

# ESTUDO COMPARATIVO SOBRE A INCIDÊNCIA DA SINDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES DA REDE PÚBLICA E PRIVADA DE MARINGÁ - PR

## **Fernanda Ferreti Vasconcelos**

Discente do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Maringá - CESUMAR. E-mail: ffvasconcelos@hotmail.com

## **Ilario Eing Granado**

Discente do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Maringá - CESUMAR. E-mail: ilariogranado@hotmail.com

## **Joaquim Martins Junior**

Docente Dr. do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Maringá - CESUMAR. E-mail: jmjunior@cesumar.br

**RESUMO:** A escola hoje tem sido considerada uma empresa e o professor é, muitas vezes, visto como um funcionário que além de realizar suas tarefas pedagógicas deve realizar inúmeras outras funções, além de sua carga horária. A intensificação dos afazeres do professor tem lhe ocasionado conflitos, pois seu tempo para estudos e atualizações se encontra demasiadamente reduzido. Burnout é o termo utilizado para designar um sentimento crônico de desânimo, apatia e despersonalização que atinge profissionais de várias áreas, principalmente da saúde e educação. Esta síndrome é o resultado do estresse emocional incrementado na interação com outras pessoas. Este estudo visa diagnosticar a presença, as causas, a incidência e o tratamento da Síndrome de Burnout em professores da rede pública e privada de Maringá - PR. Utilizando procedimentos descritivos, oitenta e dois professores de ambos os gêneros da rede pública e privada de ensino de Maringá - PR responderam a um questionário, desenvolvido por Maslach e Jackson (1981) para identificar a síndrome de Burnout. Da amostra pesquisada, 18,29% apresentaram sintomas desta síndrome, sendo que, de uma forma geral, toda a amostra apresentou algum sintoma de Burnout. A maioria dos professores que apresentaram todos os sintomas da síndrome possuía entre trinta e um e quarenta anos de idade e lecionava de nove a dezesseis anos. Foi então possível concluir que os professores mais jovens e com menor tempo de magistratura tendem a desenvolver a Síndrome de Burnout devido, principalmente, ao acúmulo de afazeres e também pela pressão que sofrem no seu ambiente de trabalho.

**PALAVRAS-CHAVE:** Síndrome de Burnout; Professor; Ensino.

## COMPARATIVE STUDY ON THE INCIDENCE OF BURNOUT SYNDROME IN TEACHERS FROM PUBLIC AND PRIVATE SCHOOLS IN MARINGÁ, PR - BRAZIL

**ABSTRACT:** Nowadays, the school has been considered a company and the teacher is just a worker that besides doing his pedagogic duties has to accomplish many other functions. This intensification of teachers' obligations is causing them conflicts; their time to study and to get updated is too short. Burnout is the term used to designate a chronic feeling of discouragement, apathy and depersonalization that affects professionals of many areas, especially health and education. This syndrome is the result of emotional stress caused by the interaction with others. This present study aims to diagnose the presence, the causes, the incidences and the treatment of the Burnout Syndrome in professors of public and private schools. Therefore, descriptive procedures were used in a population composed by public and private schools teachers. Eighty two people were used in this study, of both genders. After the selection of teachers, a questionnaire developed by Maslach and Jackson (1981) was applied to identify the Burnout Syndrome. 18.29% among the 82

studied teachers presented symptoms of the syndrome and, in general, all the teachers presented some symptom of Burnout. Most of the professors that presented the symptoms of the syndrome may be considered young (31 to 40 age group) and had been teaching for a relative short time (9 to 16 years). In conclusion, younger professors and with short time of school-teaching tend to develop the Burnout Syndrome. The cause of that can be due to the accumulation of tasks and also to the pressure they suffer in their work environment.

**KEYWORDS:** Burnout Syndrome; Teacher; Teaching.

## INTRODUÇÃO

O atual modelo de educação impõe muitas atribuições ao professor, muitas vezes além de sua carga horária. Hoje, além de dar aulas, ele deve fazer trabalhos administrativos, planejar, reciclar-se, investigar, orientar alunos e atender as visitas de pais. Também deve organizar atividades extra-escolares, participar de reuniões de coordenação, seminários, conselhos de classe, efetuar processos de recuperação, entre outras tantas tarefas (CARLOTTO, 2003).

