Brasil, 2020. Disponível em: <<https://www.gov.br/economia/pt-br/assuntos/noticias/2020/setembro/ministerio-da-economia-divulga-lista-dos-setores-mais-afetados-pela-pandemia-da-covid-19-no-brasil>>. Acesso em: 13/08/2021.

_____. Ministério da Educação. Relatório de atividades: Ações do MEC em resposta à pandemia de COVID-19, 2020. p. 4. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=183641-ebook&category_slug=2020&Itemid=30192>. Acesso em: 20/07/2021.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação de Saúde e Vigilância de Doenças não Transmissíveis. Orientações sobre novos códigos de emergência para as causas de morte relacionadas a condições que ocorrem no contexto da covid-19 [recurso eletrônico]. Brasília: Ministério da Saúde, 2021. p. 13. Disponível em: < https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus/publicacoes-tecnicas/guias-e-planos/af_orientacao-codigos-emergencia_15set21_final.pdf>. Acesso em: 20/07/2021.

_____. Ministério da Saúde. Síndrome de Burnout, 2020. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/sindrome-de-burnout>>. Acesso em: 22/08/2021.

_____. Portaria n.º 1339, de 18 de novembro de 1999. Institui a Lista de Doenças relacionadas ao Trabalho, a ser adotada como referência dos agravos originados no processo de trabalho no Sistema Único de Saúde, para uso clínico e epidemiológico, constante no Anexo I desta Portaria. Publicado em: 18/11/1999.

_____. Portaria n.º 356, de 11 de março de 2020. Dispõe sobre a regulamentação e operacionalização do disposto na Lei nº 13.979, de 6 de fevereiro de 2020, que estabelece as medidas para enfrentamento da emergência de saúde pública de importância internacional decorrente do coronavírus (COVID-19). Publicado em: 12/03/2020. ed. 49. seção 1. p. 185.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Análise fatorial do Maslach Burnout Inventory (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. *Psicologia em Estudo*. 2004, v. 9, n. 3, pp. 499-505. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/pe/a/sqhs5pPk4QBspW3DKXrmxnP/?lang=pt#ModalArticles>>. Acesso em: 22/08/2021.

CARLOTTO, M. S. A síndrome de Burnout e o trabalho docente. *Psicologia em Estudo* [online]. 2002, v. 7, n. 1, pp. 21-29. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1413-73722002000100005>>. Acesso em: 13/08/2021.

_____. Síndrome de Burnout em professores: prevalência e fatores associados. *Psicologia: Teoria e Pesquisa* [online]. 2011, v. 27, n. 4. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0102-37722011000400003>>. Acesso em: 02/08/2021.

CONRADO, H. Após 1 ano de pandemia, síndrome de burnout cresce ainda mais, 2021. Disponível em: <<https://noticias.r7.com/saude/apos-1-ano-de-pandemia-sindrome-de-burnout-cresce-ainda-mais-28022021>>. Acesso em: 02/08/2021

DAU, G. Setores mais afetados pelos impactos da pandemia, 2020. Disponível em: <<https://www.jornalcontabil.com.br/setores-mais-afetados-pelos-impactos-da-pandemia/>>. Acesso em: 20/07/2021.

GIL, A. C. Métodos e técnicas de pesquisa social. 6ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GOVERNO DO BRASIL. OMS classifica coronavírus como pandemia, 2020. Disponível em: < <https://www.gov.br/pt-br/noticias/saude-e-vigilancia-sanitaria/2020/03/oms-classifica-coronavirus-como-pandemia>>. Acesso em: 20/07/2021.

KNECHTEL, M. R. Metodologia da pesquisa em educação: uma abordagem teórico-prática dialogada. Curitiba: Intersaberes, 2014. 193 p.

LIMA, C. F.; OLIVEIRA, J. A.; SILVA, É. S.; EMÉRITO, A. P. Avaliação psicométrica do Maslach Burnout Inventory em profissionais de enfermagem. II Encontro de Gestão de Pessoas e Relações de Trabalho. Curitiba, 2009.

MASLACH, C.; SCHAUFELI, W. B.; LEITER, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review Psychology*, 52, 397-422.

MOREIRA, D.; BRITO, L.; OBREGON, S.; RIBAS, F.; LOPES, L. (2018). Síndrome de Burnout: Estudo com Professores da Rede Pública da Cidade de Farroupilha no Rio Grande do Sul. *Revista Gestão & Conexões*. 6. 40. 10.13071/regec.2317-5087.2014.6.1.12157.40-63.

NEVES, M. Y. R.; SILVA, E. S. A dor e a delícia de ser (estar) professora: trabalho docente e saúde mental. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, Rio de Janeiro, v. 6, n. 1, p. 63-75, 2006.

ONZE. Burnout: o que é, causas e como evitar, 2020. Disponível em: <<https://www.onze.com.br/blog/burnout/>>. Acesso em: 13/08/2021.

OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde. Histórico da Pandemia de Covid-19. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>>. Acesso em: 13/08/2021.

PONTES, C. Síndrome de Burnout: uma doença relacionada ao trabalho. Disponível em: <<https://advocaciapontes.jusbrasil.com.br/artigos/118679303/sindrome-de-burnout-uma-doenca-relacionada-ao-trabalho>>. Acesso em: 12/08/2021.

REDAÇÃO FOLHA VITÓRIA. Brasil é o 2º país com o maior número de pessoas com Síndrome de Burnout, 2020. Disponível em: <<https://www.folhavoria.com.br/saude/noticia/08/2020/brasil-e-o-2-pais-com-o-maior-numero-de-pessoas-com-sindrome-de-burnout>>. Acesso em: 02/08/2021.

ROBERTS, D.L.; ROSSMAN J.S.; JARIĆ, I. (2021) Datando os primeiros casos de COVID-19. *PLoS Pathog* 17 (6): e1009620. Disponível em: <<https://doi.org/10.1371/journal.ppat.1009620>>. Acesso em: 20/07/2021.

RONDINI, C. A.; PEDRO, K. M.; DUARTE, C. S. PANDEMIA DO COVID-19 E O ENSINO REMOTO EMERGENCIAL: MUDANÇAS NA PRÁXIS DOCENTE. *EDUCAÇÃO*, [S. l.], v. 10, n. 1, p. 41–57, 2020. DOI: 10.17564/2316-3828.2020v10n1p41-57. Disponível em: <<https://periodicos.set.edu.br/educacao/article/view/9085>>. Acesso em: 13/08/2021.

SOARES, H. L. R.; CUNHA, C. E. C. A síndrome do "burn-out": sofrimento psíquico nos profissionais de saúde. *Revista do Departamento de Psicologia. UFF [online]*. 2007, v. 19, n. 2 [Acessado 21 Março 2022] , pp. 505-506. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0104-80232007000200021>>. Acesso em: 13/08/2021.

SOUZA, D. O. A pandemia de COVID-19 para além das Ciências da Saúde: reflexões sobre sua determinação social. *Ciência & Saúde Coletiva [online]*. 2020, v. 25, suppl 1, pp. 2469-

2477. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.11532020>>. Acesso em: 20/07/2021.

SOUZA, K. R.; SANTOS, G. B.; RODRIGUES, A. M. S.; FELIX, E. G.; GOMES, L.; ROCHA, G. L.; CONCEIÇÃO, R. C. M.; ROCHA, F. S.; PEIXOTO, R. B. Trabalho remoto, saúde docente e greve virtual em cenário de pandemia. Trabalho, Educação e Saúde [online]. 2021, v. 19. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00309>>. Acesso em: 02/08/2021.

UNA-SUS. Coronavírus: Brasil confirma primeiro caso da doença, 2020. Disponível em: <<https://www.unasus.gov.br/noticia/coronavirus-brasil-confirma-primeiro-caso-da-doenca>>. Acesso em 13/08/2021.

UNICEF. UNICEF alerta: situação de crianças e adolescentes se agravou consideravelmente após nove meses de pandemia, 2020. Disponível em: <<https://www.unicef.org/brazil/comunicados-de-imprensa/unicef-alerta-situacao-de-criancas-e-adolescentes-se-agravou-consideravelmente-apos-nove-meses-pandemia>>. Acesso em: 13/08/2021.

VIDA SAUDÁVEL. Como o novo coronavírus age no organismo, 2020. Disponível em: <<https://vidasaudavel.einstein.br/coronavirus/como-o-novo-coronavirus-age-no-organismo/>>. Acesso em: 13/08/2021.

WORLDOMETER. Covid-19 coronavirus pandemic, 2021. Disponível em: <<https://www.worldometers.info/coronavirus/>>. Acesso em: 20/07/2021.

APÊNDICE A – PERFIL DA AMOSTRA

Variáveis	Categorias	Frequência	Freq. Acumulada	%	% Acumulado
Gênero	Masculino	9	9	27,27%	27,27%
	Feminino	24	33	72,73%	100,00%
Faixa de idade	Até 30 anos	11	11	33,33%	33,33%
	31 a 40 anos	11	22	33,33%	66,67%
	41 a 50 anos	11	33	33,33%	100,00%
	50 anos acima	0	33	0,00%	100,00%
Relações pessoais	Casado(a)	19	19	57,58%	57,58%
	Solteiro(a)	12	31	36,36%	93,94%
	Outros	2	33	6,06%	100,00%
Número de filhos	Não tem filhos	13	13	39,39%	39,39%
	1 filho	6	19	18,18%	57,58%
	2 filhos	12	31	36,36%	93,94%
	3 filhos ou mais	2	33	6,06%	100,00%
Renda familiar	Até 2 salários mínimos	20	20	60,61%	60,61%
	3 a 5 salários mínimos	11	31	33,33%	93,94%
	Acima de 5 salários mínimos	2	33	6,06%	100,00%
Há quanto tempo leciona	1 ano	4	4	12,12%	12,12%
	2 a 5 anos	5	9	15,15%	27,27%
	6 a 10 anos	6	15	18,18%	45,45%
	Mais de 10 anos	18	33	54,55%	100,00%
Há quanto tempo leciona nesta instituição	1 ano	16	16	48,48%	48,48%
	2 a 5 anos	10	26	30,30%	78,79%
	6 a 10 anos	4	30	12,12%	90,91%
	Mais de 10 anos	3	33	9,09%	100,00%
Leciona em qual nível de ensino	Educação infantil	7	7	21,21%	21,21%
	Ensino fundamental 9 anos – anos iniciais	7	14	21,21%	42,42%
	Ensino fundamental 9 anos – anos finais	13	27	39,39%	81,82%
	Ensino médio	6	33	18,18%	100,00%

