



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS I - CAMPINA GRANDE
CENTRO DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO
CURSO DE LICENCIATURA EM PEDAGOGIA**

ROSALVA DE OLIVEIRA

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES

**CAMPINA GRANDE-PB
2016**

ROSALVA DE OLIVEIRA

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES

Monografia apresentada ao Curso de Graduação em Pedagogia da Universidade Estadual da Paraíba, em cumprimento à exigência para obtenção do grau de licenciada em Pedagogia.

Orientadora: Prof. Dra. Maria da Guia Rodrigues Rasia

**CAMPINA GRANDE-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.

O48s Oliveira, Rosalva de
Síndrome de Burnout em professores [manuscrito] / Rosalva de Oliveira. - 2016.
44 p. : il. color.

Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Pedagogia) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Educação, 2016.
"Orientação: Profa. Dra. Maria da Guia Rodrigues Rasia, Departamento de Educação".

1.Síndrome de Burnout. 2.Professores 3.Trabalho. 4. Doença. I. Título.

21. ed. CDD 158.7

ROSALVA DE OLIVEIRA

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES


Monografia apresentada ao Curso de Graduação em Pedagogia da Universidade Estadual da Paraíba, em cumprimento à exigência para obtenção do grau de licenciada em Pedagogia.

Aprovada em: 24/10/2016.


BANCA EXAMINADORA



Prof. Dra. Maria da Guia Rodrigues Rasia (UEPB)
orientadora



Prof. Me. Rosemary Alves de Melo (UEPB)
examinadora



Prof. Me. Valnisa Maria Carneiro (UEPB)
examinadora

Dedico este trabalho a Deus, meu *refúgio e força*, por tudo que me proporcionou na vida,
A minha mãe, pelo exemplo de vida e família.
Ao meu esposo pela paciência e colaboração.
A minha família por tudo que me ajudaram até
hoje.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço a Deus por ter me dado à oportunidade de concluir mais essa etapa na minha vida.

A você, exemplo de garra, coragem e esperança, a quem tenho a honra de chamar de mãe.

Ao meu esposo José, pela paciência, colaboração e dedicação dispensadas a mim.

A minha família que sempre me apoiou e ensinou a importância da persistência na realização dos sonhos.

As minhas amigas Janis Cleide, Jocilene Tavares, Ana Carolina, Emanuela, Yara, Luana, Rárami, Luciana, Cristina, Raquel, Marylane e Catarina pelos momentos agradáveis de convívio durante a caminhada do curso.

A minha orientadora Maria da Guia Rodrigues Rasia pela paciência, competência e dedicação na execução do trabalho, agradeço infinitamente.

As professoras Rosemary Alves de Melo e Valnisa Maria Carneiro por disponibilizarem seu tempo para participar da banca.

As colegas da universidade, algumas mais próximas, outras nem tanto, mas que de alguma forma contribuíram para que eu chegasse até aqui.

A todos meu carinho e muito obrigada.

“Feliz o homem que acha sabedoria, e o homem que adquire conhecimento; porque melhor é o lucro ela dá do que o da prata, e melhor a sua renda do que o ouro mais fino, mais preciosa é do que pérolas, e tudo o que podes desejar não é comparável a ela”.
Provérbios 3:13 a 15.

RESUMO

O presente estudo tem como objetivo conhecer as causas da Síndrome de Burnout em professores. A abordagem metodológica é de cunho qualitativa. Utilizamos como instrumentos de coleta de dados para a pesquisa, a observação no ambiente educacional e entrevistas com professores que adquiriram a síndrome. Nos fundamentamos em autores como Dejours, Kuenzer, Carloto, entre outros para conhecermos ao conceito da síndrome de burnout. Essa síndrome se diferencia das demais patologias como, por exemplo, o estresse, pois está diretamente relacionada ao ambiente no qual o indivíduo trabalha, ou seja, há uma interferência em sua vida profissional e não necessariamente na vida pessoal. A profissão acaba se tornando exaustiva e desmotivante para o mesmo. Entrevistamos dois professores que foram diagnosticados com tal síndrome. Ao final da investigação concluímos que a Síndrome de Burnout, adquirida pelo professor pode afetar também a aprendizagem dos alunos, pois a motivação que existia antes dá lugar a uma gama de outros sentimentos pela escola e pelos discentes. A doença ainda é desconhecida pela maioria das pessoas e também por alguns médicos e assim o profissional da educação que adquire a síndrome não tem condições de tratá-la como uma patologia real e poucos são afastados do trabalho por esse motivo. Constatamos, também, que a realidade vivida pelos docentes atualmente nos mostra o aumento do índice da síndrome entre os professores devido às condições de trabalho em que os mesmos são submetidos. Desse modo, entendemos que à medida em que conhecemos melhor essa síndrome e identificamos as dimensões que ela pode atingir, podemos buscar ações que nos ajudam a preveni-la.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout. Professores. Trabalho. Doença.

ABSTRACT

This present study have aim to know the causes of burnout syndrome in teachers. The methodological approach is qualitative in nature. We used as data collection instruments for research, observation in the educational environment and interviews with teachers who have acquired the syndrome. We have based on authors such as Dejours, Kuenzer, Carlotto, among others to know the concept of burnout syndrome. This syndrome differentiates from other pathologies such as, for example, stress, because it is directly related to the environment in which the individual works, ie there is an interference in your professional life and not necessarily in personal life. The profession turns out to be exhausting and demotivating for the same. We interviewed two teachers who have been diagnosed with this syndrome. At the end of the investigation we concluded that the burnout syndrome, acquired by the teacher can also affect student learning, because the motivation that existed before gives rise to a range of other feelings by schools and by students. The disease is still unknown to most people and also by some doctors and so professional education getting the syndrome can't afford to treat it as a real pathology and few are away from work for this reason. We note also that the reality experienced by teachers currently shows increasing syndrome rate among teachers due to the working conditions in which they are submitted. Thus, we understand that the measure as they know best this syndrome and we identify the dimensions that it can achieve, we seek actions that help us to prevent it.

Keywords: Burnout Syndrome. Teachers. Work. Illness.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	09
2	SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES.....	12
2.1	Burnout X Estresse.....	12
2.2	Síndrome de Burnout.....	14
2.3	Origem do termo Burnout.....	16
2.4	A Síndrome de Burnout como doença do trabalho.....	17
2.5	A precarização do trabalho docente.....	18
2.6	Quantos turnos o professor trabalha.....	20
2.7	Adoecimento do Professor.....	23
2.8	Burnout em Professores.....	26
3	METODOLOGIA	26
4	SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES: UMA RESPOSTA AO ESTRESSE E A EXAUSTÃO EMOCIONAL.....	32
	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	36
	REFERÊNCIAS.....	38
	APÊNDICES	42
	APÊNDICE: Entrevista realizada com os professores.....	42
	ANEXOS.....	43
	ANEXO: Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.....	43

1. INTRODUÇÃO

A profissão de professor hoje é uma das mais desgastantes da sociedade, quando o sujeito decide ser professor (a), sabe (ou não) que irá lidar com diferentes situações, com personalidades distintas, com realidades diversas e que terá muitos sucessos e fracassos em sua trajetória, além de problemas que podem levar ao adoecimento do mesmo.

A nossa pesquisa propõe buscar respostas sobre a Síndrome de Burnout em professores, doença que já atinge vários profissionais de educação. A escolha do tema deu-se ainda no decorrer do curso de pedagogia quando fizemos um trabalho sobre o assunto no componente curricular de Psicopedagogia, o que nos motivou para uma pesquisa mais aprofundada, pois o professor (a) é uma das partes mais relevantes no processo educativo, contudo, se ele (a) adoecer a educação adoecer junta. “Desde os primórdios da cultura grega, o professor se encontra em uma posição de importância vital para o amadurecimento e a difusão da cultura”. (CHALITA, 2004. P.164)

O objetivo do nosso trabalho é descobrir o que leva o educador (a) a adquirir a Síndrome de Burnout (SB) e mostrar que o professor (a), parte de grande importância para a educação, sofre as consequências de um sistema falido e de uma sociedade que não se importa e negligencia a todo o momento o processo educacional, o levando a não aguentar a pressão o fazendo adoecer podendo adquirir a tal síndrome. O educador (a) tem que suportar, muitas vezes, as cobranças de pais, responsáveis e da sociedade em geral, aguentar as piores condições de trabalho, ser mal remunerado, tachado de preguiçoso, escutar que não trabalha, entre muitas outras coisas e tentar resistir a tudo isso sem adoecer física e mentalmente.

A organização do trabalho, neste sentido, pode comprometer imediatamente o equilíbrio psicossomático. [...] A organização do trabalho é causa de uma fragilização somática, na medida em que ela pode bloquear os esforços do trabalhador para adequar o modo operatório às necessidades de sua estrutura mental. (DEJOURS, 1991, p.128)

É importante destacar que o professor (a) é a parte mais relevante no sistema educativo, à vista disso, nosso trabalho busca expor que se o educador (a) não é tratado com dignidade, pode adoecer. Isto posto, buscamos nesta pesquisa mostrar que embora a educação esteja voltada apenas para o aluno, esquece-se de uma parte muito importante nesse processo que é o professor (a). O educador que se dedica e se empenha em fazer um trabalho

educacional de qualidade, muitas vezes não consegue e acaba adoecendo por somatizar as pressões de uma sociedade tão omissa com a educação.

Utilizamos como base para nossa pesquisa autores como Dejours (1991), Kuenzer (1989), Pereira (2001, 2002, 2003), Carlotto (2002, 2011), entre outros, além de manuais de saúde do trabalhador, no qual foi possível reunir ferramentas importantes para desenvolvermos o trabalho, o que nos possibilitou uma compreensão mais aprofundada sobre o tema proposto e nos ajudou em uma análise mais completa diante dos dados colhidos durante a pesquisa, pois o professor(a) é um instrumento de grande importância no sistema educacional como um todo e precisa de um olhar mais cuidadoso do sistema e da sociedade em geral. O trabalho está estruturado em quatro capítulos. No primeiro expomos os problemas enfrentados pelos professores (as) para realizar suas atividades, muitas das vezes sem sucesso, que, por sua vez somam-se com as pressões sofridas pelo mesmo e acaba transformando o prazer em trabalhar em um verdadeiro martírio e em grande sofrimento para o educador (a), são largados a própria sorte e sozinhos não conseguem sair desse emaranhado de sintomas que a SB causa no mesmo, são totalmente menosprezados e tachados de fracós, incompetentes ou incapazes.

