



UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE
CENTRO DE EDUCAÇÃO E SAÚDE
UNIDADE ACADÊMICA DE ENFERMAGEM
CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM

MARIA BEATRIZ VITOR MENEZES

SÍNDROME DE BURNOUT EM DOCENTES DO ENSINO SUPERIOR

CUITÉ

2017

MARIA BEATRIZ VITOR MENEZES

SÍNDROME DE BURNOUT EM DOCENTES DO ENSINO SUPERIOR

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande para fins de avaliação.

Orientadora: Prof^ª. Francilene Figueirêdo da Silva Pascoal

CUITÉ - PB
2017

FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA NA FONTE
Responsabilidade Jesiel Ferreira Gomes - CRB 15 - 256

M543s Menezes, Maria Beatriz Vitor.

Síndrome de Burnout em docentes do ensino superior.
/ Maria Beatriz Vitor Menezes. - Cuité: CES, 2016.

24 fl.

Monografia (Curso de Graduação em Enfermagem) -
Centro de Educação e Saúde / UFCG, 2016.

Orientadora: Francilene F. da Silva Pascoal.

1. Síndrome de Burnout. 2. Esgotamento emocional. 3.
Docentes. 4. Educação. I. Título.

Biblioteca do CES - UFCG

CDU 616-057

MARIA BEATRIZ VITOR MENEZES

SÍNDROME DE BURNOUT EM DOCENTES DO ENSINO SUPERIOR

Trabalho de Conclusão do Curso apresentado pela discente **Maria Beatriz Vitor Menezes** do curso Bacharelado em Enfermagem, tendo obtido o conceito de Bacharel, conforme a apreciação da Banca Examinadora constituída pelos professores:

Defendida e Aprovada em: 21 de agosto de 2017

BANCA EXAMINADORA

Prof^ª MSc. Francilene Figueiredo da Silva Pascoal
Orientadora- Universidade Federal de Campina Grande- UFCG

Prof^ª MSc Édija Anália Rodrigues de Lima
Membro Interno- Universidade Federal de Campina Grande- UFCG

Prof^ª Amanda Haissa Barros Henrique
Membro externo- Instituto Federal do Pernambuco- IFPE

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente aos meus pais pela vida, dedicação, amor e pela confiança depositada em mim. Agradeço por todas as orações e palavras de apoio, sem estas, eu não estaria aqui. Reconheço e sou infinitamente grata pelo esforço que fizeram.

À minha avó, Maria de Fátima, que por tantas vezes me aninhou em seu colo mesmo perante a distância física nesses 5 anos.

As minhas primeiras companheiras de apartamento: Jessyka Galvão, Rayssa Cristina e Fernanda Costa. Obrigada por aperfeiçoarem minha paciência, pelos conselhos e pelas risadas mesmo em meio ao caos de uma vida totalmente nova.

Aos amigos que fiz durante a graduação: Ruan Roberto, Dayse Rocha, Luiza Tereza, Hortência Hellen e Amanda Dayane. Serei eternamente grata a cada um de vocês pela dedicação com nossa amizade, por cada momento em que mesmo inconscientemente me fizeram uma pessoa melhor. Não há como esquecer vocês.

À Renner Leite pelo carinho e devoção para comigo nesse momento, por cada conselho e crítica construtiva. Obrigada por tamanho zelo e delicadeza. Não há como descrever em palavras a importância do seu apoio.

A minha orientadora, Francilene Pascoal, por sua paciência e disposição sempre que precisei. Ao longo desse ano reconheci nela qualidades que busco adquirir e aperfeiçoar em mim.

RESUMO

MENEZES, M.B.V. **Síndrome de *burnout* em Docentes do Ensino Superior**. Cuité, 2017. 25 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Enfermagem) Unidade Acadêmica de Enfermagem, Centro de Educação e Saúde, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité PB, 2017.

A Síndrome de Burnout (SB) é resultado do estresse crônico de caráter ocupacional. É caracterizada por três dimensões: Exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional. Seu principal sintoma é a falta de energia para as atividades laborais e pessoais. A SB acomete principalmente as profissões que exigem relações interpessoais e por este motivo essa investigação foi realizada com base em artigos científicos que estudassem docentes do ensino superior. O presente estudo é uma revisão integrativa, a qual selecionou uma amostra com 8 artigos publicados de 2007 a 2017. Foram utilizadas as bases de dados: Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Literatura Internacional em Ciências da Saúde (MEDLINE), na biblioteca virtual Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e Public Medline (PUBMED). Esse estudo teve como objetivo responder 3 questões norteadoras: Qual é o perfil dos docentes acometidos pela SB? Quais são as estratégias usadas na prevenção e no enfrentamento do Burnout? Quais são as consequências da síndrome para as instituições de ensino superior e docentes? Foi constatado que a maioria dos artigos só conseguiram responder as perguntas norteadoras de forma superficial e as estratégias de prevenção e enfrentamento não foram reportadas em nem um dos artigos analisados. Foi verificado que o burnout em docentes do ensino superior ainda necessita ser estudada mais detalhadamente. Além disso, os docentes poderão adquirir mais conhecimento sobre o tema e suas consequências. Desta forma, poderão desenvolver métodos e estratégias de enfrentamento de acordo com suas individualidades.

ABSTRACT

MENEZES, M.B.V. **Síndrome de *burnout* em Docentes do Ensino Superior.** Cuité, 2017. 25 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Enfermagem) Unidade Acadêmica de Enfermagem, Centro de Educação e Saúde, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité-PB, 2017.

