

SÍNDROME DE BURNOUT EM DOCENTES DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR

BURNOUT IN PROFESSORS OF A HIGHER EDUCATION INSTITUTION

Juliana Barros Ferreira¹, Karollyne Rocha da Silva², Andréa Silva Souza²,
Cleyara Pereira de Almeida², Karla Cavalcante Silva de Moraes³

Autora para correspondência: Juliana Barros Ferreira - julibarro78@hotmail.com

¹Fisioterapeuta. Professora na Faculdade Independente do Nordeste e Faculdade de Tecnologia e Ciências. Vitória da Conquista, Bahia, Brasil.

²Fisioterapeuta. Vitória da Conquista, Bahia, Brasil.

³Fisioterapeuta. Mestre em Saúde Pública, Professora na FAINOR e na Faculdade Maurício de Nassau. Vitória da Conquista, Bahia, Brasil.

RESUMO | **Objetivos:** Investigar a prevalência da síndrome de Burnout em professores de uma instituição particular, analisar a correlação entre Síndrome de Burnout e indicadores de qualidade de vida, e apresentar suas principais características. **Método:** Trata-se de um estudo observacional, de corte transversal e caráter quantitativo, com amostra de 93 indivíduos de ambos os gêneros, composta pelos docentes atuantes de uma instituição de ensino superior. Para a análise descritiva das características da população foram calculadas as médias e desvios padrão das variáveis estudadas. A correlação entre a qualidade de vida, fatores preditores, sinais e sintomas com a síndrome de Burnout foi realizada através do coeficiente de correlação de Spearman. O nível de significância adotado foi de 1%. **Resultados:** Dentre os participantes 5.38% evidenciaram a presença da síndrome e 15.91% exposição a mesma. Foi observado ainda que 34,4% apresentam altos níveis de exaustão emocional, 24,7% apresentam níveis altos de despersonalização e 34,4% apresentam baixos níveis de realização profissional. **Conclusão:** Os profissionais apontaram sinais de exaustão emocional condizentes com a Síndrome de Burnout em níveis altos, vinculados ao somatório das exigências da prática profissional. Os achados deste estudo podem subsidiar programas preventivos do adoecimento mental na prática da docência.

Palavra-chave: Burnout, Docentes, Desgaste Profissional, Qualidade de Vida.

ABSTRACT | **Objectives:** To investigate the prevalence of the Burnout syndrome in teachers from a private institution, to analyze the correlation between the Burnout syndrome and standard of living, and to present its main characteristics. **Method:** This is a cross-sectional observational study with a quantitative nature, sampling 93 informants from both genders, acting teachers of a higher education institution. For the descriptive analysis of the characteristics of the populations, the variables' averages and standard deviations were calculated. The correlation between standards of living, predicting factors, signs and symptoms of the Burnout syndrome was achieved through Spearman's correlation coefficient. The adopted level of significance was 1%. **Results:** Among the participants, 5.38% confirmed the presence of the syndrome and 15.91% showed exposure to it. It was also observed that 34.4% showed high levels of emotional exhaustion, 24.7% showed high levels of depersonalization, and 34.4% showed low levels of professional fulfilment. **Conclusion:** The professionals showed emotional exhaustion signs consistent with Burnout Syndrome at high levels, related linked to the sum of requirements of their professional practice. The findings of this study can promote mental disease prevention programs in the teaching jobs.

Key words: Burnout Professional, Faculty, Burnout Professional, Quality of Life.

INTRODUÇÃO

O ambiente de trabalho tem se tornado uma das principais fontes de realização do ser humano, um meio em que se gasta uma grande parcela de tempo buscando o sucesso social e profissional, proporcionando ao indivíduo uma exaustão física e emocional quando não alcançam o retorno esperado (1). Uma das respostas a esta exaustão é a Síndrome de Burnout (SB) citada por Maslach e Jackson (2), como “uma síndrome de exaustão emocional, despersonalização e reduzida realização profissional que pode ocorrer entre indivíduos que trabalham com pessoas”.

A SB pode ser caracterizada por quatro grupos sintomatológicos, que são: comportamental quando o indivíduo apresenta descuido com o trabalho; psíquicas, notada pela ansiedade e distúrbios de memória; físicos manifestados por distúrbios do sono, dores musculares, cefaleia; e por fim defensivo, quando o trabalhador apresenta cinismo, ironia, perda do interesse pelo trabalho, sentimento de onipotência e tende-se ao isolamento³.

O trabalho docente é uma das categorias ocupacionais mais suscetíveis ao estresse⁴. Devido a isso diversos estudos têm sido realizados buscando traçar o perfil do educador que está exposto ao desenvolvimento da SB, uma vez que a severidade da síndrome nesta categoria vem superando a dos profissionais de saúde^{5,6}.

No meio educacional a SB pode ser desenvolvida devido a fatores multidimensionais provenientes da associação de aspectos individuais e ambiente de trabalho. Dentre os fatores mais comuns estão: a alta carga horária extraclasse, dificuldades interpessoais, manutenção da ordem em sala de aula, ruptura de laços afetivos, dificuldade em lidar com as exigências do trabalho⁷. Esses eventos podem contribuir para a exaustão emocional, diminuindo sua qualidade de vida e tornando-os vulneráveis ao surgimento de transtornos ligados ao estresse⁴.

A ocorrência da síndrome em docentes tem sido relevante, pois prejudica diretamente a vida do educador e também o seu ambiente de trabalho, afetando o alcance dos objetivos pedagógicos, visto que após o desenvolvimento da síndrome o

indivíduo desenvolve desinteresse pelo trabalho, insensibilidade e apatia⁸.