No capítulo seguinte procuramos mostrar que é necessário diferenciarmos a Síndrome de Burnout do estresse, pois a Burnout vai além deste, sendo o estresse apenas um processo temporário no qual o cérebro procura se adaptar as novas modificações físicas e mentais enquanto que a Burnout está relacionada diretamente com o mundo do trabalho e afeta pessoas que lidam pessoalmente com o público. Apresentamos a origem do termo Burnout e a síndrome como doença do trabalho que até então é pouco conhecida até mesmo pelos médicos e assim para se ter um diagnóstico preciso da síndrome pode-se levar anos. A síndrome está na classificação internacional de doenças, CID 10, sob o código *Z73.0*, como Síndrome do Esgotamento Profissional.

O terceiro capítulo refere-se à metodologia. Adotamos a pesquisa de cunho qualitativa com leituras sobre o tema proposto para uma maior compreensão, fizemos observações no campo educacional e por fim entrevistas com professores para realizarmos uma análise mais aprofundada sobre a SB.

No quarto capítulo fizemos uma análise dos dados apresentados. Realizamos um confronto entre as falas dos entrevistados com as teorias e as observações no ambiente educacional. Os resultados encontrados foram decisivos para a conclusão da nossa pesquisa,

no qual pudemos observar com um olhar mais criterioso acerca do acometimento da SB. Desta maneira, esperamos ter contribuído para estudos posteriores e mais avançados sobre a síndrome bem como colaborar com a educação e o cuidado que o professor(a) merece ter.

2. SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES

2.1. Burnout X Estresse

Atualmente com o mundo globalizado e cada vez mais competitivo, as pessoas procuram fazer várias coisas ao mesmo tempo e com tanta diversidade e adversidades é preciso estar preparado para os problemas e desafios que constantemente aparecem ao longo do caminho percorrido.

Quando as pessoas buscam soluções para seus problemas e o cérebro interpreta essa situação como uma coisa ameaçadora, começam a aparecer sintomas de que alguma coisa não vai bem. Esses sintomas podem ser de estresse ou no caso de alguns profissionais, que lidam diretamente com o público, como médicos, enfermeiros, policiais e professores, poderá vir a ser algo mais sério, como a Síndrome de Burnout (SB), que aqui é nosso objeto de estudo.

Para entendermos o que vem a ser a SB é necessário primeiramente que se faça uma diferenciação entre Burnout e Estresse. Destacaremos aqui a concepção de estresse segundo alguns autores.

Segundo o Minidicionário Ruth Rocha (2001, p.261), “estresse é uma exaustão como reação a trauma, excesso de trabalho ou atividade física”. Conforme o dicionário Aurélio, estresse significa “conjunto das perturbações orgânicas e psíquicas provocadas por vários estímulos ou agentes agressores, como o frio, uma doença infecciosa, uma emoção, um choque cirúrgico, condições de vida muito ativa e trepidante”. Estresse é derivado do latim e foi empregado popularmente no século XVII significando *fadiga, cansaço*. A partir dos séculos XVIII e XIX o termo estresse aparece relacionado com o conceito de *força, esforço, tensão*. (Vieira Guimarães e Martins, 1999, p.213). O estresse nesse caso é um processo apenas temporário, de pequena duração, no qual o cérebro procura se adaptar as modificações físicas e mentais, e uma vez o cérebro conseguindo essa adaptação, o sujeito volta a sua vida normal.

Para Pereira (2002, p.26), a palavra estresse obteve tamanha difusão, que acabou por se transformar quase que em um sinônimo de qualquer tipo de mudança, em geral negativa, sentida pelo indivíduo. É comum se ouvir um “*não me estresse*” nos casos em que uma pessoa se sinta pressionada, entristecida ou venha ter alguma expectativa (boa ou ruim) por algo que possa vir a acontecer. O menor sentimento de ansiedade ou tensão se atribui ao estresse, e no emprego cotidiano (e por vezes até mesmo no meio científico) observa-se uma

confusão, pois o estresse é encarado tanto como o elemento desencadeante como o resultado da evolução.

O endocrinologista Hans Selye (1965, p.54), apud Luciano (2012, p.37), definiu o estresse como “o estado manifestado por uma síndrome específica que consiste em todas as mudanças não específicas induzidas dentro de um sistema biológico”. Nos dias atuais, “os estudos e as publicações sobre estresse e seus efeitos abrangem não só as consequências do estresse no corpo e na mente humana, mas também suas implicações para a qualidade de vida da humanidade”. (LIPP, 1996, p.19). Segundo Lazarus e Folkman (1984) apud Pereira et al (2011, p.1), o estresse se dá quando a avaliação sobre um determinado evento ou situação indica que não existem recursos suficientes para o enfrentamento. No estresse há um rompimento do equilíbrio interno – *homeostase* -, sendo que o organismo, através de uma série de mecanismos, tenta recuperar o equilíbrio perdido. O processo de estresse possui três etapas, sendo elas:

- a) alarme, quando o agente estressor é percebido, ativando de forma intensa o organismo para seu enfrentamento;
- b) resistência, em que há uma adaptação em função da ameaça sentida;
- c) e de esgotamento, quando o organismo, após o emprego das estratégias possíveis, se desgasta, vindo muitas vezes a sucumbir.

Assim, o sujeito apresenta vários sintomas psicossomáticos que vão se intensificando e caso este estado de estresse continue, pode gerar problemas mais sérios, a pessoa poderá se sentir pressionada por vários fatores, acarretando um estado crítico na situação e levando até mesmo a morte. Todas as pessoas, independentemente do sexo e idade podem desenvolver o estresse. Entretanto uma das variáveis que tem merecido destaque nos estudos realizados nas duas últimas décadas é a profissão, uma vez que as características do trabalho são decisivas para o adoecimento psíquico e físico (PEREIRA, YAEGASHI e ALVES, 2011, p.1).

A Síndrome de Burnout pode ser entendida como um estresse característico do ambiente do trabalho, visto que é nesse ambiente que ocorrem o aparecimento dos agentes estressores e começam a acontecer as manifestações que mais a frente serão apresentadas.

O Burnout é a resposta a um estado prolongado de estresse, ocorre pela cronificação deste, quando os métodos de enfrentamento falharam ou foram insuficientes. Enquanto o estresse pode apresentar aspectos positivos ou negativos, o Burnout tem sempre um caráter negativo (distresse). Por outro

lado, o Burnout está relacionado com o mundo do trabalho, com o tipo de atividades laborais do indivíduo (PEREIRA, et al, 2003, p.45)

O Manual de Procedimentos para o Serviço de Saúde (2001) diz que é necessário que se faça uma diferenciação entre estresse e burnout, uma vez que o burnout é “uma resposta ao estresse laboral crônico” já que a conduta e atitudes do indivíduo com burnout são negativas em relação ao seu ambiente de trabalho e seu convívio social trazendo um prejuízo não só ao trabalhador, mas também ao ambiente onde ele realiza suas atividades. Assim, o sujeito com Burnout tem sua vida profissional, social e pessoal prejudicadas. A síndrome prejudica os objetivos educacionais, pois o professor se vê infeliz e incapaz de produzir os resultados esperados pelo ambiente educacional, pela sociedade e principalmente por ele mesmo, o educador se autoavalia negativamente afetando a sua maneira de trabalhar e a sua interação com os demais profissionais.

2.2. Síndrome de Burnout

A síndrome do esgotamento profissional, aqui estudada como Síndrome de Burnout (SB) está relacionada diretamente ao mundo do trabalho, conforme Borges e Codo (1996) apud Luciano (2012, p.33), “O trabalho tem importância fundamental no processo de viver saudável, sendo o eixo norteador da vida e um dos caracteres associados à identidade individual”.

Sendo assim, o trabalho é considerado um norte para o indivíduo, ou seja, é entre outros, no trabalho que o sujeito se encontra como agente atuante e colaborador da sociedade em que está inserido, mas quando a sua ocupação não dá a satisfação esperada, este passa a ter problemas no ambiente profissional. Pereira (2002, p.13) quando cita Dejours (1992) destaca que “o trabalho nem sempre possibilita crescimento, reconhecimento e independência profissional, pois muitas vezes causa problemas de insatisfação, desinteresse, irritação, exaustão”.

Segundo Ferenhof (2002, p.1) a SB apresenta-se hoje como um dos grandes problemas psicossociais que estão a afetar profissionais de diversas áreas. Esta realidade tem gerado grande interesse e preocupação não só da comunidade científica internacional, mas também de entidades governamentais, empresariais, educacionais e sindicais no Brasil, devido à severidade das consequências, tanto individuais quanto organizacionais, apresentadas pela síndrome, especialmente como fator de interferência nas relações interpessoais do professor (a).

São várias as denominações que diferentes autores vêm adotando para o mesmo fenômeno, Como: estresse laboral, estresse laboral assistencial, estresse profissional, estresse ocupacional, síndrome de queimar-se pelo trabalho, neurose de excelência, síndrome de esgotamento profissional ou algumas dessas designações como sinônimas entre si. (LUCIANO, 2012, p.36)

A Síndrome de Burnout pode afetar qualquer trabalhador que lida diretamente com o público, profissionais como médicos, enfermeiros, policiais e professores que nesse caso é nosso objeto de estudo, são entre as categorias, os mais afetados. Veja o gráfico:



Fonte: google imagens

Para Pereira (2002, p.18), “estudar e compreender o burnout justifica-se na medida em que tais investigações permitem a possibilidade de prevenção e de intervenção sobre os processos que desencadeiam esta síndrome, minimizando as suas consequências”. A SB pode ser entendida como uma doença que atrapalha a vida do indivíduo, suas consequências vão além do ambiente do trabalho, levando a pessoa a uma exaustão total e ao abandono de suas atividades, sejam elas pessoais ou profissionais.

O ministério da Saúde, no Manual de Procedimentos para o Serviço de Saúde, define a Síndrome de Burnout como “um tipo de resposta prolongada a estressores emocionais e interpessoais crônicos no trabalho. Tem sido descrita como resultante da vivência profissional em um contexto de relações sociais complexas, envolvendo a representação que a pessoa tem de si e dos outros. [...]. O trabalhador perde o sentido de sua relação com o trabalho, desinteressa-se e qualquer esforço lhe parece inútil”. (BRASIL, 2001, p.191).