Burnout syndrome (SB) is a result of the chronic stress with occupational character. It is characterized by three dimensions: emotional exhaustion, depersonalization and low professional achievement. Its main manifestation is lack of energy for work and personal activities. SB mainly affects the professions that require interpersonal relations and for this reason this research was carried out based on scientific articles that studied higher education teachers. The present study is an integrative review, which selected a sample with 8 articles published from 2007 to 2017. Data bases were used: Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS) and International Literature in Health Sciences (MEDLINE), Scientific Electronic Library Online (SCIELO) and Public Medline (PUBMED). This study aimed to answer 3 guiding questions: What is the profile of the teachers affected by SB? What are the strategies used in preventing and coping with Burnout? What are the consequences of the syndrome for education institutions and teachers? It was found that most of the articles only managed to answer the guiding questions in a superficial way and the prevention and coping strategies were not reported in neither of the articles analyzed. It was verified that burnout in higher education teachers still needs to be studied in more detail. Moreover, teachers will be able to gain more knowledge about this subject and its consequences. In this way, they may develop methods and coping strategies according to their individualities.

LISTA DE ABREVIATURAS

DE – Despersonalização emocionas

EE – Exaustão emocional

LILACS - Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde Literatura

MEDLINE - Internacional em Ciências da Saúde

PUBMED - *Public Medline*

RP – Realização profissional

SB – Síndrome de *Burnout*

SCIELO - *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO)

SPSS - *Statistical Package for Social Sciences*

UFCG – Universidade Federal de Campina Grande

SUMÁRIO

Sumário

RESUMO.....	4
ABSTRACT	5
LISTA DE ABREVIATURAS.....	6
SUMÁRIO.....	7
1. INTRODUÇÃO.....	8
1.1 OBJETIVO GERAL	9
1.2 OBJETIVO ESPECIFICO	9
2 REFERENCIAL TEÓRICO.....	10
2.1 SINDROME DE BURNOUT	10
2.2 BURNOUT EM DOCENTES	11
METODOLOGIA.....	13
3 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	14
3.1 CARACTERÍSTICA DO ESTUDO	14
3.2 CATEGORIAS TÊMATICAS	17
3.2.1 Perfil dos docentes acometidos pela SB.....	17
3.2.2 Estratégias usadas para a prevenção e enfrentamento do <i>burnout</i>	19
3.2.3 Consequências da síndrome para as instituições de ensino e docentes.....	20
CONCLUSÃO.....	21
REFERÊNCIAS	22

1. INTRODUÇÃO

A Síndrome de *Burnout* (SB) é resultado do estresse crônico em trabalhadores com desequilíbrio somático intelectual e emocional (CORRAL-MULATO e BUENO, 2014). Tem sido considerado um problema de saúde ocupacional que pode causar diversos distúrbios psicológicos e físicos. E em casos graves, pode ocorrer a perda completa da aptidão laboral (FRANÇA et al., 2014).

O termo “*burnout*” significa queima de combustível, essa metáfora serve para descrever o processo de desgaste e consumo de energia fazendo analogia ao sufocamento de um incêndio, ou a extinção de uma vela. Foi utilizado o termo em inglês tendo em vista que suas tentativas de tradução castelhana foram fracassadas, nomeando esta mesma síndrome com até 19 palavras (JUÁREZ-GARCÍA, 2014). É a Freudenberger, um médico psicanalista, atribuída a descoberta da Síndrome de *Burnout* (SB), pois foi ele quem utilizou pela primeira vez no ano de 1974, para descrever suas observações aos residentes em medicina os quais acompanhava, estes demonstravam intenso esgotamento físico e exaustão emocional (SANTOS; SOBRINHO, 2011).

Em 1976, Maslach e Jackson tornam-se referência sobre o tema, trazendo com eles a observação que a SB é caracterizada por três dimensões principais, sendo eles: Despersonalização (DE), esgotamento emocional (EE) e redução da realização profissional (RP). A partir disto eles elaboraram a Maslach Burnout Inventory (MBI), um instrumento utilizado para avaliar como o trabalhador vivência seu trabalho. A exaustão emocional é representada pelo esgotamento dos recursos emocionais do indivíduo, derivando principalmente da sobrecarga e do conflito pessoal nas relações interpessoais. Já a despersonalização é caracterizada pela insensibilidade emocional do profissional, que passa a tratar clientes e colegas como objetos. Por fim, a redução da realização profissional que manifestar-se através da auto avaliação negativa associada à insatisfação e infelicidade com o trabalho (MELO et al., 2014). Ainda de acordo com Corral-Mulato e Bueno (2014) os primeiros sinais deste sofrimento mental são: cansaço, perda de energia, exaustão, desinteresse e apatia. Ele também divide os outros sinais e sintomas em quatro categorias distintas: física, emocional, psíquico e comportamental. É importante ressaltar que nem todos os sintomas são universais, sendo assim, dependendo de como o indivíduo se encontra as manifestações acontecem de maneira diferente. Desta forma, nem todos que estão com a SB exibirão todos esses conjuntos de sintomas. (SANTOS; SOBRINHO, 2011)

Heyda e Handar (2011) referem que toda e qualquer atividade laboral pode gerar *Burnout*, entretanto, os mais atingidos são aqueles que exercem atividade laboral a qual exige

relações interpessoais, dentre estas podem-se citar como as mais acometidas pela síndrome os trabalhadores na área da saúde e os docentes. Os estudos como o de Juárez-García, et al. (2014) apontam que os docentes estão entre a classe de maior risco para desenvolvimento do *burnout*. A pesquisa aponta que isso se deve principalmente ao excesso de alunos por sala, grande quantidade de trabalho que precisam levar para casa e o baixo salário que não compensa o vasto trabalho. A falta de investimentos na educação também leva esta classe de trabalhadores a constantes quadros de estresse que podem levar a SB.