Tais atividades levam a uma rotina exaustiva, que deve ser administrada e incorporada às demais dimensões e papéis assumidos pelos professores no âmbito de sua vida privada, o que nem sempre se dá, e os predispõe ao burnout.

Esta intensificação dos afazeres do professor lhe ocasiona conflitos, pois essa sobrecarga reduz seu tempo disponível para estudos individuais ou em grupo, participação em cursos ou outros recursos que possam contribuir para a sua qualificação e favorecer seu desenvolvimento e sua realização profissional (ESTEVE, 1999; SCHNETZLER, 2000). Dessa forma, fica claro que existem diversos fatores estressores que, se persistentes, podem levar à Síndrome de Burnout.

Burnout é o termo utilizado para designar um sentimento crônico de desânimo, apatia e despersonalização que atinge principalmente trabalhadores da área de educação e saúde (HARRISON, 1999). Significa algo como perder a energia, ou mais literalmente, queimar por inteiro.

Esta síndrome é o resultado do estresse emocional incrementado na interação com outras pessoas. Diferente do estresse genérico, ela geralmente incorpora sentimentos de fracasso. Seus principais indicadores são: cansaço emocional, despersonalização e falta de realização pessoal (ESTRESSE..., 2007).

Para Codo (1999), o trabalhador que sofre desta síndrome perde o sentido da sua relação com o trabalho, as suas ações perdem a importância e os esforços realizados são inúteis. Os sintomas iniciais dessa síndrome são constituídos por uma exaustão emocional onde a pessoa sente que não pode mais dar nada de si, que são seguidos de sentimentos e atitudes negativas, culminando em sentimentos de falta de realização pessoal no trabalho que afetam a eficiência e habilidade para realização de tarefas e de adequar-se à organização (ESTRESSE..., 2007).

Um professor que apresenta a Síndrome de Burnout se relaciona com frieza com seus alunos, não permitindo que as

dificuldades e os problemas de seus alunos o afetem. A relação entre eles torna-se coisificada, não possui calor humano. O professor se torna irritado e não tem empatia para transmitir o conhecimento. “[...] ele sofre: ansiedade, melancolia, baixa auto-estima, sentimento de exaustão física e emocional” (CODO, 1999, p. 242).

Assim, questiona-se se a prática de atividade física é capaz de aliviar os sintomas dessa Síndrome.

De acordo com Benevides-Pereira (2002, p.32), os sintomas mais frequentemente associados ao burnout são:

*Psicossomáticos:* enxaquecas, dores de cabeça, insônia, gastrites e úlceras; diarreias, crises de asma, palpitações, hipertensão, maior frequência de infecções, dores musculares e/ou cervicais, alergias, suspensão do ciclo menstrual nas mulheres;

*Comportamentais:* absenteísmo, isolamento, violência, drogadição, incapacidade de relaxar, mudanças bruscas de humor, comportamento de risco;

*Emocionais:* impaciência, distanciamento afetivo, sentimento de solidão, sentimento de alienação, irritabilidade, ansiedade, dificuldade de concentração, sentimento de impotência, desejo de abandonar o emprego, decréscimo do rendimento de trabalho, baixa auto-estima, dúvidas de sua própria capacidade e sentimento de onipotência;

*Defensivos:* negação das emoções, ironia, atenção seletiva, hostilidade, apatia e desconfiança.

Assim, diante do exposto, chegou-se ao seguinte problema: professores da rede pública e privada de ensino de Maringá - PR sofrem da Síndrome de Burnout?

Para responder a essas e outras questões emergentes, este estudo teve por objetivo diagnosticar a presença, as causas, a incidência e o tratamento da Síndrome de Burnout em professores das escolas estaduais e particulares do município de Maringá - PR.

## 2 METODOLOGIA

Este estudo, de caráter descritivo (MARTINS JUNIOR, 2008), foi desenvolvido numa população composta por professores de ambos os sexos, de escolas públicas e privadas, sem uma faixa etária pré-determinada, de nível superior ou acima, da cidade de Maringá. A amostra foi composta por oitenta e dois sujeitos, de ambos os sexos, sendo trinta e sete professores de escola pública e quarenta e cinco de escola privada, escolhidos aleatoriamente. A pesquisa foi realizada em oito escolas, sendo quatro da rede estadual e quatro da rede particular de ensino de Maringá - PR.