A doença vai acontecendo dentro de um processo gradual, seus sintomas vão se acumulando até que o sujeito não é mais capaz de suportar as pressões dentro e fora do ambiente de trabalho e dessa forma adquire a síndrome. Há 12 estágios pelo qual o indivíduo com Burnout passa que vão se acumulando paralelamente, mas os que mais se destacam são o cansaço e a fadiga, uma resposta do corpo ao processo de Burnout já que o sujeito não tem

ânimo nem motivação alguma para realizar suas atividades. Segundo Galvão (2015, p.1), os estágios são os seguintes:

1. Necessidade de se afirmar – provar ser capaz de tudo, sempre;
2. Dedicção intensificada – com predominância da necessidade de se fazer tudo sozinho;
3. Descaso com as necessidades pessoais – comer, dormir, sair com os amigos começam a perder o sentido;
4. Recalque de conflitos – o portador percebe que algo não vai bem, mas não enfrenta o problema. É quando ocorrem as manifestações físicas;
5. Reinterpretação dos valores – isolamento, fuga dos conflitos. O que antes tinha valor sofre desvalorização: lazer, casa, amigos, e a única medida da autoestima é o trabalho;
6. Negação de problemas – nessa fase os outros são completamente desvalorizados e tidos como incapazes. Os contatos sociais são repelidos, cinismo e agressão são os sinais mais evidentes;
7. Recolhimento – aversão a grupos, reuniões – comportamento antissocial.
8. Mudanças evidentes de comportamento – perda do humor, não aceitação de comentários, que antes eram tidos como naturais.
9. Despersonalização – ninguém parece ter valor, nem mesmo a pessoa afetada. A vida se restringe a atos mecânicos e distância do contato social – prefere e-mails e mensagens.
10. Vazio interior – sensação de desgaste, tudo é difícil e complicado.
11. Depressão – marcas de indiferença, desesperança, exaustão. A vida perde o sentido;
12. E, finalmente, a síndrome do esgotamento profissional propriamente dita, que corresponde ao colapso físico e mental.

2.3. Origem do termo Burnout

O termo Burnout é de origem inglesa que compõe duas palavras, **Burn** que significa “queimar”, e **Out** que quer dizer “fora”, ou seja, “queimar por fora”. Nesse caso, o termo Burnout é usado para designar uma pessoa que está em estado de alerta constante, ou seja, o sujeito está bastante estressado, esgotado e suas atividades estão comprometidas.

O termo foi utilizado como força de gíria em 1940 por militares e engenheiros mecânicos para designar uma pane em turbinas de jatos ou

outros motores. Posteriormente, a gíria *burnout* foi utilizada por profissionais da área de saúde para designar o estado extremamente debilitado e comprometido dos usuários de droga. (JBEILI, 2008, p.9)

Conforme Murofuse, Abranches e Napoleão (2005, p.258), o termo Burnout foi utilizado pela primeira vez em 1974 por Freudenberger, que descreveu a síndrome como uma sensação de fracasso e exaustão, isso se dava ao grande desgaste de energia e de recursos que o profissional gastava enquanto lidava diretamente com pacientes dependentes químicos. Esses profissionais reclamavam de seus pacientes, já que os mesmos não se esforçavam em parar de usar drogas. Os profissionais já esgotados relatavam que nem desejavam acordar para ir ao trabalho por acharem ser incapazes de alcançar seus objetivos, sentindo-se derrotados.

2.4. A Síndrome de Burnout como doença do trabalho

A Síndrome de Burnout ou Síndrome do Esgotamento Profissional está na lista de doenças que estão relacionadas ao trabalho sob o código *Z73.0* na classificação internacional de doenças, CID 10, como uma doença relacionada ao trabalho que leva o paciente a procurar os serviços de saúde.

As leis brasileiras de auxílio ao trabalhador já contemplam a síndrome de Burnout. No Decreto Lei nº 3.48/1999, de 06 de maio de 1996, que dispõe sobre a Regulamentação da Previdência Social, em seu anexo II, que trata dos agentes patogênicos causadores de doenças profissionais, conforme no art. 20 da Lei nº 8.213/1991, ao se referir aos transtornos mentais e do comportamento relacionado ao trabalho (GRUPO V do CID-10), no inciso XII aponta a sensação de estar acabado (“síndrome de *burnout*”, “síndrome do Esgotamento Profissional”) (*Z73. 0*). (LUCIANO, 2012, p.36)

Conforme o Manual de Procedimentos para o Serviço de Saúde (2001), a relação do Burnout ou do esgotamento profissional com o trabalho, segundo a CID-10, poderá estar vinculada aos “fatores que influenciam o estado de saúde.” São eles:

- ritmo de trabalho penoso (*Z56.3*);
- outras dificuldades físicas e mentais relacionadas ao trabalho (*Z56.6*).

Os sintomas da Síndrome de Burnout (SB) são variados e no estágio inicial são os mesmos sinais do estresse e da depressão, porém, os sintomas vão se agravando ao longo do tempo e se efetivando nos estágios mais avançados da doença. Para Luciano (2012, p.30), “A Síndrome de Burnout caracteriza-se por Exaustão Emocional (EE), a Despersonalização (DE), a diminuição da Realização Pessoal e Profissional (RP)”. Os sintomas psicológicos da doença

vão aparecendo aos poucos e pode levar o indivíduo ao diagnóstico de estresse, depressão, ansiedade, entre outros, doenças essas atribuídas ao estilo de vida que se leva hoje em dia.

Dentre os *sintomas físicos*, Pereira (2002) destaca: fadiga constante progressiva, distúrbios do sono, dores musculares ou osteomusculares, cefaléias, enxaquecas, perturbações gastrointestinais, imunodeficiência, transtornos cardiovasculares, distúrbios do sistema respiratório, disfunções sexuais, alterações menstruais nas mulheres. Quanto aos *sintomas psíquicos*, a autora cita: falta de atenção e de concentração, alterações de memória, lentificação do pensamento, sentimento de alienação, sentimento de solidão, impaciência, sentimento de insuficiência, baixa autoestima, labilidade emocional, dificuldade de auto-aceitação, astenia, desânimo, disforia, depressão, desconfiança, paranóia. No que se refere aos *sintomas comportamentais*, a autora aponta: negligência ou excesso de escrúpulos, irritabilidade, incremento da agressividade, incapacidade para relaxar, dificuldade na aceitação de mudanças, perda de iniciativa, aumento do consumo de substâncias (álcool, calmantes, etc.), comportamento de alto risco, suicídio. Por fim, no que diz respeito aos *sintomas defensivos*, a autora destaca: tendência ao isolamento, sentimento de onipotência, perda do interesse pelo trabalho (ou pelo lazer), absenteísmo, ironia, cinismo.

Maslach e Leiter (1997) apud Luciano (2012, p.30) diz que, os indivíduos com a SB estão sujeitos a largar o emprego, investem menos tempo e energia no trabalho, fazem apenas o que é estritamente necessário e faltam ao trabalho com muita frequência. Logo, trabalham menos e não trabalham bem. Assim sendo, tal síndrome é consequência de um estresse excessivo no trabalho, as pessoas que lidam de forma intensa com sujeitos variados e situações diversas e adversas estão mais predispostos a adquiri-la.

Conforme Jbeili (2008, p.14), o diagnóstico da SB só pode ser realizado por médico ou psicoterapeuta, levando em consideração as características peculiares das três dimensões da doença, que são: O esgotamento emocional, a despersonalização e o envolvimento pessoal no trabalho. Para o Manual de Procedimentos para o Serviço de Saúde no quadro clínico podem ser identificados:

- história de grande envolvimento subjetivo com o trabalho, função, profissão ou empreendimento assumido, que muitas vezes ganha o caráter de missão;
- sentimentos de desgaste emocional e esvaziamento afetivo (exaustão emocional);
- queixa de reação negativa, insensibilidade ou afastamento excessivo do público que deveria receber os serviços ou cuidados do paciente (despersonalização);

- queixa de sentimento de diminuição da competência e do sucesso no trabalho.

Geralmente, estão presentes sintomas inespecíficos associados, como insônia, fadiga, irritabilidade, tristeza, desinteresse, apatia, angústia, tremores e inquietação, caracterizando síndrome depressiva e/ou ansiosa. O diagnóstico dessas síndromes associado ao preenchimento dos critérios acima leva ao diagnóstico de *síndrome de esgotamento profissional*. O Manual de Procedimentos Para o Serviço de Saúde (2001) coloca que o tratamento da *síndrome de esgotamento profissional* envolve psicoterapia, tratamento farmacológico e intervenções psicossociais. Entretanto, a intensidade da prescrição de cada um dos recursos terapêuticos depende da gravidade e da especificidade de cada caso.

2.5. A precarização do trabalho docente

A escolha da profissão é sem dúvida um dos mais relevantes momentos na vida do indivíduo: é na ocupação profissional que o sujeito se realiza e se encontra enquanto cidadão ativo dentro da sociedade em que está inserido.

Para Picado (2009), a escolha da profissão e suas condições para o exercício da mesma é um fator decisivo na formação da identidade do sujeito, levando-o a graus de satisfação diferenciados principalmente quando se diz respeito à maneira e a forma como é exercida essa atividade. Quando o sujeito escolhe a atividade docente como profissão, ele não espera tantos problemas em sua trajetória. A escolha da profissão de educador (a) é cheia de ideais e desejos de realizações bem sucedidas. Segundo Carlotto (2011, p.403), “a atividade docente, entendida em tempos passados como uma profissão vocacional de grande satisfação pessoal e profissional tem dado lugar ao profissional de ensino excessivamente atrelado a questões técnicoburocráticas”. Dessa forma o professor (a), que antes em seu trabalho, tinha que dar conta de ensinar, hoje ele está com uma gama de tarefas a serem realizadas que vão além da sala de aula. O professor, além de ensinar, tem que ser muitas vezes, pai, mãe, professor, médico, atuar como psicólogo, psicoterapeuta, entre várias outras coisas.

Por ter que atuar em diversas situações ao mesmo tempo, o docente se sente desafiado e tenta fazer malabarismos para conter alunos muitas vezes malcriados, desinteressados e ociosos, pais que cobram além do que o professor (a) pode oferecer, gestores muitas vezes autoritários ou ditadores e ainda colegas em seu setor de trabalho que por vezes mais atrapalha do que ajuda. A todo o momento o professor (a) se vê em estado de exigências e de tensão seja no ambiente escolar ou em casa com provas para corrigir, planejamentos para

fazer entre outros afazeres. Somados a essas questões temos ainda a precariedade no trabalho e os salários baixos.