Normalmente, os sintomas da Síndrome de *Burnout* são negligenciados e por esse motivo o trabalhador acaba não procurando um tratamento adequado para o problema. Assim, por consequência da síndrome e da fragilidade no tratamento, incide perda significativa da produtividade, gerando custos indiretos excessivos para as empresas e serviços além de diminuir a qualidade de vida do trabalhador (HEYDA; HANDAR, 2011). Por estes aspectos, emerge as seguintes questões norteadoras: Quais as consequências da SB em docentes do magistério superior e para as Instituições educacionais? Qual a ocorrência do *burnout* entre docentes do magistério superior? Quais métodos de prevenção e tratamento são empregados pelos docentes do magistério superior? Este estudo buscará responder a estas questões norteadoras através da revisão integrativa.

1.1OBJETIVO GERAL

Caracterizar o *burnout* em docentes do magistério superior por meio da revisão integrativa.

1.2OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Revelar as estratégias utilizadas pelos docentes e instituições de ensino no enfrentamento do *burnout*;
- Conhecer as consequências da SB para os docentes do magistério superior e para as Instituições Educacionais.
- Verificar a ocorrência do *burnout* entre docentes do magistério superior.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 SINDROME DE BURNOUT

O termo “*burnout*” vem do inglês e serve como metáfora para descrever o processo de desgaste e consumo de energia, fazendo analogia ao sufocamento de um incêndio ou a extinção de uma vela (JUÁREZ-GARCÍA, 2014). Esse termo foi utilizado pela primeira vez pelo médico psicanalista Freudenberger no ano de 1974, para descrever as suas observações acerca do esgotamento físico e da exaustão emocional de residentes em medicina (SANTOS; SOBRINHO, 2011).

De acordo com Maslach e Jackson (1981) a Síndrome de *Burnout* (SB) é composta de três dimensões, são elas: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional (VIEIRA, 2015). A exaustão emocional ocorre quando o indivíduo apresenta falta de energia e entusiasmos na realização das suas tarefas. Os trabalhadores percebem que não há mais condições de doar energia para o atendimento de clientes e demais pessoas (FRANÇA et al, 2014). A despersonalização também pode ser entendida como o distanciamento emocional, onde, o profissional trata clientes e colegas de trabalho como objeto, de forma “mecânica”, deixando de lado a humanização ao tratar, refere ainda, indiferença em relação às atividades laborais (FRANÇA et al, 2014). Por fim, baixa realização pessoal diz respeito ao profissional que se avalia de forma negativa, sentindo-se infeliz e insatisfeito e, demonstrando baixa autoestima e desmotivado (DIEHL; CAROLOTO, 2014). Os sinais e sintomas evoluem lenta e progressivamente. Raramente é diagnosticada ainda no início (CORRAL-MULATO; BUENO, 2014).

Os primeiros sinais do sofrimento mental são: perda de energia e o cansaço contínuo, exaustão, desinteresse e apatia, entre outros (CORRAL-MULATO; BUENO, 2014). Além disso, é possível observar alterações físicas e psicológicas, a saber, alienação, sentimento de vazio, ansiedade, onipotência, impotência, agressividade, suspeição, hostilidade, apatia, mudanças bruscas no humor, irritabilidade, problemas musculares, sexuais, imunológicos, cardíacos, respiratórios, digestivos e do sistema nervoso. (HEYDA; HANDAR, 2011). Contudo, Coral-Mulato e Bueno (2014) classificam os sintomas em quatro categorias: física, emocional, psíquica e comportamental. Sendo os sintomas físicos mais comuns, a fadiga constante e progressiva, os distúrbios do sono, as dores musculares, as crises de sudorese, a cefaleia do tipo tensional ou enxaqueca, a opressão precordial ou palpitações, as perturbações gastrintestinais e a diminuição da imunidade. Os sintomas psíquicos são, diminuição da memória evocativa e de fixação, dificuldade de concentração, diminuição da capacidade de tomar decisões, manifestações paranóides, sentir-se injustiçado e incompreendido, fixação de

ideias e obsessão por determinados problemas, ideação fantasiosa, lentificação do pensamento e dificuldade de aprender fatos novos, diminuição da espontaneidade e criatividade em geral. Os sintomas emocionais são desânimo, perda do entusiasmo e da alegria, ansiedade e depressão, impaciência, irritação, pessimismo, auto depreciação e culpa. Por sua vez, os sintomas comportamentais são tendência ao isolamento, menor flexibilidade nos relacionamentos, dificuldade na aceitação de novas situações, perda de interesse pelo trabalho e lazer, aumento do consumo de bebidas alcoólicas, tabaco e drogas tranquilizantes e forte tendência para o absenteísmo. É importante ressaltar que nem todos os sintomas são universais, sendo assim, dependendo de como o indivíduo se encontra as manifestações acontecem de maneira diferente. Desta forma, nem todos que estão com a SB exibirão todos esses conjuntos de sintomas. (SANTOS; SOBRINHO, 2011)

Heyda e Handar (2014) reportaram que entre as principais consequências da SB para a organização do trabalho estão: o absenteísmo e presenteísmo. O absenteísmo é ausência física do profissional, o que acaba gerando diminuição no lucro da empresa, uma vez que mesmo sem produzir o funcionário é remunerado. Além disso, os demais funcionários acabam trabalhando mais para suprir a ausência do outro trabalhador. O presenteísmo é caracterizado pela presença física do profissional, contudo, este tem desempenho reduzido ou quase inexistente por estar debilitado física e/ou psicologicamente. A evolução da SB vai depender da sensibilidade de cada indivíduo em relação ao estresse e a tensão ocupacional. As ocupações que requerem maior aproximação humana (policiais, profissionais da área da saúde e da educação) são aquelas com maior risco de desenvolverem a SB (HEYDA; HANDAR, 2011).

