

SÍNDROME DE BURNOUT COMO AMEAÇA A SAÚDE DO PROFESSOR: identificação dos fatores de risco em docentes de uma Escola Primária Municipal de Vitória da Conquista – BA

Renato Novaes Chaves*

RESUMO

OBJETIVO: O artigo discute a síndrome de burnout como ameaça a saúde do professor, tendo como objetivo principal identificar os fatores de riscos aos quais os professores estão expostos para desencadear a doença. **MÉTODOS:** Estudo dinâmico, qualitativo – descritivo e exploratório, utiliza documentação direta para levantamento de dados. Está estruturado em uma parte geral, onde se aborda o enquadramento teórico, resultante de pesquisas bibliográficas em diversos autores entre eles: Carlotto, Maslach & Leiter, Volpato entre outros. Já na outra parte foi apresentada uma pesquisa de campo realizada com 21 docentes de uma escola municipal primária de Vitória da Conquista – BA, utilizando uma versão brasileira do questionário semi-estruturado para profissionais da educação validada por Gil-Monte *et al*, conhecido como “Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo (CESQT), que possui 20 itens distribuídos em quatro subescalas: Ilusão pelo trabalho (5 itens), Desgaste psíquico (4 itens), Indolência (6 itens) e Culpa (5 itens). **RESULTADOS:** Mostrou que o trabalho que executam não está associado aos fatores de risco para o desencadeamento da síndrome. Foi comprovado baixos índices em todas as subescalas. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Entendemos que a prevenção ainda é a melhor alternativa, sendo uma tarefa conjunta, e não solitária, com apoio da comunidade escolar, colegas de trabalho, pais e alunos, organização escolar e a sociedade.

Palavras-chave: Docente. Bournout. Desgaste Emocional. Esgotamento Profissional.

*Enfermeiro Especialista em Enfermagem do Trabalho pela UNIGRAD – Vitória da Conquista – BA. Mestrando do curso de Docência Universitária pela Universidad Tecnológica Nacional (UTN) Buenos Aires – Argentina. Docente auxiliar da Faculdade de Tecnologia e Ciências de Vitória da Conquista – BA. E-mail: rnc_novaes@hotmail.com

1 INTRODUÇÃO

No mundo hodierno, a luta por melhores condições de vida, associado a constante competitividade a que estamos expostos no dia a dia do ambiente de trabalho, nos impulsiona a levar um ritmo de sobrecarga emocional e estressante, em casa ou principalmente no emprego. Somado a isso, fazer parte de uma categoria profissional que já é sinônimo de sobrecarga, desmotivação e exaustão, como é o caso dos professores, já indica que o tipo de trabalho é um fator determinante para o desenvolvimento de doenças ocupacionais, como a síndrome de Burnout. Esta, por sua vez, está inserida no campo das doenças do trabalho como a Síndrome do Esgotamento Profissional conforme a Lei nº 3.048/99 da Previdência Social em seu anexo II, lista B, grupo V, CID 10 (Z73.0).

A síndrome do esgotamento físico e mental em profissionais docentes tem ganhado destaque no campo das doenças de preocupação em saúde ocupacional. E, geralmente está relacionada a quedas de produtividade, causas estressoras associadas ao trabalho, sentimentos de incapacitação e

aumento das demandas de trabalho. Nesse sentido e aprofundando no estudo do Burnout, encontramos alguns aspectos que, geralmente, estão associados a síndrome, tais como: sobrecarga no trabalho, idade, tempo de serviço, estado civil, conflitos e relações interpessoais, falta de autonomia, etc.

Essa evidência do burnout no campo da docência, por parte da saúde pública e da saúde do trabalhador, está associado a esta categoria profissional está diretamente ligada aos fatores desencadeantes dessa patologia. Muitas vezes os professores são submetidos a altas cargas horárias de trabalho, baixos salários, escassez de recursos didáticos, salas de aulas com superlotação, problemas de relacionamento com alunos e, não raro, ameaças por parte destes, conflitos com os pais, pois estes têm grandes expectativas em relação aos professores, etc. Todos esses fatores têm grande impacto no sistema educacional e na qualidade da aprendizagem, porém, tem mais destaque ainda na qualidade de vida dos professores, que desenvolvem diversos problemas de saúde, tais como exaustão física e mental, ansiedade, nervosismo, depressão e com maior

gravidade podem apresentar problemas cardíacos e psiquiátricos.