É comum o educador, preencher lacunas existentes dentro da escola, no sistema educacional, na família, na sociedade e, mesmo assim, o professor (a) é por vezes ridicularizado em sala de aula e seu trabalho é desvalorizado dentro da própria sociedade e pelo sistema governamental. Em meio a essa desvalorização do educador (a) a tendência da educação escolar é cair cada vez mais, pois investimentos no professor (a) não existem de maneira alguma. Chalita declara:

O professor – eis o grande agente do processo educacional. A alma de qualquer instituição de ensino é o professor. Por mais que se invista na equipagem das escolas, em laboratórios, bibliotecas, anfiteatros, quadras esportivas, piscinas, campos de futebol – sem negar a importância de todo esse instrumental - tudo isso não se configura mais do que aspectos materiais se comparados ao papel e a importância do professor. (CHALITA, 2004; p.161).

Nos dias atuais, o professor (a) está atravessando uma grande crise existencial, falta reconhecimento, respeito e prestígio social. O educador(a), que para cumprir sua missão transforma sua profissão numa verdadeira aventura, se vê impotente diante de tantas lutas no seu dia-a-dia, tem que lidar com o descaso dos governantes, o desequilíbrio familiar, o abandono social, entre outros. Segundo Souza (2009, p.7202), “O professorado encontra-se anestesiado diante das demandas políticas, que decidem, por meio de leis, decretos e normativas, as condições de trabalho de cada sujeito operante no sistema educacional”.

Segundo a revista Nova Escola (set/2014) “a falta de tempo para planejar aulas e a necessidade de lecionar em mais de uma instituição é certamente uma das principais reclamações dos educadores.” Grande parte dos professores trabalham dois turnos ou mais, isso faz com que eles não tenham tempo para planejar as atividades de acordo com as necessidades de suas salas de aula, e esse problema consequentemente afeta os alunos e todo o sistema educacional.

2.6. Quantos turnos o professor trabalha



Fonte: Censo Escolar 2013

O professor (a) trabalha mais que a média, não possui plano de carreira estruturada, é desvalorizado pela sociedade, tudo isso atrelado aos baixos salários oferecidos a ele. Ainda há a ausência de formação necessária que por vezes acontece pela falta de tempo do mesmo, o professor que precisa dar aulas em mais de duas escolas, não encontra tempo para fazer nenhuma outra atividade. Souza (2009, p.7205) acentua que “O trabalho do professor não restringe ao tempo do lecionar propriamente dito, mas ao tempo de preparação das aulas, da pesquisa, da preparação de dispositivos avaliativos, aplicação e correção, fechamentos de relatórios de notas, etc”. O professor (a) que precisa passar o dia todo na sala de aula não encontra tempo para realizar outras tarefas em seu dia a dia.

Nessa precarização do trabalho docente encontramos uma das principais questões que são os salários baixos, o valor atual do salário base do professor de acordo com a Lei nº 11.738/2008 (Lei do Piso Nacional) é atualmente de 2.135,64 reais. Porém, nem todos os estados e municípios conseguem cumprir com essa lei, alegando problemas financeiros. Isso implica dizer que o docente para ter uma vida com mais conforto necessita ter uma jornada de trabalho dupla e por muitas vezes tripla. "A desvalorização da carreira esvazia o processo de formação inicial e diminui cada vez mais sua atratividade", explica Ximenes. (REVISTA NOVA ESCOLA, Set/2014).

Segundo Sampaio e Marin (2004 p.1210), “Esse é um fator que incide pesadamente sobre a precarização do trabalho dos professores, pois a pauperização profissional significa pauperização da vida pessoal nas suas relações entre vida e trabalho, sobretudo no que tange ao acesso a bens culturais”. Nesse caso, o professor que ganha menos, conseqüentemente gasta menos no que diz respeito à aquisição de capital cultural.

Outra faceta da intensificação do trabalho docente refere-se ao trabalho extra-sala. Uma particularidade do profissional da educação está relacionada ao tempo gasto fora da sala de aula com correções de provas, lançamentos de notas, preparação de aulas e provas, etc. Todo esse tempo gasto se torna invisível para o sistema educacional, ou seja, não contabilizado no pagamento dos professores. (ABONÍZIO, 2012, p.16)

Pesquisas realizadas ao longo dos anos mostram que os professores brasileiros estão entre os docentes mais mal pagos do mundo, ou seja, seu salário está entre os piores quando comparados com os de outros países. Isso se dá pela falta de incentivo do governo, acontece por falta de interesse governamental em assumir um sistema educativo de qualidade e para que isso ocorra é necessário que o professor seja reconhecido como a parte de grande importância e relevância nesse processo. Veja o Gráfico:



Fonte: google imagens.

Outro grande fator para a precarização do trabalho docente é a desqualificação do professor enquanto profissional, isso pode ser observado na medida em que a atividade docente vai além da sua área de formação, muitas vezes o professor (a) tem que atuar como médico, psicólogo, pai, mãe, entre outros. Ainda temos as estratégias do governo que reforçam essa desqualificação, como por exemplo, voluntariado, amigos da escola, entre outros. Isso leva a um grande problema no que diz respeito à qualidade do profissional que estuda vários anos e necessita continuar estudando para se qualificar, mas mesmo assim qualquer outro se acha no direito de ocupar o seu lugar.

A tendência para a desprofissionalização assenta naquilo a que se pode chamar mecanismo de desqualificação dos profissionais, de perda ou transferência de conhecimentos e saberes, seja para os consumidores, o público em geral, os computadores ou os manuais. (RODRIGUES, 2002, apud ABONÍZIO, 2012, P.15)

As estratégias governamentais levam os professores a um lugar em que não há saídas, ou seja, o docente precisa cumprir currículos já preestabelecidos com livros e apostilas que já vem prontos, cabendo a ele apenas executar as atividades, não dando nenhuma margem para inovar seus conteúdos. De nada adianta ter uma sala cheia de recursos se o professor (a) não tem o tempo e nem o espaço necessário para usá-los. O sistema governamental tem investido em recursos tecnológicos nas escolas, mas esquecem, ou fingem que esquecem a parte mais importante nesse processo que é o profissional.

A partir daí encontramos outro problema: o professor (a) mesmo tendo todo aparato, todo recurso necessário para a realização das suas aulas, encontra mais uma barreira, que é o sucateamento das escolas, salas de aulas lotadas, falta de espaço para a realização de suas atividades e ainda a falta de apoio até mesmo dentro do ambiente escolar. Os gestores muitas vezes amontoam os recursos dentro de uma sala trancada para professores e alunos não terem acesso a eles, alegando que pode quebrar ou danificar alguma coisa.

Contudo, nem sempre uma ótima estrutura física ou até mesmo uma vasta lista de recursos tecnológicos irão suavizar o problema do profissional de educação. A escola precisa ter sua credibilidade e para isso é necessário colocar o docente como o agente principal desse processo educacional, é preciso dar todo aporte ao mesmo e esse subsídio não pode ser temporário, deve ser um processo contínuo de investimentos no educador (a). A precarização do trabalho docente tem muitos aspectos e causa grande queda na qualidade do trabalho do professor e conseqüentemente da educação. Assim:

As condições de trabalho, ou seja, as circunstâncias sob as quais os docentes mobilizam as suas capacidades físicas, cognitivas e afetivas para atingir os objetivos da produção escolar podem gerar sobre esforço ou hipersolicitação de suas funções psicofisiológicas. Se não há tempo para a recuperação, são desencadeados ou precipitados os sintomas clínicos que explicariam os índices de afastamento do trabalho por transtornos mentais. (GAPARINI, BARRETO E ASSUNÇÃO, 2005, P.192).

Diante dessa realidade, o que o docente simplesmente consegue é preencher o tempo de aulas com conteúdos sem sentido para ele e para seus alunos, se vê incapaz de buscar alternativas para a extrema transigência dos pais e da sociedade que tira a autoridade do profissional, tira a autonomia da escola, transformando esse espaço num lugar cada vez mais permissivo e intolerante. Atrelado a tudo isso, temos a falta de respeito e consideração pelo profissional, vemos a todo tempo nas mídias e redes sociais o desrespeito que o docente está sofrendo: professores sendo agredidos psicológica e fisicamente por alunos e familiares destes. Hoje, não são raras as manifestações de hostilidade contra professores que são agredidos dentro da sala de aula pelo simples fato do aluno não gostar de uma nota ou ser repreendido pelo seu comportamento inadequado. Alunos se veem no direito de agredir seus mestres sabendo que não vai haver nenhuma punição para eles, o máximo que poderá ocorrer é uma suspensão. O professor (a) além de tudo tem que se calar diante de tais situações, pois o sistema defende que a educação é direito do aluno e dever do educador (a), mesmo com essas e outras tantas manifestações de desrespeito pelo docente.

Dessa forma, nesse universo de dificuldades em que se encontra o docente, há o impedimento de cumprir o seu trabalho, de realizar suas atividades profissionais, isola o educador (a) de tal forma que acaba atrapalhando o cumprimento de uma meta maior que é ensinar bem. Porém, para que o bom ensino ocorra, é necessário que o sistema respeite o professor (a) como tal, como pessoa responsável pela formação de humanos, tornando-o dessa

maneira um profissional forte, satisfeito bem remunerado e respeitado por todos. Sabemos que a atividade docente é entre outras, muito estressante e essa crise está levando os professores a problemas de saúde bastante sérios, isto inclui saúde física e psíquica. Qualquer indivíduo não consegue viver com tanta pressão sem ao menos ter uma válvula de escape e com o professor (a) não seria diferente. Porém o docente tem que fazer de conta que está tudo bem, pois o mesmo precisa ser exemplo para a sociedade e ainda manter seu emprego. Contudo a defasagem nas condições de trabalho em que o mesmo se encontra o leva a adoecer com mais facilidade, exige-se do educador (a) um esforço sobre-humano para realizar suas atividades no dia a dia.

2.7. Adoecimento do professor (a)

O docente é sempre um dos pontos principais de vários agentes estressores em seu ambiente de trabalho, agentes esses que dão ao professor (a) um nível de estresse bastante alto, podendo levá-lo a adoecer com mais facilidade, independentemente do nível onde ele atue, seja de escola pública ou privada.