2.2 BURNOUT EM DOCENTES

Os docentes têm como atuação ministrar e planejar aulas, elaborar e corrigir provas e trabalhos, e necessitam de atualização constante para que transmitam os conteúdos da melhor forma. Esse trabalho exige bastante tempo e dedicação, o que, inúmeras vezes faz o docente levar trabalho para casa e abdicar da sua vida pessoal para que seu trabalho seja feito da maneira adequada (COSTA, 2013). Os professores estão entre os grupos com maior predisposição a desenvolver a SB, pois além do seu trabalho exigir relação interpessoal, há também muitas situações estressantes que exigem do trabalhador alta tolerância (KOGA et al., 2015; JOSÉ, 2014). Ainda entre problemas que levam os professores ao *burnout*, são tidos como desencadeantes: a falta de reconhecimento social, turmas com número elevado de

alunos, pressão quanto a prazos e o baixo salário (KOGA et al., 2015). Outro fator estressante para os docentes implica no fato de necessitar levar os conteúdos em sala de aula de uma maneira mais prática e clara, para que assim, seus alunos consigam atender as inúmeras exigências do mercado de trabalho futuramente. (COSTA, 2013).

Dosea, Carvalho e Andrade (2013) mostram em sua pesquisa que a segunda maior causa de incapacidade laboral que afeta professores universitários é o *burnout*, perdendo apenas para doenças osteomusculares, levando estes ao afastamento da sala de aula. Foi mencionado ainda que esse número aumenta ainda mais quando o docente é extremamente dedicado a instituição de ensino mas sente que os gestores não o compreende e valoriza.

É importante ressaltar que o Ministério da Saúde do Brasil reconheceu através da Portaria Nº 1339/99 a Síndrome de *Burnout* como um Transtornos mental e do comportamento relacionados com o trabalho.

Por fim, não é característica das instituições o questionamento sobre a saúde dos docentes ou a investigação sob os riscos os quais estes estão expostos. Tal desatenção, se evitada, conseguiria reduzir os números da SB em docentes (ZIMATH; BÜSEMAYER, 2011).

METODOLOGIA

O presente estudo é uma investigação literária que utiliza métodos da revisão integrativa. Para tanto foi realizado um levantamento de artigos científicos consultando online a BVS. Foram utilizadas as bases de dados, a saber, Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Literatura Internacional em Ciências da Saúde (MEDLINE), na biblioteca virtual *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO) e *Public Medline* (PUBMED). Para a pesquisa foram utilizados os seguintes descritores do DeCS (Descritores em Ciências da Saúde): esgotamento profissional, docentes e educação. Para o cruzamento dos descritores foi utilizado como ferramenta de auxílio, o operador Booleano “AND”. Foram identificados 191 artigos. Diante da inviabilidade da análise do total de artigos identificados foram estabelecidos critérios de inclusão e exclusão, para que assim permanecessem apenas os artigos que correspondiam aos objetivos da pesquisa. Foram utilizados como critérios de inclusão: os artigos publicados em inglês, português e espanhol; possuir acesso gratuito; atender aos descritores estabelecidos e estar disponível na íntegra; relatar a SB em professores do magistério superior; publicado entre os anos de 2007 e 2017. Como critérios de exclusão foram utilizados resenha de livro; capítulo de livro; editoriais e resumos. No portal de Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) dos 70 artigos localizados apenas 1 atendeu aos critérios de inclusão. Na busca através da PUBMED foram encontrados 78 artigos, destes, 1 artigo foi utilizado. No *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO) dos 34 encontrados 7 atenderam aos critérios. Na *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE) foram localizados 9 artigos, onde nem um destes atenderam a todos os critérios. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 8 artigos foram selecionados para a análise. Tais quais os resultados serão explanados através de categorias.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 CARACTERÍSTICA DO ESTUDO

AUTORES	LOCAL	ANO	TÍTULO	PROCEDÊNCIA
David Quintão S.	IC; Portugal; Lisboa	2012	<i>Burnout</i> em Professores: a sua Relação com a Personalidade, Estratégias de <i>Coping</i> e Satisfação com a Vida	SCIELO
Gomes Quintão SR.	APR; Portugal; Lisboa	2011	<i>Burnout</i> , satisfação com a vida, depressão e carga horária em professores	SCIELO
Zucoloto Maroco Campos JADB.	ML; J; Brasil; São Paulo	2012	Dentistry teachers and the Burnout Syndrome	LILACS
Ruiz NR.	LM; Silva Brasil; São Paulo - SP	2009	Indicador de burnout em docentes de terapia ocupacional: um estudo piloto	SCIELO
Costa Monte Possobon Ambrosano GMB.	LST; Gil-PR, RF; Brasil; Piracicaba - SP	2012	Prevalência da Síndrome de <i>burnout</i> em uma Amostra de Professores Universitários Brasileiros	SCIELO
Suda, Coelho, Bertaci, Santos, B.B.	E.Y; A.T; A.C; Brasil; São Paulo - SP	2011	Relação entre nível geral de saúde, dor musculoesquelética e síndrome de burnout em professores universitários	SCIELO
Mendonça Coelho Júca MJ.	VLG; JAPM; MJ. Brasil; Maceió - AL	2012	Síndrome de Burnout em Médicos Docentes de uma Instituição Pública	SCIELO
Gomes AR, et al.	Portugal; Lisboa	2013	Stress, avaliação cognitiva e <i>Burnout</i> : Um estudo com professores do ensino superior	SCIELO