Após a seleção dos professores foi aplicado um questionário, desenvolvido por Maslach e Jackson (1981), conhecido como MBI - *Maslach Burnout Inventory*, para identificar

a síndrome de Burnout. Este instrumento possibilita analisar a Exaustão Emocional (EE), Realização Profissional (RP) e a Despersonalização (DE). As questões apresentam valores que vão de "0" a "6" pontos. Sendo que "0" corresponde a "nunca" e "6" corresponde a "todos os dias". O questionário é composto por vinte e duas perguntas. Destas, nove questões correspondem à EE, oito correspondem à RP e cinco correspondem à DE.

Para que uma pessoa seja considerada com *Burnout*, seus resultados devem demonstrar valores altos de DE e EE associados a valores baixos de RP. Ou seja, os valores encontrados para DE devem estar acima de 8. Os índices de EE devem estar acima de 25 e os valores de RP devem estar abaixo de 32 pontos. (BENEVIDES-PEREIRA, 2002).

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A análise dos resultados verificados permitiu as seguintes considerações:

De um total de oitenta e dois professores, quinze (18,29%) apresentaram todos os sintomas da Síndrome de Burnout. Analisando separadamente, observou-se que 24,32% dos professores da escola pública apresentaram a síndrome, enquanto nas escolas privadas este número foi de apenas 13,33%.

De acordo com o GEPEB - Grupo de Estudos e Pesquisas sobre Estresse e Burnout, os índices considerados normais para a Exaustão Emocional (EE) variam de dezesseis a vinte e cinco pontos, os índices de Despersonalização (DE) normais estão entre três e oito pontos. Por sua vez, os índices de Realização Profissional tidos como normais variam entre trinta e dois a quarenta e dois pontos (BENEVIDES-PEREIRA, 2002).

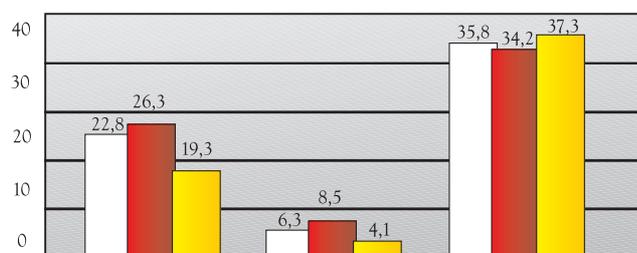


Figura 1. Índices de EE, DE e RP

Os dados apresentados na figura 1 mostram que, de uma forma geral, os professores de escola pública apresentaram resultados piores que os professores de escola privada. Os professores de escola pública apresentaram um índice de EE de 26,3 e DE de 8,5. Ambos os índices estavam acima do considerado normal pela literatura. Já os professores de escola privada obtiveram índices de 19,3 para EE e 8,5 para DE.

Com relação ao índice de RP, os professores de escola privada apresentaram melhores índices (37,3 comparados com 34,2 dos professores de escola pública). Porém, de forma geral, os níveis dos sintomas encontrados se adequam aos relatados na literatura como sendo de normalidade.

Uma comparação entre os resultados da figura 2 revela que

as mulheres apresentam índices mais elevados de Exaustão Emocional e Despersonalização do que os homens. Enquanto os índices de EE para os homens foi de 12,6, entre as mulheres foi de 23,1. Com relação ao índice de DE, os homens obtiveram 3,6 pontos contra 6,6 pontos observados no resultado das mulheres.

Depreende-se assim, que as exigências do trabalho do professor ocasionam um conflito entre trabalho e família, o que leva a um aumento significativo da exaustão emocional e da despersonalização. De acordo com Ogeda e (S. d.), se por um lado existe a necessidade de trabalhar, do outro há a necessidade de dedicar mais tempo à família, ao marido, aos filhos, enfim, um paradoxo, uma angústia instalada. Há, portanto, um acúmulo de afazeres que a mulher desempenha além de seu trabalho.

Observa-se ainda que, de uma forma geral, os professores de escola pública tendem a se sentir mais esgotados emocionalmente com seu trabalho do que professores de escola privada, uma vez que, dos dezenove professores que responderam que se sentiam esgotados algumas vezes ao mês, 68,4% pertenciam às escolas públicas.