O professor (a), como qualquer trabalhador, está exposto a uma série de fatores de risco que podem levá-lo ao adoecimento, absenteísmo e até afastamento definitivo do trabalho (SERVILHA, LEAL e HIDAHA, 2010, p.506.). As condições de trabalho, a maneira como o educador (a) precisa lidar com a educação o levam muitas vezes a adoecer dentro de um sistema em que o mesmo tem que fazer vários esforços para superar barreiras que surgem a todo o momento dentro da sala de aula e até mesmo fora dela. Considerando a escola como uma organização de trabalho que presta serviços à educação, vemos que nesse processo o professor (a) tem suas atividades educacionais examinadas constantemente por seus alunos e também pela sociedade, ou seja, nesse processo o profissional de educação sofre várias tensões dentro e fora da sala de aula.

Sorrato e Heckler (1999, p.91), apontam que:

O nível de exigência e de tensão para o trabalhador é muito maior do ponto de vista afetivo e a segunda é que o trabalhador, em função dessa demanda, precisa estar bem do ponto de vista emocional para estar em condições de desempenhar adequadamente sua função e sempre atualizado para conseguir responder às necessidades dos clientes (SORRATO E HECKLER, 1999, P.91).

Nesse caso, o professor (a) precisa estar bem psicologicamente para corresponder às necessidades educacionais de seus alunos. O importante nesse processo é apenas a aprendizagem e exige-se que o docente esteja preparado para tal feito. Além disso, ele tem que estar sempre atualizado para responder as exigências da escola e da sociedade. E dentro dessas e tantas outras exigências o professor (a) adocece, o corpo não aguenta tanta pressão, responsabilidades, barulho, irritações, agústias, sofrimento físico e mental. Esse quadro de sofrimento em que o docente se encontra evidencia-se nos índices de licenças médicas concedidas aos professores anualmente. A saúde do professor (a) é condicionada por vários fatores entre eles estão os sociais, os de organização, fatores econômicos entre outros. O profissional de educação adocece e não é pouco, várias manifestações de doenças vão ocorrendo ao longo da vida do mesmo.

Entre as várias doenças que acometem o educador (a), podemos destacar os problemas na voz, as alergias, a hipertensão, tendinites, estresse, depressão, ansiedade, entre outros, essas sendo apenas algumas das doenças que o profissional de educação pode desenvolver ao longo da sua jornada. Com relação a problemas na voz do professor (a), essa se dá pelo desconforto, a ventilação, poeiras além haver muito barulho na sala de aula e fora dela, conseqüentemente, o docente tem que falar mais e falar mais alto.

Embora na escola seu limite de tolerância seja de 50 dB o que se observa é que maior parte do tempo esse limite é ultrapassado pela convergência de sons oriundos do ambiente externo, como tráfego e construções, e interno, como o pátio, as aulas de Educação Física, recreio e professores ministrando suas aulas. Somado a tudo isso, os próprios sons gerados dentro da sala de aula, como arrastar de pés e carteiras, ruído de ventilador e vozes dos professores e alunos criam um ambiente de sons intensos e ininterruptos, impróprios para o ensino-aprendizagem, pois, ao longo do tempo, ocorre estafa de professores e alunos, que prejudica a concentração dos alunos e deteriora a qualidade da voz dos docentes (SERVILHA, LEAL, HIDAKA, 2010, p.511).

O educador (a) precisa fazer um esforço sobre-humano para controlar uma sala de aula com 50 alunos e todos eles falando ao mesmo tempo: ruídos das carteiras sendo arrastadas pelos alunos, sons vindo de fora da sala de aula, com isso o docente tem que falar mais alto para ser ouvido e assim, faz um esforço nas cordas vocais, atrapalhando e comprometendo a sua voz. A rotina de trabalho do professor (a) com oito horas ou mais de aulas por dia falando sem parar faz com que sua voz seja prejudicada. É necessário cuidados preventivos quando o assunto é a voz do profissional, pois o tratamento as vezes se torna muito caro para o mesmo: visitas a otorrinos e até mesmo a fonoaudiólogos ficam distante da realidade de alguns

professores por falta de recursos e por vezes falta de tempo. A voz é um dos principais instrumentos de trabalho do professor (a) e com o mau uso da mesma a seu trabalho pode acabar prejudicado, afetando também o sistema educacional.

Os profissionais que trabalham utilizando a voz excessivamente, como é o caso dos professores, necessitam aprender a tirar o máximo proveito de seu potencial vocal, sob pena de alterar ou comprometer seu delicado aparelho fonador por não adoção das técnicas vocais apropriadas. (ALMEIDA, 2000, p.24)

As alergias são outro problema para a saúde do professor (a), assim como os problemas na voz, as alergias vêm por causa do pó de giz, a poeira, as condições de higiene existente nas salas de aula e na escola e muitas vezes mofo em ambientes em que o educador (a) precisa transitar como nas salas de leitura, bibliotecas e sala dos professores. Muitos educadores adquirem as alergias pelas condições de trabalho em que se encontram. Batista et al (2010, p.235) afirma que “para que o professor possa desempenhar favoravelmente suas funções, é preciso que trabalhe em um ambiente que, no mínimo, lhe proporcione conforto”. Não é raro, queixa de professores sobre o ambiente de trabalho dos mesmos, a falta de qualidade e de conforto nesses lugares, isso tudo influencia na qualidade de vida dos educadores e conseqüentemente na sua saúde.

As condições de trabalho interferem diretamente na qualidade de vida do docente, o ambiente desconfortável no qual o mesmo se encontra faz com que sua saúde fique mais vulnerável, levando-o a ter problemas na sua pressão arterial e níveis de estresse cada vez mais altos. As salas quentes, o ventilador, o barulho, muitos alunos, tudo isso faz com que o professor (a) se sinta pressionado e muitas vezes estressado, causando uma sensação de sofrimento para o mesmo. Assim, com o ambiente e condições de trabalho inadequados o mesmo fica impedido de realizar suas atividades e conseqüentemente há uma queda na qualidade da educação, pois o adoecimento do profissional é uma saída para suportar tudo isso, uma maneira do corpo avisar que não está mais aguentando tanta pressão, daí surgem as doenças relacionadas ao estresse que podem ser tanto físicas ou psicológicas como é o caso da Síndrome de Burnout.

2.8. Burnout em professores

Nos dias atuais a profissão de professor é uma das mais delicadas para se realizar, o educador (a) precisa ser atualizado, dedicado, paciente, determinado, confiante, disciplinado,

entre muitas outras coisas. A profissão é muito desgastante diante de tantas atribuições dadas e muitas coisas a se fazer.

Conforme Carlotto (2011), a categoria de professor é bastante cobrada, sofre muitas críticas em relação aos seus fracassos e por vezes não é reconhecida por seus sucessos. O docente com as muitas exigências sofridas pela sociedade em geral, se sente fracassado em suas atividades, constantemente são bombardeados com autocríticas sobre si mesmos não se sentindo preparados para ministrar suas aulas e totalmente frustrados por não conseguirem realizar suas tarefas. Com cobranças cada vez mais profundas da sociedade e do próprio professor com relação a ele mesmo, este se sente pressionado e acaba somatizando as pressões em sua mente e em seu corpo, terminando por adoecer. Portanto, a maneira como é organizada o trabalho do professor (a) e as pressões sofridas por ele o expõe a fatores altamente estressantes e o docente fica sem defesa diante de um sistema controlador. Dejours afirma:

[...], não é o trabalho psíquico que aparece como primeira vítima do sistema, mas sobretudo o corpo dócil e disciplinado, entregue, sem obstáculos, a injunção da organização do trabalho, ao engenheiro de produção e à direção hierarquizada do comando. Corpo sem defesa, corpo explorado, corpo fragilizado pela privação de seu protetor natural, que é o aparelho mental. Corpo doente, portanto, ou que corre o risco de tornar-se doente. (DEJOURS, 1991, P.19)

A pressão que o professor (a) sofre em seu ambiente de trabalho o torna mais vulnerável a doenças, principalmente as doenças psicológicas. Entre essas doenças está a Síndrome de Burnout, que afeta não apenas o docente, mas também todos que estão em torno dele, isto significa dizer que a qualidade de vida do educador e das pessoas próximas a ele fica comprometida. O profissional que até então tinha o ato de educar como um prazer passa a sentir desprezo pelo que faz. Para Codo (1999), a Síndrome de Burnout pode ser definida como a síndrome da desistência do educador, ou seja, o professor, seja homem ou mulher, sente-se abatido, cansado, desanimado e não tem mais vontade de ensinar. O educador (a) que sofre com a SB se sente sem condições de atuar no seu ambiente de trabalho, o cansaço é tanto que começam a aparecer sintomas físicos como as dores de cabeça, as náuseas, dores pelo corpo entre muitas outras coisas e ainda as manifestações psicológicas que vai desde a dificuldade de concentração, depressão e até mesmo a síndrome do pânico.

A SB em professores é ainda mais grave na medida em que a doença não afeta apenas o educador (a), mas toda comunidade escolar e familiares deste diminuindo sua qualidade de

vida e afetando o serviço que ele presta em consequência do sofrimento psíquico do mesmo. De acordo com Monteiro (2000), a síndrome envolve três principais componentes, sendo eles:

Exaustão Emocional - quando o professor (a) sente que já não tem mais forças para continuar, suas energias já não são mais as mesmas do início de sua carreira, isso por causa do contato diário com o ambiente educacional;

Despersonalização – é considerada como o segundo nível da SB, acontece quando o professor (a) passa a tratar seus alunos de forma indiferente, apresentando conceitos e atitudes negativas com os mesmos, desenvolve o cinismo agindo friamente e distanciando-se dos alunos;

Baixa Realização Pessoal – um sentimento de realização pessoal bastante baixa, o educador (a) acha que não está rendendo mais como antes e passa a sentir que não contribui mais para o aprendizado dos alunos.

O educador fica vulnerável e acaba entrando em depressão. Burnout em professores é um fenômeno complexo, multidimensional, resultante da interação entre aspectos individuais e o ambiente de trabalho (KELCHEMANS, 1999 In. CARLOTTO, 2011, p.406).