Os resultados do presente estudo mostram que a maioria das publicações científicas (n=4; 50%) sobre o tema foi em 2012. Com relação às instituições em que a amostra de

docentes foi examinada, 1 artigo utilizou em sua amostra somente uma faculdade pública (ZUCOLOTO; MAROCO; CAMPOS, 2012), 1 artigo utilizou amostra de uma única instituição privada (SUDA et al., 2011), 5 artigos usaram tanto instituições públicas quanto privadas (COSTA et al., 2012. DAVID; QUINTÃO, 2012. MENDONÇA; COELHO; JÚCA, 2012. RUIZ; SILVA, 2009; GOMES et al., 2013) e 1 artigo não especificou quais as instituições foram analisadas (GOMES; QUINTÃO, 2011). Alguns estudos (COSTA et al., 2012. DAVID; QUINTÃO, 2012. MENDONÇA; COELHO; JÚCA, 2012. RUIZ; SILVA, 2009) destacam como limitação a não adesão dos docentes acometidos pela SB em suas amostras, tendo em vista que, seus participantes eram voluntários e em todos estes houve recusa na participação.

Três dos oito artigos encontrados reportam que a maioria da amostra de docentes é composta pelo gênero masculino (MENDONÇA; COELHO; JÚCA, 2012. ZUCOLOTO; MAROCO; CAMPOS, 2012. COSTA et al., 2012), dois artigos trazem o gênero feminino com número superior (GOMES; QUINTÃO, 2011. SUDA et al., 2011) e o outros três não relataram o gênero dos participantes (DAVID; QUINTÃO, 2012. RUIZ; SILVA, 2009).

A maioria dos artigos analisados (n=6) utilizaram como instrumento para avaliação da SB a *Maslach Burnout Inventory* (MBI) (COSTA et al., 2012. DAVID; QUINTÃO, 2012. GOMES et al., 2013. GOMES; QUINTÃO, 2011. MENDONÇA; COELHO; JÚCA, 2012. SUDA et al., 2011), dentre esses, quatro usaram também o questionário sociodemográfico (GOMES et al., 2013. GOMES; QUINTÃO, 2011. MENDONÇA; COELHO; JÚCA, 2012. SUDA et al., 2011) e um desses utilizou ainda a Escala de Avaliação da Fadiga (MENDONÇA; COELHO; JÚCA, 2012. SUDA et al., 2011). Sobre os outros dois artigos que não utilizaram a MBI, 1 realizou sua avaliação através da *Oldenburg Burnout Inventory* (OLBI) (ZUCOLOTO; MAROCO; CAMPOS, 2012) e o outro pelo Questionário de Avaliação para a Síndrome de *Burnout* juntamente com um questionário sociodemográfico (COSTA et al., 2012).

A MBI é o instrumento mais utilizado na avaliação da Síndrome de *Burnout*, foi desenvolvido pelas pesquisadoras Maslash e Jackson em 1986. O questionário contém 22 questões que são distribuídas em 3 dimensões, a Exaustão emocional composta por 09 itens, a realização profissional com 08 itens e a Realização profissional contendo apenas 5 itens. O cálculo dos escores dos indivíduos é feito a partir da atribuição dos valores relativos a frequência. O escore total bruto dos sujeitos é obtido através dos somatórios de cada item do questionário. O escore do sujeito em cada uma das dimensões (exaustão, realização pessoal e despersonalização) também é computado pelo somatório dos itens relativos a cada uma das

dimensões. Devido ao caráter multidimensional da síndrome o MBI é o questionário mais adequado e usado. Esta escala tem a SB como uma variável contínua, onde seus níveis variam em baixo, médio e alto. O nível baixo é representado por escores baixos na “despersonalização”, “exaustão emocional” e escore alto em “realização pessoal”. O nível médio traz valores médios nas três subescalas. O nível alto produz-se em escores altos para subescalas “despersonalização”, “exaustão emocional” e baixos escores na “realização pessoal”(VIEIRA, 2015).

O OLBI foi criado pelo alemão Demerouti é composto de uma escala tipo Likert com 16 itens, variando de 1 (Concordo) a 4 (Discordo totalmente). O OLBI desenvolvida originalmente em alemão mensura o *burnout* com duas dimensões: Exaustão e Desligamento do Trabalho. O OLBI é composto de uma escala tipo Likert com 16 itens, variando de 1 (Concordo) a 4 (Discordo totalmente). Os oito itens da subescala de Exaustão (EXA) são genéricos e se referem aos sentimentos gerais de vazio, além de sobrecarregarem no trabalho uma forte necessidade de descanso e um estado de exaustão física. Os itens do Desligamento do Trabalho (DT) se referem a distanciar do objetivo e do conteúdo do próprio trabalho e atitudes cínicas e comportamentos negativos para o trabalho em geral (SCHUSTER; DIAS; BATTISTELLA, 2016).