Somado a isso e entendendo que o trabalho é uma ferramenta transformadora, que tem o poder de modificar o indivíduo e o meio que o cerca, e que o homem é um ser holístico, que está, ou deveria estar, inserido no contexto social do meio em que vive, e que necessita do trabalho para esta interação, é importante levar em consideração a necessidade de entender os mecanismos psicossociais que estão envolvidos no processo de trabalho. Nesse sentido o estudo do burnout faz-se necessário, pois é um desses mecanismos.

Conforme aprofundamos no conhecimento do Burnout e todos os mecanismos psicossociais que envolvem a patologia, melhor poderemos identificar suas dimensões, as causas, as consequências para o indivíduo e a sociedade, como também seremos capazes de programar ações preventivas que possam minimizar ou estagnar esta síndrome. Assim, o docente será capaz de dar continuidade aos seus planos e ideais e ter a possibilidade de melhorar sua qualidade de vida pessoal e profissional.

Os conflitos interpessoais, no dia a dia do trabalho docente, são considerados grandes agentes estressores e desencadeadores de aspectos relacionados ao esgotamento profissional. Associado a isso, as demandas emocionais a que estão expostos, contribuem significativamente para o Burnout.

2 MATERIAL E MÉTODOS

É uma pesquisa de campo do tipo qualitativa – descritiva e exploratória. Já do ponto de vista da estrutura é um estudo dinâmico. Com relação à natureza, constitui-se uma pesquisa aplicada, com objetivo de gerar conhecimentos para aplicação prática dirigida à solução de problemas específicos.

Foi realizada na Escola Municipal primária Professora Helena Cristália Ferreira (EMPHCF). Está situada no município de Vitória da Conquista – Bahia, na Rua Paulo Rocha S/Nº, no Conjunto Habitacional URBIS VI, e fundada em 1990, pelo Prefeito Municipal Dr. Carlos Murilo Pimentel Mármore. Dispõe de três extensões para melhor atender aos 1.100 alunos que possui. Há,

na escola, 38 turmas distribuídas da 1ª a 4ª séries do ensino fundamental.

Constituíram os sujeitos de pesquisa os funcionários professores efetivos e contratados da EMPHCF, atuantes em sala de aula denominados de regentes, no período compreendido entre os meses de novembro a dezembro de 2011. Conforme a secretaria da EMPHCF existe na unidade 14 professores regentes efetivos e 11 regentes contratados, atualizado em 29.02.2012, sendo um total de 25 sujeitos. Há ainda, mais 8 professores que estão ocupando outras funções e que não farão parte desse estudo. Apenas 21 sujeitos responderam ao questionário. Os participantes têm mais de 18 anos e somente 12 professores possuem nível superior completo. Não houve restrição quanto ao gênero e estado civil.

Foi utilizado um questionário com 20 itens distribuídos em quatro subescalas: Ilusão pelo trabalho (questões 1, 5, 10, 15, 19), Desgaste psíquico (8, 12, 17, 18), Indolência (2, 3, 6, 7, 11, 14) e Culpa (4, 9, 13, 16, 20). Os itens foram analisados de acordo com a escala de frequência de cinco pontos, onde “0” significa “Nunca”, e “4”

corresponde a “Muito frequente: todos os dias”, tendo como escala mediadora a pontuação “2”, que significa “Às vezes: algumas vezes por mês”. A este questionário foram acrescentadas, pelos pesquisadores, três perguntas: sexo, idade e tempo de docência.

A versão brasileira do questionário semi-estruturado para profissionais da educação e validada por Gil-Monte et al. (2010) (modelo em anexo 1), é conhecido originalmente como “Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo” (CESQT). Esta validação atendeu aos critérios metodológicos indicados pela Comissão Internacional de Testes, que aponta a adequação de ferramentas e instrumentos a outras culturas.

Os informantes da pesquisa foram devidamente esclarecidos quanto aos objetivos do trabalho, ficando livres para participar. Uma vez aceitando, assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (modelo em anexo 2), sendo respeitados os princípios éticos que constam na resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde.