Devido às condições de trabalho em que o docente se encontra hoje em dia, com a precarização, os baixos salários, a falta de reconhecimento da sociedade pelo seu trabalho, a violência nas escolas e fora dela o educador (a) fica mais exposto a adquirir a SB, perdendo um dos seus maiores bens que é a saúde mental. O corpo e a mente de qualquer trabalhador precisam estar bem para que dessa forma a trabalho seja realizado com satisfação pelo mesmo. Este não é um trabalhador qualquer; é um homem que, ao vender sua força de trabalho, se transforma em fator de produção, perdendo, junto com o controle do processo e do produto do trabalho, o controle sobre si mesmo (KUENZER, 1989, p.12). O professor (a), na maioria das vezes investe muita energia em seu trabalho e esquece-se das outras áreas como família, amigos, lazer, e isso acaba atrapalhando, causando um desequilíbrio e prejudicando sua qualidade de vida e seu bem-estar.

Para o educador, é muito difícil desistir de sua dedicação ao ensino, abandoná-la, pois o trabalho educacional lhe propicia (ou deveria propiciar) outras recompensas, que não as monetárias. Essa dificuldade gera a tendência de uma 'evolução negativa' no trabalho, afetando a habilidade profissional e a disposição de atender às necessidades dos estudantes. Além disso, o contato e o relacionamento com as pessoas usuárias do trabalho ficam prejudicados – corpo discente e docente, pessoal técnico administrativo, enfim, a organização como um todo. (FERENHOF, 2002, p.7)

A SB faz com que o educador (a) perca o controle sobre si mesmo e alguns nesse caso tendem a isolar-se sem sequer pedir ajuda, a vontade de ir ao trabalho fica comprometida, perde-se o prazer em realizar atividades relacionadas ao trabalho, as relações com colegas e alunos ficam prejudicadas, as faltas e as licenças médicas começam a ser frequentes, o professor (a) sente-se mal mas não sabe dizer exatamente o que é, aí surgem as questões não resolvidas com colegas e superiores diretos. A SB faz com que o professor (a) não sinta vontade de ir a escola dando margem a uma série de especulações por parte de colegas, diretores e equipe técnica, para estes o colega faltou por preguiça ou outra coisa. Dessa forma, a vítima passa a ser culpada por um problema que adquiriu em seu ambiente de trabalho. “Maciçamente, com efeito, emerge uma verdadeira concepção da doença, própria ao meio. Concepção dominada pela acusação. Toda doença seria, de alguma forma, voluntária: “Se a gente está doente, é porque é preguiçoso”” (DEJOURS, 1991, p.29). A SB é um processo gradual, ou seja, vão se acumulando os sintomas, podendo levar anos para que o diagnóstico seja preciso, ela nunca é notada em seus estágios iniciais sendo confundida como apenas um cansaço ou mal-estar passageiro. “No caso do professor, o processo é iniciado com uma sensação de inadequação na função e a percepção de ausência de recursos para enfrentar as exigências de seu trabalho”. (CARLOTTO, 2011, p.404).

A SB em professores não é um problema atual, contudo a síndrome está mais evidenciada nos últimos anos, apesar de não ser uma doença nova, alguns profissionais de saúde ainda não tem conhecimento da mesma, isso dificulta ainda mais o seu diagnóstico e os docentes que sofrem com a síndrome têm maior dificuldades em serem diagnosticados. “Professores com altos níveis de burnout pensam com frequência em abandonar a profissão. Esta situação ocasiona sérios transtornos no âmbito da instituição escolar e também no sistema educacional mais amplo”. (CARLOTTO, 2002, p.27). Os educadores sentem-se mal por não conseguirem atuar da forma desejada e abandonam a profissão, muitos por não conseguirem mais sequer entrar em uma sala de aula tamanho é o vazio, o esgotamento e a pressão sofrida por eles. A SB afeta severamente o professor e este passa a faltar muito, a pedir licenças no trabalho ou até mesmo desiste da carreira comprometendo não só a sua pessoa, mas também o sistema educacional como um todo.

3. METODOLOGIA

A nossa pesquisa é de cunho qualitativa do tipo estudo de caso, pois a pesquisa qualitativa busca uma compreensão mais aprofundada da realidade. “A pesquisa qualitativa quer fazer jus à complexidade da realidade, curvando-se diante dela, não ao contrário” (DEMO, 2011, p.153).

O estudo qualitativo procura explicar o porquê dos acontecimentos preocupando-se com aspectos reais que não podem ser quantificados, pautando-se na compreensão das relações sociais. O pesquisador nesse caso torna-se ao mesmo tempo o sujeito e o objeto de suas pesquisas. Assim, a pesquisa qualitativa do tipo estudo de caso aqui é considerada mais apropriada, pois segundo Oliveira (2008, p.05), “O estudo de caso deve ser aplicado quando o pesquisador tiver o interesse em pesquisar uma situação singular, particular”.

Segundo Rasia (2012), o Estudo de Caso é uma categoria de investigação cujo objeto é uma unidade que se analisa profundamente. Pode ser qualificado como um estudo de uma unidade bem delimitada, como um programa, uma instituição, uma escola, uma pessoa ou uma entidade social. Objetiva conhecer o seu “como” e os seus “porquês”, demonstrando a sua unidade e identidade próprias. É uma pesquisa que se assume como particularista, debruçando-se sobre uma circunstância especial, procurando descobrir o que há nela de mais fundamental e característico. Justifica-se então o estudo de caso de caráter Exploratório, para obter informação preliminar a cerca do respectivo objeto de interesse (Trivinos, 1987), por se tratar de situação específica, no caso a Síndrome de Burnout em um professor e uma professora de uma mesma instituição, Descritivo (Idem), tendo como propósito essencial descrever como é o caso em estudo e Analítico, procurando problematizar o seu objeto.

Nesse sentido, utilizamos como um dos instrumentos para nossa pesquisa a entrevista, visto que a mesma permite ao pesquisador uma análise mais completa do que se deseja obter. “Permite a interação entre pesquisador(a) e entrevistado(a) e a obtenção de descrições detalhadas sobre o que se está pesquisando” (OLIVEIRA, 2007, p. 86).

Para Ludke e André (1986), na entrevista, há uma relação de interação e reciprocidade entre quem pergunta e quem responde. Dessa forma, com essa interação existente no ato da entrevista, a busca das informações desejadas pode vir no momento da conversação. “Na medida em que houver um clima de estímulo e de aceitação mútua, as informações fluirão de maneira notável e autêntica” (LÜDKE E ANDRÉ, 1986, P.34).

Após a coleta de dados bibliográficos para uma maior compreensão do tema e observações no campo educacional, buscamos informações sobre professores que tivessem

adquirido a síndrome de burnout. Num primeiro momento não foi fácil, visto que o diagnóstico para a referida síndrome não é dado tão facilmente. Procuramos então com ajuda de colegas, buscar informações sobre professores acometidos por tal síndrome para então chegarmos aos mesmos e realizar a entrevista. Os professores se prontificaram a participar da pesquisa considerando que a SB ainda precisa ser mais divulgada entre os próprios colegas e demais pessoas para que estes não passem pelo que passaram.

3.1. Sujeitos da pesquisa

A pesquisa foi realizada com um professor de Química e uma professora da Educação Fundamental, ambos da rede pública de ensino, por considerarmos que nesse ambiente as condições são mais propícias para se adquirir tal síndrome. Para todos, são exigidos determinados padrões de comportamento, compatíveis com a racionalização crescente do processo produtivo e da vida social. (Kuenzer, 1989, p.14). A opção por professores de escola pública deu-se no momento em que pudemos observar através de estudos e no próprio ambiente de trabalho as condições em que os mesmos são submetidos.

A observação e a coleta de dados bibliográficos nos possibilitou uma reflexão acerca das condições de trabalho em que o professor (a) se encontra, gerando uma impossibilidade de exercer sua função, fazendo com que o professor adoça e acabe sendo acometido pela Síndrome de Burnout. Após realizar as etapas anteriores pudemos fazer uma análise com as informações obtidas na pesquisa e assim contribuirmos para estudos posteriores e mais avançados sobre a síndrome de burnout em professores.

4. SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES: UMA RESPOSTA AO ESTRESSE E A EXAUSTÃO EMOCIONAL

Este capítulo trata de uma análise baseada nos referenciais teóricos e metodológicos e ainda nas observações feitas no ambiente educacional acerca do estresse em que o professor (a) se encontra. A pesquisa tem como base a seguinte questão: Síndrome de burnout em professores, como e porque ela acontece? Nosso principal objetivo é compreender o que leva os professores a adquirir tal síndrome.

Para realizar a pesquisa, indagamos o professor e a professora com questões como: quais os sentimentos dos mesmos quando foram diagnosticados com a Síndrome de Burnout? Quais os sintomas apresentados? Quais as dificuldades encontradas? Depois das leituras acerca da Síndrome de Burnout para uma maior compreensão do tema e de observações das respostas apuradas com os entrevistados, os dados foram categorizados e analisados como se seguem.

Ao serem perguntados sobre *Os sentimentos dos mesmos quando foram diagnosticadas*, as respostas foram afirmativas quanto à sensação de abandono da sociedade em geral e de desrespeito e total desconhecimento da doença por parte de alguns.

O professor, aqui denominado de P1 respondeu da seguinte forma:

Não consigo me desligar do trabalho, fico pensando nas aulas, no fato de não conseguir com que os alunos aprendam (dou aula de Química), nem consigo dormir direito à noite, por ficar pensando nas aulas.

A professora denominada de P2 faz o seguinte relato:

Quando fui diagnosticada, primeiramente foi uma grande tristeza, não queria ficar doente, queria voltar pra escola todo dia, mas não podia nem sair da cama. Depois fiquei muito revoltada com o governo, que me causou a doença pela falta de condições de trabalho. Depois fiquei revoltada com as pessoas que desacreditaram a doença, chamando de frescura e etc.

Percebemos que os professores acometidos por tal síndrome geralmente sentem um desconforto por querer voltar à escola, mas não conseguem, eles se sentem impotentes diante da situação, ou seja, a vontade de ir ao trabalho fica bastante comprometida.

Para Carlloto (2002), os professores querem cumprir e atingir suas próprias metas, que para ela são metas irrealistas, os educadores querem assumir um papel que não é deles, dessa

forma, o alto nível de expectativa desses professores não consegue ser preenchido ocasionando a síndrome.

Conhecer a síndrome e por em prática estratégias de prevenção e tratamento são imprescindíveis em função das exigências do mundo atual por produtividade, qualidade e lucratividade associadas à recessão, gerando competitividade e problemas psicossociais com baixas trabalhistas, absenteísmo e rotatividade do pessoal nas empresas. (LUCIANO, 2012, P.34)

Embora a síndrome já exista há alguns anos, ela ainda é desconhecida por muitos, isso dificulta o seu diagnóstico e cada vez mais os professores sofrem pela falta de compreensão de colegas e sociedade em geral. Os docentes, por não aguentarem a pressão abandonam as salas de aula, sentindo-se solitários, fracos e desprezados por um sistema controlador e totalmente ausente.