A Escala de Avaliação da Fadiga (EAF) se apresenta como uma das medidas mais econômicas e de fácil aplicação. Elaborada inicialmente por Michielsen, de Vries, van Heck, van de Vijver, e Sijtsma (2004) no contexto holandês, reunindo dez itens que, teoricamente, formam uma estrutura unidimensional, avaliando tanto a fadiga física quanto a psicológica, em coerência com a literatura. No Brasil, a primeira tentativa de adaptá-la foi realizada por Oliveira, Gouveia, Peixoto, e Soares (2010), que a traduziram e efetuaram sua validação semântica para logo executarem dois estudos empíricos. No primeiro, fizeram uma análise de componentes principais (CP), que revelou um único componente cuja consistência interna (alfa de Cronbach) foi de 0,80, obtendo índices de escalabilidade de 0,33 (H) e 0,82 (*Rho*). O segundo estudo replicou o anterior, confirmando a estrutura unidimensional; seu α foi de 0,85, apresentando os seguintes índices de escalabilidade: $H=0,40$ e $Rho=0,87$. O coeficiente de congruência entre as soluções fatoriais desses estudos foi 0,99. Portanto, comprovaram-se evidências de sua validade fatorial e consistência interna (CAVALCANTI, 2016).

3.2 CATEGORIAS TÉMATICAS

Os resultados desses estudos foram analisados e discutidos em três categorias temáticas: Perfil dos docentes acometidos pela SB; estratégias usadas na prevenção e enfrentamento do *Burnout* e as consequências da síndrome para as instituições de ensino e docentes.

3.2.1 Perfil dos docentes acometidos pela SB

De acordo com os dados analisados, o presente estudo revelou que entre os docentes com *burnout* predominavam aqueles que trabalhavam com carga horária máxima e/ou em mais de uma instituição de ensino. A maioria dos entrevistados era do sexo masculino, ressaltamos que apenas duas pesquisas correlacionou o nível da Síndrome de *burnout* com o gênero, esta revelou que os indivíduos do gênero feminino enfrentam níveis mais intensos. Em todos os artigos, os docentes entrevistados exibiram exaustão emocional, com níveis de leve a moderado. Além disso, todos os estudos analisados que relataram haver uma porcentagem dos seus docentes com SB reportaram que os níveis mais elevados estavam em EE.

Foi verificado em todos os artigos analisados que os docentes entrevistados apresentavam exaustão emocional relacionada com a sobrecarga de trabalho e falta de tempo para atividades de lazer. A falta de tempo para família e atividades de lazer gera sob o trabalhador tensão e sentimento de impotência sob sua própria vida. A exaustão emocional caracteriza-se pela diminuição de energia causada pelo sentimento de esgotamento de recursos relacionados ao trabalho. Está relacionado à falta de condições de exercer seu trabalho com entusiasmo e energia, o que acarreta em falta de motivação para lidar com colegas de trabalho e discentes (BATISTA et al, 2011). Embora as populações estudadas tenham exibido a Síndrome de *Burnout* com severidade leve, a exaustão emocional parece ser a primeira manifestação dessa patologia (SUDA et al., 2011). Esse resultado é importante uma vez que todos os estudos mostram que os docentes exibiam EE, indicando elevado risco para o desenvolvimento da SB. A EE fica ainda mais evidente em docentes de instituições privadas como reportado por Suda et al., (2011). Esses autores reportaram que a EE pode ser devido a forte cobrança por parte das instituições, falta de poder de decisão associada à exigência do cumprimento de ordens dos seus superiores. A falta de autonomia na participação das decisões tomadas que interferem diretamente em seu trabalho podendo levar a baixa realização pessoal. Além disso, ele se sente obrigado a cumprir ordens que algumas

vezes não condizem com sua didática de trabalho. Isso conseqüentemente pode interferir na sua vida pessoal.

Os estudos de Gomes e Quintão (2011) e David e Quintão (2012) mostram que embora os níveis de exaustão emocional nos docentes do magistério superior sejam significativos, ainda assim, há um bom nível de satisfação de vida quando comparados com os docentes de níveis de ensino inferior. David e Quintão (2012) reportaram que houve uma correlação positiva entre neuroticismo (pessoas que têm maior predisposição para o desenvolvimento de um estado emocional negativo) e evitamento cognitivo com a SB. Dessa forma, tem sido proposto que os docentes com menos nível de tolerância e aqueles que evitam o envolvimento afetivo com os alunos são mais acometidos pela EE e Síndrome de *Burnout*.

De acordo com os resultados das pesquisas analisadas a exaustão emocional manifesta-se em níveis ainda mais elevados no gênero feminino (GOMES; QUINTÃO, 2011. ZUCOLOTO; MAROCO; CAMPOS, 2012). Esse dado pode ser explicado pelo paradoxo entre trabalho e família enfrentado pelas mulheres (ZUCOLOTO; MAROCO; CAMPOS, 2012).

A exaustão emocional pode acarretar comprometimento da saúde, afetando física e emocionalmente dos indivíduos (SUDA et al., 2011). A presença dessa dimensão diminui a capacidade de motivação e criatividade para planejamento de aulas e gera distanciamento entre docentes e discentes (RUIZ; SILVA, 2009).

Conciliar atividades de ensino, pesquisa e extensão, atendendo questões relacionadas à produção científica, de duas instituições de ensino distintas faz surgir no profissional, o sentimento obrigatório de levar trabalho para o lar (COSTA, 2013). Além disso, os professores do magistério superior têm como atuação planejar e ministrar aulas, elaborar e corrigir atividades didáticas e de avaliação constantemente. Também há necessidade imperiosa de atualização constante para aprimorar os conteúdos curriculares. Esse trabalho exige um elevado dispêndio de tempo e muita dedicação. A atualização exigida dos professores é diretamente prejudicada devido ao excesso de trabalho que resulta em pouco ou nem um tempo livre. Ao mesmo tempo, que instituição e discentes cobram essa capacitação do educador há também a cobrança com seus prazos. Fazendo com que, por várias vezes, o educador se veja incapacitado para realizar todas suas tarefas (COSTA, 2013). Juárez-García et al., (2014) afirmam que o desgaste físico e emocional do trabalhador está aumentando e que a carga máxima de trabalho pode ser o principal desencadeante para tal resposta. Sendo neste momento que comumente surge o presenteísmo e absenteísmo.