Dos professores que apresentaram a Síndrome de *Burnout*, 60% lecionam de nove a dezesseis anos na escola. Ou seja, não são profissionais que se encontram há muito tempo no âmbito escolar, porém, também não são recém contratados com pouca experiência de ensino. Dessa forma, os indivíduos analisados encontram-se em um nível intermediário na carreira profissional, com idade que varia de trinta e um a quarenta anos. Levando em conta que a maioria dos profissionais dessa área adentra com pedido de aposentadoria por volta dos trinta anos de magistratura, pode-se considerar os indivíduos qualificados na pesquisa como sendo jovens de profissão, com pouco exercício profissional.

### 4 CONCLUSÃO

Este estudo evidenciou que tanto os professores de escola pública como os da privada apresentam a Síndrome de *Burnout* em maior ou menor escala.

Dos oitenta e dois professores analisados, quinze (18,29%) apresentaram todos os sintomas da síndrome, sendo nove deles pertencentes à escola pública e seis, às escolas privadas, fato que leva a supor que os professores das escolas públicas têm mais propensão a serem atingidos por esta síndrome do que os professores das escolas privadas.

Observou-se uma maior prevalência da Síndrome da *Burnout* entre os professores do sexo feminino do que entre os do sexo oposto. Tal fato pode ser atribuído ao acúmulo das atividades desempenhadas pelas mulheres além das suas atribuições profissionais, diferentemente dos homens que, em sua maioria, apenas se preocupam com suas atividades profissionais.

Esta síndrome se manifesta em professores com relativamente poucos anos de magistratura e entre os de menor faixa etária.

Tais resultados permitiram concluir que o acúmulo dos

afazeres desses professores, os diferentes tipos de pressão a que são expostos no seu ambiente de trabalho, os conflitos com os alunos, para além das suas responsabilidades familiares, acabam por influenciá-los negativamente levando-os ao desânimo em relação ao trabalho e predispondo-os a uma série de crises que acabam por comprometer os seus diferentes sistemas corporais.

Sugere-se que os professores atingidos pela Síndrome de Burnout adicionem atividades físicas ao seu dia-a-dia, sob a forma de lazer, com suas famílias e em ambientes que lhes permitam relaxar e esquecer momentaneamente o seu ambiente de trabalho.

## REFERÊNCIAS

BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. (Org.). **Burnout**: Quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador. São Paulo, SP: Casa do Psicólogo, 2002.

CARLOTTO, M. S. Burnout e o Trabalho Docente: Considerações Sobre a Intervenção. **Revista InterAção Psy**, ano 1, n. 1, p. 12-18, ago. 2003.

CODO, W. **Educação**: carinho e trabalho. Petrópolis, RJ: Vozes. 1999.

ESTEVE, J. M. **O mal-estar docente**: a sala de aula e a saúde dos professores. São Paulo, SP: EDUSC, 1999.

ESTRESSE e Síndrome de Burnout. **PsiquWeb**. Disponível em: <<http://www.psiqweb.med.br/site/?area=NO/LerNoticia&idNoticia=70>>. Acesso em: 18 maio 2007.

HARRISON, B. J. Are you destined to burn out? **Fund Raising Management**, v. 30, n. 3, p. 25-28, may 1999.

MARTINS JUNIOR, J. **Como escrever trabalhos de conclusão de curso**: instruções para planejar e montar, desenvolver, concluir, redigir e apresentar trabalhos monográficos e artigos. Petrópolis, RJ: Vozes, 2008.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. The measurement of experienced burnout. **Journal of Occupational Behavior**, v. 2, p. 99-113, 1981.

OGEDA, C R D et al. **Burnout em professores**: a síndrome do século XXI. RECE - Revista Eletrônica de Ciências da Educação. v.1, n.2, nov. 2003.

SCHNETZLER, R. P. Prefácio. In: GERALDI, C. M. G.; FIORENTINA, D.; PEREIRA, E. M. A. (Orgs.). **Cartografias do trabalho docente**. Campinas, SP: Mercado de Letras. 2000.

Recebido em: 03/02/2009

Aceito em: 23/03/2009