Percebemos que a resposta da professora P2 aqui, pode se encaixar dentro dos sinais e sintomas que apresenta quem já adquiriu a síndrome, ou seja, as relações com os colegas de trabalho e pessoas próximas ficam comprometidas perdendo a qualidade, percebe-se a falta de ânimo em relação às atividades exercidas e a irritabilidade constante, dentre outras coisas faz com que o profissional sinta que já não consegue mais realizar suas atividades até então corriqueiras.

A SB apresenta sintomas que podem se confundir facilmente com um simples estresse, por exemplo, porém com o passar do tempo esse quadro poderá evoluir para sintomas mais específicos da síndrome que será caracterizada quando os quadros de estresse e depressão estiverem bem avançados. Para Pereira (2010), há um sentimento de solidão, ou seja, o indivíduo se sente só e incompreendido pelos demais. Contudo é preciso cuidado, pois o seu diagnóstico poderá levar anos para ser efetivado.

Quando indagamos sobre *os sintomas apresentados*, o professor P1 respondeu da seguinte forma:

De uns quatro anos pra cá minha capacidade de memorização diminuiu, passei a ter alguns incômodos no estômago, tenho crises de diarreia frequentemente, e, o que é pior, me tornei hipertenso há dois anos.

A professora P2 nos deu a seguinte resposta:

Tenho sintomas de taquicardia, choro fácil e frequente, dores generalizadas pelo corpo, insônia, medos, perda de peso, unhas fracas e queda de cabelos, confusão mental, perda de memória, perda de amor-próprio". Destacamos aqui que a síndrome de burnout apresenta vários sintomas, sendo eles físicos e/ou psicológicos.

Nas falas dos professores percebemos que os sintomas da síndrome de burnout estão bem específicos, as manifestações físicas e a mistura de sentimentos e sensações são características da síndrome, uma vez que a síndrome apresenta sintomas como dores de cabeça e/ou generalizadas, transtornos no aparelho digestivo, alteração do sono, perdas de memória, exaustão, fadiga, perda de peso oscilações de humor, entre outros.

Farber (1991) divide as manifestações do *burnout* em professores em sintomas individuais e profissionais, destacando, entretanto, que estas questões são de difíceis generalizações e descrições universais. Em geral, segundo o autor, os professores sentem-se emocional e fisicamente exaustos, estão frequentemente irritados, ansiosos, com raiva ou tristes. As frustrações emocionais peculiares a este fenômeno podem levar a sintomas psicossomáticos como insônia, úlceras, dores de cabeça e hipertensão, além de abuso no uso de álcool e medicamentos, incrementando problemas familiares e conflitos sociais. (CARLLOTO, 2002, p.24)

Pereira (2010) destaca que há uma lista extensa dos sintomas associados à síndrome de burnout, sendo eles divididos em sintomas físicos, psíquicos, comportamentais e defensivos, porém uma pessoa com burnout não apresenta necessariamente todos os sintomas.

Quando questionados sobre *as dificuldades encontradas*, o professor (P1) relatou:

Sou professor de escola pública de Ensino Médio há dez anos. De uns sete anos pra cá tenho perdido o desejo de ensinar. Tenho perdido a paciência e me irritado facilmente, e isso se estendeu para minha vida fora da sala de aula. Quando chega o domingo a noite, fico muito irritado, pois no outro dia tenho que dar aula.

Para a professora (P2):

Falta de motivação para tudo, sensação de ser uma ET, brigas com colegas, amigos e familiares, muitos outros detalhes. O mais difícil é a aceitação das pessoas que não acreditam que estamos doentes.

Percebemos aqui, nas falas dos professores P1 e P2 as dificuldades de voltar à sala de aula, a irritação e a falta de paciência que os mesmos relatam. A Síndrome de Burnout é conhecida por essa exaustão, a falta de vontade de realizar as atividades vai diminuindo gradualmente e assim ocorre a ausência de fatores motivacionais como a satisfação, o entusiasmo, o interesse e a vontade de ir ao trabalho.

Importante destacar as pesquisas que têm demonstrado que a Síndrome de Burnout também atinge professores altamente motivados, quando reagem ao estresse laboral intensificando a carga de trabalho até o colapso. Existe um consenso que define essa reação como resposta exclusiva ao estresse laboral crônico, e que não se confunde com estresse, esgotamento pessoal com interferência na vida do indivíduo e não necessariamente na sua relação com o trabalho. (FERENHOF, 2002, p.8)

Observamos aqui, que a Síndrome de Burnout em professores está estreitamente relacionada com o ambiente educacional e as condições de trabalho extremamente desmotivadoras, afetando o desempenho do professor(a) e conseqüentemente prejudicando a educação como um todo. O governo e a sociedade em geral tem grande parte da responsabilidade de incidências da síndrome nos professores visto que estes são desvalorizados, menosprezados e largados a própria sorte. Assim, Pereira (2011) afirma que é de grande importância que haja uma qualidade nas atividades educacionais do professor (a), uma vez que o estresse e a Síndrome de Burnout interferem significativamente na relação professor- aluno e conseqüentemente na educação. Por fim, segue as nossas considerações finais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa nos possibilitou averiguar a síndrome de burnout em professores, doença esta que atinge hoje muitos profissionais de educação. Buscamos referenciais durante a pesquisa para uma maior compreensão do que seria a síndrome e assim contribuirmos para um estudo mais completo posteriormente.

Os estudos durante a pesquisa e as análises realizadas com as entrevistas dos professores, nos fez compreender que o grau de estresse altíssimo pelo qual sofrem os educadores no ambiente de trabalho e a exaustão emocional só servem para acentuar ainda mais os sintomas sendo um dos principais fatores para que isso ocorra, além das condições precárias em que os mesmos se encontram aliado a baixos salários e ainda descasos do sistema governamental, pais, alunos e sociedade em geral que determinam a incidência da síndrome entre os professores.

Com base nas entrevistas com os professores e nas observações no ambiente escolar concluímos que a síndrome de burnout não é uma simples doença, ela vai se acumulando paulatinamente no professor até atingir o nível máximo de exaustão, quando este não aguenta as pressões e acaba entrando em burnout. Assim chegamos ao entendimento de que a pressão e as exigências sofridas pelo professor vêm de várias situações e que dessa forma, professores sentem suas qualidades se enfraquecerem, adoecem e acabam adquirindo a síndrome. Qualquer trabalhador tem direito de encontrar no seu lugar de trabalho um ambiente seguro e respeitoso para si.

No caso do professor, a insatisfação com o ambiente de trabalho, as condições, a falta de valorização do governo e da sociedade em geral faz com que o mesmo não se sinta valorizado. Assim, percebemos que devido às más condições de trabalho enfrentadas todos os dias pelos educadores eles adoecem física e mentalmente. É comum o professor ser apontado como o grande culpado do fracasso na educação, isso não é culpa do educador, mas de toda uma organização que falida, precisa encontrar um culpado para todas as suas mazelas e encontra no educador a válvula para escapar de responsabilidades que são suas, culpabilizando o professor por problemas que são do sistema educacional em geral. A falta de comprometimento do governo com a educação, isso inclui o professor, faz com que os mesmos se sintam incapazes de realizar qualquer atividade. De um modo geral isso nos faz inferir que a SB não é um problema do professor, mas do ambiente social no qual o indivíduo

trabalha aliada ao estresse, ao esgotamento, a falta de cuidados com o professor, falta de repouso e lazer.

Consideramos que esta pesquisa poderá colaborar posteriormente para estudos mais avançados sobre tal Síndrome. Essa discussão torna-se extremamente importante para os cursos de formação de professores, contribuindo para que esses profissionais compreendam a importância da prevenção, optando por uma qualidade de vida mais saudável, buscando descansar em momentos de lazer com família, amigos ou o que o educador mais gostar e/ou achar que lhe convém. É necessário que o aluno ainda em fase de formação tenha um olhar voltado também para os problemas que possam vir acometê-lo como é o caso da SB, assim sendo, nosso estudo contribui para que mais professores tenham conhecimento da síndrome e dessa forma busquem alternativas para que não sejam afetados por tal doença.

REFERÊNCIAS

- ABONÍZIO, Gustavo. **Precarização do trabalho docente:** Apontamentos a partir de uma análise bibliográfica. Revista eletrônica. Ed. 1. 2012. Disponível em: <<http://www.uel.br/revistas/lenpibid/pages/arquivos/1%20Edicao/1ordf.%20Edicao.%20Artigo%20ABONIZIO%20G.pdf>>. Acesso em: 07/06/2016.
- ALMEIDA, Amália Pollastri de Casto. **Trabalhnado a voz do professor:** Prevenir, orientar e conscientizar. Monografia. Rio de Janeiro. 2000. Disponível em: <<http://www.saudeetrabalho.com.br/download/trabalhando-a-voz.pdf>>. Acesso em 10/08/2016
- AURÉLIO, Dicionário do. **Significado de Estresse.** Disponível em: <https://dicionariodoaurelio.com/estresse>. Acesso em 14/05/2016.
- BATISTA Jaqueline Brito Vidal. CARLLOTO. Mary Sandra, COUTINHO Antônio Souto PEREIRA, Daniel Augusto de Moura. AUGUSTO, Lia Giraldo da Silva. **O ambiente que adocece:** condições ambientais de trabalho do professor do ensino fundamental. Artigo original. 2010. Disponível em: <<http://docplayer.com.br/16365796-O-ambiente-que-adocece-condicoes-ambientais-de-trabalho-do-professor-do-ensino-fundamental.html>>. Acesso em: 07/06/2016.
- BENEVIDES-PEREIRA, Ana. Maria. T. Benevides-Pereira (org.). **Burnout:** quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. 4ª. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo. 2002.
- BENEVIDES-PEREIRA, Ana. Maria. T. Benevides-Pereira, Justo, T, Gomes, F.B. Silva, S.G.M. & Volpato, D.C. **Sintomas de estresse em educadores brasileiros.** Aletheia, 2003. 17/18, 63-72. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=115013455007>>. Acesso em: 20/07/2016.
- BENEVIDES-PEREIRA, Ana. Maria. T. Benevides-Pereira. **O CBP-R em português:** instrumento para a avaliação do burnout em professores. Anais do IX EDUCERE. Curitiba. 2009. Disponível em: <http://www.pucpr.br/eventos/educere/educere2009/anais/pdf/2948_1657.pdf>. Acesso em: 20/07/2016.
- BRASIL. **Lei nº 11.738**, de 16 de julho de 2008. Regulamenta a alínea “e” do inciso III do **caput** do art. 60 do Ato das Disposições Constitucionais Transitórias, para instituir o piso salarial profissional nacional para os profissionais do magistério público da educação básica. Brasília. 2007. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2007/Lei/L11494.htm>. Acesso em: 01/07/2016.
- BRASIL. Ministério da Educação. **Piso salarial dos professores é atualizado em 11,36% e passa a valer R\$ 2.135,64.** Brasília. 2008. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/component/content/article?id=34061>>. Acesso em: 27/07/2016
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Doenças relacionadas ao trabalho.** Manual de procedimentos para os serviços de saúde. Brasília 2001.
- BRASIL, Ministério da Saúde. **Lista de doenças relacionadas ao trabalho.** 2ª ed. Brasília. Editora do Ministério da Saúde. 2008.