A carga máxima de trabalho gera também um desgaste físico e cognitivo no professor do magistério superior e assim como a exaustão emocional, gera um distanciamento pessoal que afeta negativamente as relações interpessoais do docente (KOGA et al., 2015).

O desgaste psíquico em decorrência da carga máxima de trabalho e os dois vínculos empregatícios contribuem expressivamente para a diminuição da qualidade de vida dos docentes, sobretudo, daqueles que necessitam deslocar-se de um município para outro. De fato, David e Quintão (2012) mostraram que os docentes relatam insatisfação com relação a distância do local de residência e o estabelecimento de ensino, gerando um fator negativo na sua qualidade de vida, com manifestações significativas de exaustão emocional e despersonalização.

Costa et al., (2012) avaliaram que 14% (n=24) dos professores do magistério superior foram acometidos pela síndrome; Destes 11% (n=19) por nível leve e 3% (n=5) por nível moderado. Zucoloto, Maroco e Campos (2012) obtiveram em sua amostra um total de 17% (n=12) de acometimento pela Síndrome de *burnout*, sendo que estes reportaram somente nível leve.

Nos artigos analisados neste estudo, apenas 2 deles identificaram a prevalência da SB entre os docentes, os demais artigos reportaram somente o nível leve ou moderado da dimensão da exaustão emocional e não reconheceram a SB. Não há consenso entre o diagnóstico do *burnout*, no entanto, o uso mais comum é do critério definido por Grunfeld et al. (2000), ao qual diz que na presença de níveis elevados das dimensões EE ou DE, ou baixa RP é suficiente para diagnosticar o trabalhador como acometido pela SB.

3.2.2 Estratégias usadas para a prevenção e enfrentamento do *burnout*

Não foram encontrados artigos que reportam as formas e medidas de prevenção e de tratamento realizadas pelos docentes e pelas instituições de ensino. Alguns deles apenas relataram a importância dos seus resultados para a implantação de medidas preventivas e terapêuticas visando diminuir a incidência e a severidade dos casos de síndrome de *burnout*.

A pesquisa em tela revela que os docentes do magistério superior e as instituições de ensino ainda não têm conhecimento da real gravidade da SB e não a consideram como uma síndrome preocupante. Nesse sentido, fica evidente que não há na equipe do corpo docente e nas instituições de ensino um esforço para a aplicação de medidas de prevenção da SB, bem como de melhorar o cuidado com os indivíduos acometidos por essa síndrome.

A ausência de estratégias de prevenção e enfrentamento da Síndrome de *Burnout* em professores do magistério superior pode estar relacionada ao desconhecimento sobre a SB.

Num estudo realizado em 2010 por Batista et al. foi verificado que trabalhadores de diversas áreas nem se quer sabiam da existência do *burnout*. Esses autores constataram ao entrevistar médicos da cidade de João Pessoa que 75% da amostra não tinham conhecimento sobre a Síndrome.

O insuficiente número de estudos e poucas informações sobre o tema fragiliza a possibilidade de haver intervenções que atuem sobre as variáveis laborais e psicossociais que influenciam o desenvolvimento da SB (BATISTA et al., 2011).

3.2.3 Consequências da síndrome para as instituições de ensino e docentes.

Dosea, Carvalho e Andrade (2013) mostram que a segunda maior causa de incapacidade laboral que afeta professores universitários é o *burnout*, sendo a primeira causa às doenças osteomusculares. A incapacidade laboral contribui para o afastamento do professor do magistério superior da sala de aula. O número de afastamentos também aumenta em casos de docentes reconhecidamente dedicados à instituição de ensino não são devidamente valorizados pelos gestores.

Somente 25% dos artigos (n=2) relataram as consequências da síndrome de *burnout* (MENDONÇA; COELHO; JÚCA, 2012. RUIZ; SILVA, 2009). Esses autores afirmam que a consequência negativa da SB é a sua manifestação em dimensões profissional e pessoal, acarretando danos para as instituições de ensino e para as relações pessoais entre os docentes e entre docentes e discentes. Não é comum das instituições de ensino a preocupação com a saúde dos docentes ou a investigação sob os riscos os quais estes estão expostos, na verdade, as instituições olham apenas para a educação dos alunos e o cuidado com a saúde mental e física daqueles que passam o conteúdo é desvalorizada. (ZIMATH; BÜSEMAYER, 2011).

CONCLUSÃO

Os estudos sobre a Síndrome de *Burnout* em professores do magistério superior são escassos. Dessa forma, não foram encontradas muitas informações que respondessem aos objetivos desse estudo. Os artigos não reportaram claramente o perfil dos docentes acometidos, as estratégias de enfrentamento e as formas de prevenção. Somente 2 deles mostraram as consequências da SB. Mais estudos sobre a temática devem ser realizados a fim de esclarecer os pontos investigados pela presente pesquisa.

Recomenda-se como forma de enfrentamento, por parte das instituições de ensino, a realização de intervalo entre as aulas, a oferta de atividades de relaxamento, como, yoga, técnicas de automassagem e alongamento para os docentes, assim como, campanhas educativas para a divulgação de informações sobre a Síndrome de *Burnout*. Desta forma o profissional poderá reconhecer as primeiras manifestações da SB e estabelecer a forma de enfrentamento mais adequado para o caso.