A seleção dos participantes foi não aleatória e voluntária, tendo se

assegurada a confidencialidade das respostas. Na amostra, 85,7% dos indivíduos eram mulheres e 14,3% homens. A média de idade da amostra foi de 36,8 anos (DP = 7,18, max = 48, min = 24). A média de tempo de exercício da docência foi de 12,9 anos (DP = 7,31). O questionário é autoaplicável e foi entregue aos professores no início de seu expediente e recolhidos após dois dias, em uma pasta identificada e colocada na sala de professores. Para análise dos dados utilizaremos a tabela abaixo, onde estão agrupados os resultados estatísticos da análise de cada questão e subescalas.

3 DISCUSSÃO

Em virtude de todas as complicações para a saúde do trabalhador, seja mental ou física, a síndrome de Burnout tem se tornado, nos últimos anos, uma patologia de preocupação da saúde pública, devido o comprometimento da qualidade de vida do trabalhador e de sua contribuição para o trabalho. A OIT (Organização Internacional do Trabalho) considera que os professores representam a categoria em que há um alto risco para

desenvolvimento de doenças ocupacionais. Nesse sentido concorda Lowenstein (1991), afirmando que os professores são os mais predispostos ao desencadeamento do Burnout, se comparados às outras profissões, pois, essa classe profissional tem na sua interação com os indivíduos uma atmosfera carregada de emoções.

A palavra Burnout é de origem inglesa e significa o esgotamento da energia ou o apagar do fogo. Contudo, Maslach e Jackson (1986) aprimoraram esta definição, pois os autores elaboraram um instrumento chamado de MBI (Maslach Burnout Inventory) que tem condições de avaliar três dimensões de esgotamento mental: 1º a exaustão emocional, 2º a despersonalização e 3º a falta de realização profissional.

Mais tarde, Maslach, Schaufeli e Leiter (2001 apud CARLOTTO, 2002) afirmam que todas as definições para o burnout estão fundamentadas em cinco elementos comuns:

- 1) existe a predominância de sintomas relacionados a exaustão mental e emocional, fadiga e depressão; 2) a ênfase nos sintomas comportamentais e mentais e não nos sintomas físicos; 3) os sintomas do burnout são relacionados ao trabalho; 4) os sintomas manifestam-se em pessoas “normais” que não sofriam de

distúrbios psicopatológicos antes do surgimento da síndrome; 5) a diminuição da efetividade e desempenho no trabalho ocorre por causa de atitudes e comportamentos negativos.

Para Slegers (1999 apud CARLOTTO, 2002, p. 255) o estudo do burnout deve levar em conta aspectos sociológicos, psicológico e organizacional. Nesse sentido afirma que “Burnout em professores pode ser conceitualmente definido dentro de uma abordagem interacional e considerado o resultado da interação entre intenções e ações individuais do professor e suas condições de trabalho”. Salienta ainda que devam ser levadas em consideração as peculiares do trabalho docente e as especificidades de seus estabelecimentos de ensino.

Já o modelo CESQT, validado por Gil-Monte et al. (2010), avalia a desgaste cognitivo e afetivo, as ações negativas no ambiente laboral e a manifestação de sentimentos de culpa. Ainda para o autor, “a síndrome de burnout é uma resposta ao estresse laboral crônico, característica dos profissionais que trabalham com pessoas”.

4 RESULTADOS

Os resultados serão apresentados apontando as maiores médias obtidas nas quatro dimensões: Ilusão pelo trabalho, Desgaste psíquico, Indolência e Culpa, no modelo proposto por Gil-Monte et al. (2010).

Na dimensão ilusão pelo trabalho, notamos que, conforme a figura 1 (anexo), segundo os estudos de Gil-Monte et al. (2010) as médias mais altas alcançadas indicam que há baixos índices de ocorrência de síndrome de Burnout. Ainda para o autor, a Ilusão pelo trabalho em seus 5 itens, é defendida como a esperança de uma pessoa, para se alcançar determinadas metas de trabalho, por esse motivo é considerada uma forma de concretização pessoal e profissional

Já Maslach e colaboradores (2001 apud CARLOTTO, 2002) consideram esta dimensão como a uma exaustão emocional, que é marcada pela ausência de energia, empolgação, entusiasmo e sentimento de falência de recursos.