Fonte: Dados da pesquisa elaborado pelo autor.

ANEXO A – MASLACH BURNOUT INVENTORY (MBI)

1. Sinto-me emocionalmente esgotado(a) com o meu trabalho.
2. Sinto-me esgotado(a) no final de um dia de trabalho.
3. Sinto-me cansado(a) quando me levanto pela manhã e preciso encarar outro dia de trabalho.
4. Posso entender com facilidade o que sentem as pessoas.
5. Creio que trato algumas pessoas como se fossem objetos.
6. Trabalhar com pessoas o dia todo me exige um grande esforço.
7. Lido eficazmente com o problema das pessoas.
8. Meu trabalho deixa-me exausto(a).
9. Sinto que através do meu trabalho influencio positivamente na vida dos outros.
10. Tenho me tornado mais insensível com as pessoas.
11. Preocupa-me o fato de que este trabalho esteja me endurecendo emocionalmente.
12. Sinto-me com muita vitalidade.
13. Sinto-me frustrado(a) com meu trabalho.
14. Creio que estou trabalhando em demasia.
15. Não me preocupo realmente com o que ocorre às pessoas a que atendo.
16. Trabalhar diretamente com as pessoas causa-me estresse.
17. Posso criar facilmente uma atmosfera relaxada para as pessoas.
18. Sinto-me estimulado(a) depois de trabalhar em contato com as pessoas.
19. Tenho conseguido muitas realizações em minha profissão.
20. Sinto-me no limite de minhas possibilidades.
21. Sinto que sei tratar de forma adequada os problemas emocionais no meu trabalho.
22. Sinto que as pessoas culpam-me de algum modo pelos seus problemas.

Fonte: *Maslach Burnout Inventory*

ANEXO B – RESULTADO DO INSTRUMENTO MBI

	Nunca	Algumas vezes ao ano	Algumas vezes ao mês	Algumas vezes na semana	Diariamente
1. Sinto-me emocionalmente esgotado(a) com o meu trabalho.	2	10	11	9	1
2. Sinto-me esgotado(a) no final de um dia de trabalho.	1	6	11	9	6
3. Sinto-me cansado(a) quando me levanto pela manhã e preciso encarar outro dia de trabalho.	2	11	8	9	3
4. Posso entender com facilidade o que sentem as pessoas.	0	1	4	9	19
5. Creio que trato algumas pessoas como se fossem objetos.	27	4	2	0	0

6. Trabalhar com pessoas o dia todo me exige um grande esforço.	6	10	8	4	5
7. Lido eficazmente com o problema das pessoas.	1	2	8	13	9
8. Meu trabalho deixa-me exausto(a).	3	14	5	9	2
9. Sinto que através do meu trabalho influencio positivamente na vida dos outros.	1	1	2	4	25
10. Tenho me tornado mais insensível com as pessoas.	17	5	4	2	5
11. Preocupa-me o fato de que este trabalho esteja me endurecendo emocionalmente.	20	4	5	3	1
12. Sinto-me com muita vitalidade.	2	2	10	12	7
13. Sinto-me frustrado(a) com meu trabalho.	11	12	5	5	0
14. Creio que estou trabalhando em demasia.	4	10	6	6	7
15. Não me preocupo realmente com o que ocorre às pessoas a que atendo.	29	3	0	1	0
16. Trabalhar diretamente com as pessoas causa-me estresse.	7	11	7	8	0
17. Posso criar facilmente uma atmosfera relaxada para as pessoas.	3	5	6	9	10
18. Sinto-me estimulado(a) depois de trabalhar em contato com as pessoas.	2	1	8	11	11
19. Tenho conseguido muitas realizações em minha profissão.	0	10	9	5	9
20. Sinto-me no limite de minhas possibilidades.	9	10	6	5	3
21. Sinto que sei tratar de forma adequada os problemas emocionais no meu trabalho.	1	3	6	13	10
22. Sinto que as pessoas culpam-me de algum modo pelos seus problemas.	16	8	4	3	2
Média					

Fonte: Dados da pesquisa