REFERÊNCIAS

BATISTA, J.B.V; CARLOTTO, M.S; COUTINHO, A.S and AUGUSTO, L.G.S. Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. *Rev. bras. epidemiol.* [online]. 2010, vol.13, n.3, pp.502-512. ISSN 1415-790X. <http://dx.doi.org/10.1590/S1415-790X2010000300013>.

CAVALCANTI, Thiago Medeiros et al . Escala de Avaliação da Fadiga: funcionamento diferencial dos itens em regiões brasileiras. **Aval. psicol.**, Itatiba , v. 15, n. 1, p. 105-113, abr. 2016.

CORRAL-MULATO, S; BUENO, S.M.V.; (Des)conhecimento da Síndrome de Burnout entre acadêmicos de enfermagem; Revista de Enfermagem UERJ; Rio de Janeiro; fev. 2014; 22(2); p. 206-211.

COSTA, L.S.T; GIL-MONTE, P.R; POSSOBON, R.F; AMBROSANO, G.M. B. Prevalência da Síndrome de Burnout em uma amostra de professores universitários brasileiros. *Psicol. Reflex. Crit.* [online]. 2013, vol.26, n.4, pp.636-642.

DANTAS, T. R. S; et al. Prevalência da síndrome de burnout entre enfermeiros da rede hospitalar de urgência e emergência. **Journal Of Research Fundamental Care Online**, João Pessoa - PB, v. 6, p.196-205, 20 pdez. 2014

DIEHL, L; CARLOTTO, M.S; Knowledge of teachers about the Burnout Syndrome: Process, risk factors and consequences. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 19, n. 4, p. 741-752, out./dez. 2014.

FIGUEIREDO-FERRAZ, H; GIL-MONTE, P.R.; GRAU-ALBEROLA, E. Prevalencia del Síndrome de Quemarse por el Trabajo(Burnout) en una muestra de maestros portugueses. **Aletheia**, Canoas , n. 29, p. 6-15, jun. 2009 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942009000100002&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 22 maio 2017.

FRANÇA, T. L. B. et al.; Síndrome de Burnout: Características, Diagnóstico, Fatores de Risco e Prevenção. Revista de Enfermagem UEPE online; Recife; out., 2014; p.3539-3546.

GOMES, A.P.R; QUINTAO, S.R. Burnout, satisfação com a vida, depressão e carga horária em professores. **Aná. Psicológica**, Lisboa , v. 29, n. 2, p. 335-344, abr. 2011 .

GRUNFELD, E; WHELAN T.J; ZITZELSBERGER L; WILLAN A.R; MONTESANTO B; EVANS WK. Cancer care workers in Ontario: prevalence of burnout, job stress and job satisfaction. *CMAJ* 2000; 163:166-9.

HEYDA, A. et al. Avaliação da produtividade na síndrome de burnout. *Revista Brasileira de Medicina*, 9(2) P. 78-84, 2011.

JOSÉ B.S.L. Síndrome de Burnout em Professores Universitários, Lisboa, 2014. p. 3-77, dez. 2014.

JUÁREZ-GARCÍA, A; et al.; Síndrome de *burnout* en población mexicana: Una revisión sistemática; *Salud Mental*, vº 37, nº 2; México; abr. 2014; p.159-176.

KOGA, G.K.C. et al.; Fatores associados a piores níveis na escala de *Burnout* em professores da educação básica; *Rio de Janeiro*; set. 2015; 23(3); p. 268-275.

MENDONCA, Vera Lúcia Gama de; COELHO, Jorge Artur Peçanha de Miranda; JUCA, Mário Jorge. Síndrome de Burnout em Médicos Docentes de uma Instituição Pública. **Psicol. pesq.**, Juiz de Fora , v. 6, n. 2, p. 90-100, dez. 2012

RUIZ, Luciane Modesto; SILVA, Nilson Rogério da. Indicadores de burnout em docentes de terapia ocupacional: um estudo piloto . **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**, Brasil, v. 20, n. 2, p. 101-109, aug. 2009. ISSN 2238-6149. Disponível em: <<http://revistas.usp.br/rto/article/view/14063/15881>>. Acesso em: 22 may 2017.

SANTOS, A. A; SOBRINHO, C. L. N; Revisão sistemática da prevalência da Síndrome de Burnout em professores do ensino fundamental e médio. *Revista Baiana de Saúde Pública*, v.35, n.2, p.299-319, abr./jun. 2011.

SCHUSTER, Marcelo da Silva; DIAS, Valeria da Veiga; BATTISTELLA, Luciana Flores. Inventário de burnout de oldenburg: a influência do gênero, ocupação e supervisão/burnout inventory of oldenburg: the influence of gender, occupation and supervision. **RAUnP-ISSN 1984-4204**, v. 8, n. 1, p. 9-18, 2016.

Vasconcelos FF, Granado IE, Martins Junior J. Estudo comparativo sobre a incidência da Síndrome de Burnout em professores da rede pública e privada de Maringá – PR. *Saúde Pesqui.* 2009;2(1):23-6.

VIEIRA, M.V. Esgotamento emocional e sua relação com a satisfação laboral e sobrecarga de trabalho na enfermagem e em Saúde Mental: Estudo observacional. 2015. 136p. Tese (Doutorado em Ciências) – Programa de Pós-Graduação Enfermagem Psiquiátrica, Ribeirão Preto, 2015.

ZIMATH, S. C; BÜSEMAYER, A. J; Conhecendo o índice de Burnout em Professores Universitarios de Cursos Superiores de Tecnologia, vº 15, nº 21; out. 2012; p.111-135.