Sendo assim, fica evidenciado que nessa população estudada, neste quesito, os professores apresentam baixos índices para a ocorrência da síndrome.

Já na avaliação do desgaste psíquico, analisa-se a presença de exaustão física e emocional em virtude da atividade laboral, acentuado com a relação diária com aqueles que geram o problema ou o fazem aumentar, gerando assim uma maior propensão ao desgaste psíquico e conseqüente síndrome de Burnout.

O desgaste psíquico faz com que o profissional se sinta infeliz e insatisfeito com seu desenvolvimento profissional, e isso gera uma baixa estima que degrada a cada dia o seu entusiasmo frente ao trabalho. Para Maslach e colaboradores (2001 apud CARLOTTO, 2002) a diminuição da realização pessoal no trabalho, é fundamentada na intenção do trabalhador se auto-avaliar negativamente.

Sendo assim, notamos que, conforme a figura 2 (anexo), a maior média (6,25) correspondeu a subescala (1) raramente: algumas vezes por ano. O que nos leva a considerar que nesta dimensão, os professores da EMPHCF concluem que algumas vezes por ano se sentem saturados, pressionados, cansados fisicamente ou com algum tipo de desgaste emocional. Nesse sentido, estar por algumas vezes no ano se

sentido de tal forma é considerado dentro dos padrões naturais. Mais uma vez, essa média nos leva a analisar que esses docentes estão fora dos riscos para o desencadeamento do Burnout.

O quesito indolência, avalia os docentes, procurando entender até que ponto os professores não atendem aos alunos, os consideram insuportáveis e seus familiares chatos, tratam com indiferença, ironia e ainda rotulam os alunos. Segundo o dicionário Aurélio a indolência significa insensibilidade, apatia, negligência, desleixo, inércia, preguiça.

Para Gil-Monte et al. (2010), indolência é entendida como a presença de posturas negativas de apatia e cinismo com relação aos clientes da instituição.

Já para Maslach e colaboradores (2001 apud CARLOTTO, 2002), o termo não é a indolência, mas sim, a despersonalização, que tem como características a modificação no tratamento com os colegas de profissão, os clientes e a instituição como objetos.

Por tanto, os docentes da EMPHCF apresentaram uma média de 9,5 para a subescala (0): Nunca, ou seja, segundo análise da figura 3, notamos que os professores dessa escola nunca se enquadram na dimensão de indolência.

Sendo assim, ficam de fora dos riscos para a síndrome de Burnout.

O próximo ítem avaliou um dos sentimentos que mais afligem o ser humano em sua vida cotidiana, a culpa, e quando se trata de trabalho ela é um dos fatores que mais prejudicam na qualidade das atividades laborais, sendo também responsável por grandes sofrimentos psicológicos. Se sentir culpado por alguma ação ou com algum colega de trabalho gera um misto de sensações que ao longo do tempo se torna a base da auto-tortura psicológica.

Para Gil-Monte et al. (2010) esta dimensão ocorre quando há sentimentos de culpa por condutas e atitudes negativas no ambiente laboral, especialmente com aqueles com quem se deve ter um relacionamento profissional.

Desse modo, observamos na figura 3 que a maior média (9,8) correspondeu a subescala (1) raramente: algumas vezes por ano. Sendo assim, os docentes em questão apenas possuem sentimentos de culpa, seja com os colegas, por atitudes, mal-entendidos ou arrependimentos no trabalho, apenas algumas vezes no ano, o que nos faz analisar que nesta dimensão os sujeitos da pesquisa não apresentam

riscos para o desenvolvimento da síndrome de Burnout.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao final desta pesquisa é que podemos compreender como é importante o estudo da síndrome de Burnout em docentes, pois, a partir do que foi abordado, entendemos que o trabalho é uma ferramenta para a vida cotidiana que permite a ascensão social como também, de atingir a satisfação pessoal. É um dos meios pelos quais transformamos a realidade. Porém, ele pode se tornar uma fonte de sofrimento, aflição, angústia e cansaço.