CARLOTTO, Mary Sandra. **A Síndrome de Burnout e o trabalho docente.** *Psicologia em Estudo*, Maringá, 2002. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/%0D/pe/v7n1/v7n1a03.pdf>. Acesso em: 25/07/2016.

CARLOTTO, Mary Sandra. PALAZZO, Lílian dos Santos. **Síndrome de burnout e fatores associados:** um estudo epidemiológico com professores. Artigo. 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/%0D/csp/v22n5/14.pdf>>. Acesso em: 15/05/2016.

CARLOTTO, Mary Sandra. **Síndrome de Burnout em Professores:** Prevalência e Fatores associados. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*. Artigo. 2011.

CODO, Wanderley. (coordenador), **Educação: carinho e trabalho:** Burnout, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação. Petrópolis, RJ: Vozes. 1999.

CHALITA, Gabriel. **Educação:** a solução está no afeto. 1ª ed. São Paulo. Gente. 2004.

DEJOURS, Cristophe. **A loucura do trabalho.** Trad.: Paraguay, A. I. & Ferreira L.L. 5ª ed. São Paulo. Cortez – Oboré. 1992.

DEMO, Pedro. **Metodologia do conhecimento científico.** 11. ed. São Paulo: Atlas, 2011.

FERENHOF, Isaac Aisenberg. FERENHOF, Ester Aisenberg. **Burnout em Professores.** *ECCOS – REVISTA CIENTÍFICA – Avaliação e Mudanças* – Centro Universitário Nove de Julho. São Paulo. 2002.

FONSECA, J. J. S. **Metodologia da pesquisa científica.** Fortaleza: UEC, 2002.

GALVÃO, Elizabeth. **Síndrome de Burnout.** *Saúde express*. 2014. Disponível em: <<http://saudeexperts.com.br/sindrome-de-burnout-estresse-ocupacional/>>. Acesso em 25/06/2016.

GASPARINI, Sandra Maria. BARRETO, Sandhi Maria, ASSUNÇÃO, Ada Ávila. **O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde.** Universidade Federal de Minas Gerais. Artigo. 2005. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ep/v31n2/a03v31n2.pdf>>. Acesso em: 07/5/20016

GERHARDT, Tatiana Engel. SILVEIRA, Denise Tolfo. **Métodos de pesquisa.** Coordenado pela Universidade Aberta do Brasil – UAB/UFRGS e pelo Curso de Graduação Tecnológica Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2009. Disponível em: <<http://www.iniaraxa.edu.br/ojs/index.php/evidencia/article/download/200/186>>. Acesso em 23/09/2016

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social.** 5. ed. São Paulo: Atlas, 1999.

JBEILL, Chafic. **Síndrome de Burnout: identificação, tratamento e prevenção**. Brasília. DF. 2008.

KUENZER, Acácia Zeneida. **Pedagogia da fábrica: as relações de produção e a educação do trabalhador**. 3ª ed. São Paulo. Cortez. 1989.

LUCIANO, Valmir Martins. **Estudo sobre a prevalência da síndrome de Burnout, geradora de incapacidade para o trabalho e suas consequências**. São Paulo: Baraúna, 2012.

LÜDKE, Menga e ANDRÉ, Marli E. D. A. **Pesquisa em educação: abordagens qualitativas**. São Paulo: EPU, 1986.

MINAYO, M. C. S. (Org.). **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. Petrópolis: Vozes, 2001.

MONTEIRO, Zeina Haje de Morisson. **Desempenho escolar, condições de trabalho e as implicações para a saúde do professor**. 216 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social, Instituto de Psicologia, Centro de Educação e Humanidades, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro. 2000.

MUROFUSE, Neide Tieme. ABRANCHES, Sueli Soldati. NAPOLEÃO, Anamaria Alves. **Reflexões sobre o estresse e burnout e a relação com a enfermagem**. Artigo de revisão. 2005. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v13n2/v13n2a19.pdf>>. Acesso em: 13/05/2016.

NOVA ESCOLA, Revista. **Os desafios da carreira docente**. Ano 29. Nº 295 Set/ 2014.

OLIVEIRA, Cristiano Lessa de. Um apanhado teórico-conceitual sobre a pesquisa qualitativa: tipos técnicas e características. **Revista Travessias**, 4. ed., 2008. Disponível em: <https://www.google.com.br/?gfe_rd=cr&ei=vB8UV8-dOfDM8Af7lbj4AQ&gws_rd=ssl#q=Cristiano+Lessa+de+Oliveira+%E2%80%93+revistatravessias%40gmail.com>. Acesso em: 20/10/ 2016.

OLIVEIRA, Maria Marly de. **Como fazer pesquisa qualitativa**. Petrópolis-RJ: Vozes, 2007.

PICADO, Luís. **Do bem estar para o mal estar docente**. Artigo. 2004. Disponível em: < <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0474.pdf>>. Acesso em: 25/06/2013.

RASIA, Maria da Guia Rodrigues. **Mini Curso sobre Estudo de Caso**. UEPB, 2012

ROCHA, Ruth. Minidicionário Ruth Rocha. São Paulo. Scipione, 2001.

SAMPAIO, Maria das Mescês Ferreira. MARIM, Alda Juqueira. **Precarização do trabalho docente e seus efeitos sobre as práticas curriculares**. Artigo. 2004. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/es/v25n89/22618>>. Acesso em 15/07/2016.

SERVILHA, E.A.M., LEAL, R.O.F.,HIDAKA, M.T.U. **Riscos ocupacionais na legislação trabalhista brasileira: destaque para aqueles relativos à saúde e à voz do professor**. Revista Sociedade Brasileira de fonoaudiologia. 2010.

SORATTO, Lúcia & HECKLER, Cristiane O. **Os trabalhadores e seu trabalho**. In: Codo, Wanderley. (org). **Educação: Carinho e trabalho**. Rio de Janeiro: Vozes. 1999.

SOUZA, Luis Aparecido Alves de. **Trabalho docente: Reflexões acerca da condição de trabalho e valorização do professor da escola pública**. IX Congresso Nacional De Educação. 2009. Disponível em:

http://www.pucpr.br/eventos/educere/educere2009/anais/pdf/2692_1603.pdf. Acesso em: 30/06/2016.

TRIVINOS, Augusto. **Introdução à Pesquisa em ciências Sociais: A Pesquisa Qualitativa em Educação**. São Paulo: Atlas, 1987.

VIEIRA, I.C. GUIMARÃES, I.A.M. MARTINS, D. **O estresse profissional em enfermeiros**. Série Saúde mental e trabalho. São Paulo. Casa do psicólogo. 1999.

YAEHASHI, Solange France Raimundo. BENEVIDES-PEREIRA, Ana Maria T. ALVES, Irai Cristina Boccato. **O estresse e a síndrome de burnout no trabalho docente: algumas reflexões**. Congresso Nacional de Psicologia Escolar e Educacional. 2011. Disponível em: <<http://www.abrapee.psc.br/xconpe/trabalhos/1/151.pdf>>. Acesso em 13/08/2016.

APÊNDICE

APÊNDICE: ENTREVISTA REALIZADA COM OS PROFESSORES
ENTREVISTA COM OS PROFESSORES SOBRE A SÍNDROME DE BURNOUT

Nome: _____

Quanto tempo de serviço: _____

Qual disciplina leciona: _____

1. Quais os seus sentimentos quando foi diagnosticado com a Síndrome de Burnout?.
2. E os sintomas apresentados?
3. Quais as dificuldades encontradas?

ANEXO: TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – TCLE

Pelo presente Termo de Consentimento Livre e Esclarecido eu, _____ pleno exercício dos meus direitos me disponho a participar da Pesquisa. Declaro ser esclarecido (a) estar de acordo com os seguintes pontos:

A pesquisa:

Terá como objetivo investigar:

- Ao (a) voluntário (a) só caberá a autorização para participar da pesquisa e não haverá nenhum risco ou desconforto ao (a) mesmo (a).-O (a) voluntário (a) poderá se recusar a participar ou retirar seu consentimento a qualquer momento da realização da pesquisa ora proposta, não havendo qualquer penalização ou prejuízo para o (a) mesmo (a).

- Será garantido sigilo dos resultados obtidos nesta pesquisa, assegurando assim a privacidade dos participantes em manter tais resultados em caráter confidencial.- Não haverá qualquer despesa ou ônus financeiro aos participantes voluntários desta pesquisa científica e não haverá qualquer procedimento que possa incorrer em danos físicos ou financeiros a (ao) voluntário (a) e, portanto, não haverá necessidade de indenização por parte da pesquisa e/ou instituição responsável.

-Qualquer dúvida ou solicitação de esclarecimento, o (a) participante poderá contatar a pesquisador _____ no _____ número (083) _____

- Ao final da pesquisa, se for do meu interesse, terei livre acesso ao conteúdo da mesma, podendo discutir os dados com a pesquisadora. Vale salientar que este documento será impresso em duas vias e uma delas ficará em minha posse.

-Desta forma, uma vez tendo lido e entendido tais esclarecimentos e, por estar em pleno acordo com o teor do mesmo, dato e assino este Termo de consentimento Livre e Esclarecido.
Campina Grande, _____ / _____ /2016

Assinatura do Pesquisador _____

Assinatura do Participante _____