No caso dos professores da EMPHCF os resultados nos mostram que o trabalho que executam não está associado aos fatores de risco para o desencadeamento da síndrome de Burnout. O estudo comprovou baixos índices em todas as dimensões apresentadas por Gil-Monte et al. (2010).

Sendo assim, a prevenção ainda é a melhor alternativa. Esta ação deve ser uma tarefa conjunta, e não solitária, com apoio da comunidade escolar, colegas de trabalho, pais e alunos, organização

escolar e a sociedade. As ações devem estar pautadas nas esferas sociais, interpessoais e profissionais, de modo que o sujeito possa ser entendido e ajudado tanto no trabalho, como na vida social e individual.

Por outro lado, Benevides-Pereira (2001) acredita que a psicoterapia é uma importante ferramenta no combate a síndrome, e que pode ainda, promover ganhos na qualidade de vida. “Realmente, notamos que a psicoterapia vem sendo adotada como um excelente auxiliar não só como suporte para enfrentar o Burnout da profissão, mas também como meio de crescimento e aprendizagem” (BENEVIDES-PEREIRA, 2001, p. 15).

Já Maslach e Leiter (1999 apud VOLPATO et al. 2002) apontam que é importante focalizar o servidor, mas também o contexto em que está inserido, onde desenvolve suas atividades, afim de que se resolva o desajuste entre o indivíduo e o trabalho. Porém, é necessário que se busque soluções no ambiente social do local de trabalho, pois as fontes de desgaste estão mais localizadas em pontos situacionais do que pessoais.

É com base nesta e em outras pesquisas que pretendemos auxiliar a continuidade desse estudo, afim de que se divulguem a patologia em questão e que os posteriores esclarecimentos possam contribuir para a transformação da sociedade e a satisfação dos docentes em suas atividades laborais.

DECLARAÇÃO DE CONCESSÃO DOS DIREITOS AUTORAIS À REVISTA CIÊNCIA E DESENVOLVIMENTO.

Neste ato, a título gratuito, autorizo a REVISTA CIÊNCIA E DESENVOLVIMENTO, a utilizar o artigo intitulado: SÍNDROME DE BURNOUT COMO AMEAÇA A SAÚDE DO PROFESSOR: identificação dos fatores de risco em docentes de uma escola primária municipal de Vitória da Conquista – BA, em publicações impressas, eletrônicas, digitais e/ou em composições multimídia, dentro e fora do território nacional, desde que seja divulgado o nome dos autores, com a finalidade única e exclusiva de promover e divulgar o conhecimento científico.

BURNOUT SYNDROME AS A THREAT TO HEALTH OF THE TEACHER: *identification of risk factors in primary school municipal Teacher Helena Ferreira Cristália*

ABSTRACT

*This article discusses the burnout syndrome as a threat to teachers' health, having as main objective to identify the risk factors to which teachers are exposed to trigger the disease. **METHODS:** A dynamic, qualitative - descriptive and exploratory uses direct documentation for data collection. It is structured in a general section, which discusses the theoretical framework, resulting from research literature by various authors including: Carlotto, Maslach & Leiter, Volpato and others. In the other part was given a field research conducted with 21 teachers from primary school hall in Vitória da Conquista - BA, using a Brazilian version of the semi-structured questionnaire for educational validated by Gil-hill et al, known as "la Cuestionario to Evaluación Syndrome Quemarse del Trabajo por el (SBI), which has 20 items and four subscales: Enthusiasm for the work (5 items), psychological exhaustion (4 items), Sloth (6 items) and Guilt (5 items). **RESULTS:** It showed that the work they perform is not associated with risk factors for triggering the syndrome. Low levels has been shown in all subscales. **CONCLUSION:** We believe that prevention is still the best alternative, and a joint task, not lonely, with support from the school community, colleagues, parents and pupils, school organization and society.*

Keywords: *Lecturer. Burnout. Emotional Distress. Depletion Professional.*

Artigo recebido em 08/11/2012 e aceito para publicação em 27/11/2012

REFERÊNCIAS

- BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. **A Saúde Mental dos Profissionais de Saúde Mental**. Maringá: Eduem, 2001
- BRASIL. Decreto n. 3.048, 6 de maio de 1999. Dispõe sobre o Regulamento da Previdência Social. **Regulamento da previdência social**. Brasília: [S.n.], 1999. Disponível em: <http://www81.dataprev.gov.br/sislex/paginas/23/1999/3048.htm#L_6>. Acesso em: 25 fev. 2012.
- FERREIRA, A. B. H. **Novo Dicionário da Língua Portuguesa**. 2. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1986.
- GIL-MONTE P. R. et al. Validação da versão brasileira do "Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo" em professores. **Revista Saúde Pública**, v.44, n.1, p.140-147, 2010.
- LOWENSTEIN, L. Teazher estress leading to burnout: its prevention and cure. **Education Today**, v.41, n.2, p.12-16, 1991.

MASLACH, C., JACKSON, S. E. **Maslach Burnout Inventory (MBI)**. 2. ed. California: Consulting Psychologists Press., 1986.

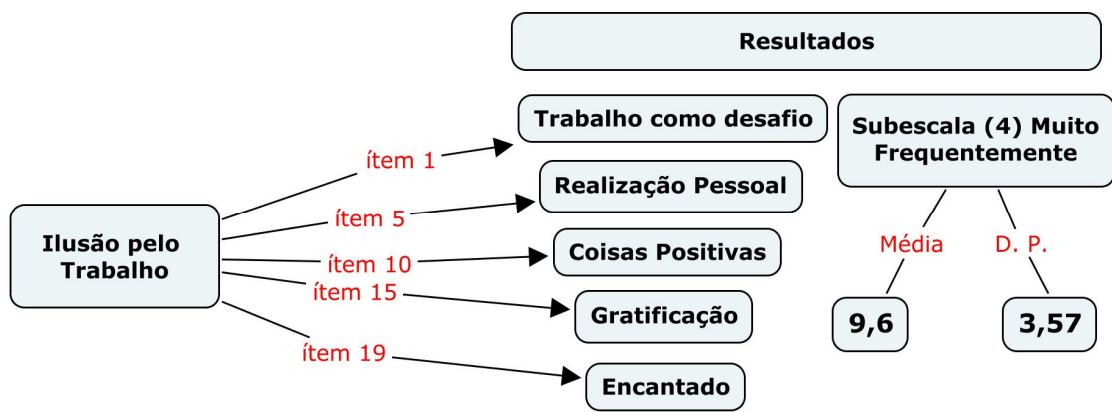
MASLACH C. P.; LEITER, M. P. **Fonte de Prazer ou Desgaste? Guia para vencer o estresse na empresa**. Campinas: Papirus, 1999

MASLACH, C.; SCHAUFELI, W.B.; LEITER, M. P. Job Burnout. **Annual Review Psychology**, v.52, p.397-422, 2001.

SLEEGERS, P. **Professional identity, school reform, and burnout: some reflections on teacher burnout**. Cambridge: Cambridge University Press, 1999.

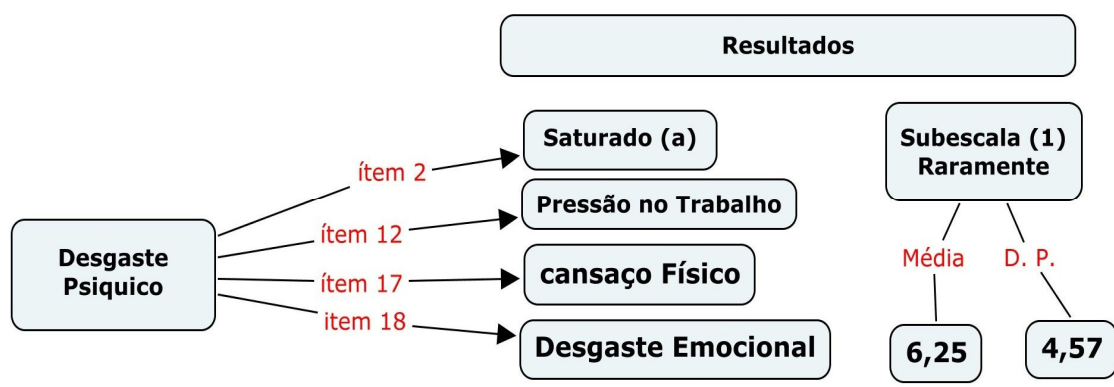
ANEXOS

Figura 1 – Dimensão: Ilusão pelo Trabalho.



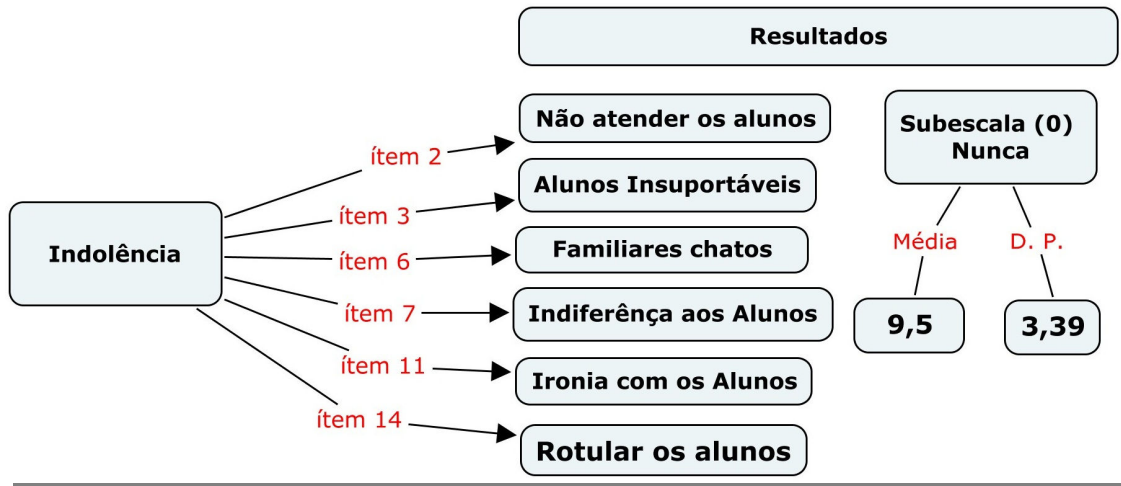
Fonte: Análise descritiva do CESQT, versão brasileira para profissionais da educação na EMPHCF Vitória da Conquista – BA (2011).

Figura 2 – Dimensão: Desgaste Psíquico.



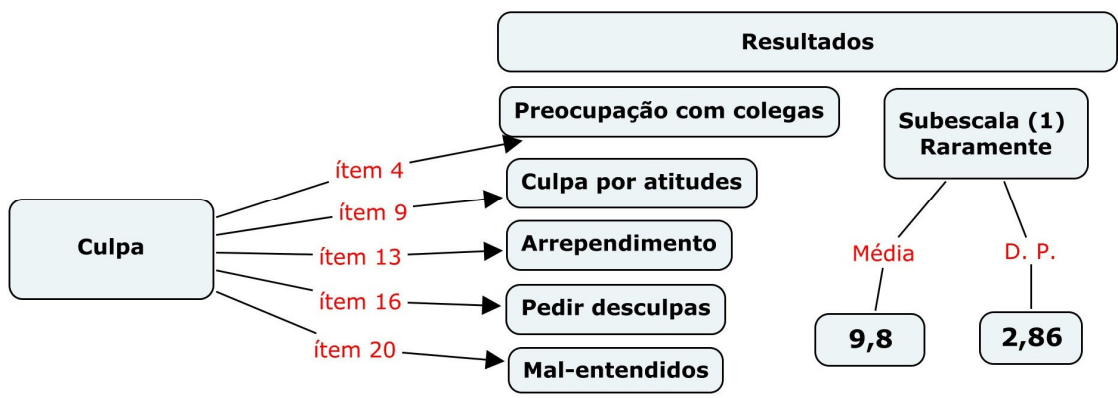
Fonte: Análise descritiva do CESQT, versão brasileira para profissionais da educação na EMPHCF Vitória da Conquista – BA (2011).

Figura 3 – Dimensão: Indolência.



Fonte: Análise descritiva do CESQT, versão brasileira para profissionais da educação na EMPHCF Vitória da Conquista – BA (2011).

Figura 4 – Dimensão: Culpa.



Fonte: Análise descritiva do CESQT, versão brasileira para profissionais da educação na EMPHCF Vitória da Conquista – BA (2011).