Devido ao impacto social e profissional vivido pelo docente, Costa. et al.⁹ pontua ser necessário e relevante a elaboração de pesquisas de caráter nacional que disponibilize dados que auxiliem na elaboração de estratégias que promovam melhorias, através da prevenção e intervenção eficaz.

Esta pesquisa foi realizada a fim de investigar a prevalência da síndrome de Burnout em professores de uma instituição particular, analisar a correlação entre Síndrome de Burnout e indicadores de qualidade de vida, e apresentar suas principais características

MÉTODOS

Tratou-se de um estudo analítico observacional, de corte transversal e de caráter quantitativo. A pesquisa foi realizada no âmbito da Faculdade Independente do Nordeste-FAINOR situada em Vitória da Conquista/BA.

Amostra

A amostra foi composta pelo corpo acadêmico de docentes da Faculdade Independente do Nordeste-FAINOR, que consta com um total de 273 docentes de ambos os gêneros. Foi adotado como critérios de inclusão todos os docentes vinculados à faculdade a mais de um ano e que não tenham sido afastado de suas atividades por motivos de saúde própria nos últimos seis meses. Foram excluídos docentes que durante o seu período de trabalho estejam envolvidos apenas no setor administrativo da instituição e aqueles que não quiseram participar do estudo. Foram abordados 160 sujeitos, selecionados por meio de amostragem não probabilística por conveniência, dos quais 32 foram excluídos por não se enquadrarem nos critérios de inclusão e 18 se recusaram a participar sob alegação de falta de tempo. Dos 110 questionários entregues 97 foram devolvidos no prazo, sendo que 4 foram excluídos por não responderem corretamente os itens dos

questionários.

Coleta de dados

Primeiramente foi realizado um contato pessoal com os professores de forma aleatória e não intencional, onde foi explicado a finalidade e o objetivo da pesquisa, solicitando autorização para a coleta dos dados. Após consentimento em participar da pesquisa foi entregue o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), sendo respeitados os princípios éticos que constam na resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CAAE 45556315.6.0000.5578). Somente após a assinatura do termo, a pesquisa foi iniciada, sendo realizada na sala dos professores, em salas de aula vazias ou o questionário era deixado com o professor para devolução até o prazo final de coletas.

O participante recebeu um envelope contendo um questionário estruturado auto-aplicável acrescido do instrumento Maslach Burnout Inventory e um questionário para avaliação da qualidade de vida o Whoqol-bref. Após o preenchimento do questionário os participantes depositaram os envelopes em uma urna de acrílico lacrada, que permaneceu na instituição dentro da sala dos professores durante todo o período de coleta, garantindo anonimato e confidencialidade dos dados obtidos. A coleta teve duração de 8 semanas, sendo coletado durante 4 dias da semana nos turnos vespertino e noturno.

Para avaliar a Síndrome de Burnout foi aplicado um questionário estruturado autoaplicável conforme proposto por Jodas e Haddad³, composto por 27 itens, os quais registram os dados sócio-demográficos, dados profissionais, informações sobre lazer, fatores organizacionais preditores de Burnout e alguns sintomas somáticos relacionados com a síndrome. Foram acrescidas, ainda, 22 questões do instrumento Maslach Burnout Inventory (MBI), instrumento mais utilizado para avaliar o Burnout¹⁰.

Instrumento Maslach Burnout Inventory (MBI)

O MBI avalia as três dimensões da síndrome, sendo que as questões de 1 a 9 identificam o nível de exaustão emocional, as questões de 10 a 17 estão relacionadas à realização profissional e as questões de 18 a 22 à despersonalização. Sua pontuação aborda uma escala de Likert que varia de zero a seis, sendo: (0) nunca, (1) uma vez ao ano ou menos, (2) uma vez ao mês ou menos, (3) algumas vezes ao mês, (4) uma vez por semana, (5) algumas vezes por semana, (6) todos os dias (10).

Para o diagnóstico da SB o manual da MBI indica que profissional avaliado deve obter pontuação de nível alto para a subescala de exaustão emocional e despersonalização e nível baixo para realização profissional³. Pode-se observar os valores de referência do Núcleo avançado sobre a SB (NEPASB) apresentados no Quadro 1¹⁰.

Quadro 1. Valores da escala do MBI desenvolvidos pelo Núcleo de Estudos Avançados sobre a Síndrome de Burnout, 2001.

Dimensões	Ponto de corte		
	Baixo	Médio	Alto
Exaustão emocional	0 - 15	16 - 25	26 - 54
Despersonalização	0 - 02	03 - 08	09 - 30
Realização profissional	0 - 33	34 - 42	43 - 48

Fonte: Benevides-Pereira, 2001.

Instrumento Whoqol-bref

Para avaliação da qualidade de vida foi utilizado O Whoqol-bref, indicado pela Organização Mundial da Saúde. No Brasil, o instrumento foi validado

por pesquisadores da Universidade Federal do Rio Grande do Sul em amostra de 300 pessoas na cidade de Porto Alegre¹¹.

O instrumento consta de 26 questões, sendo duas

questões gerais sobre a satisfação com a saúde e com a qualidade de vida e outras 24 correspondentes a quatro domínios (físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente). A avaliação é realizada utilizando-se uma sintaxe própria do instrumento e os escores podem ser transformados em uma escala de zero a 100, sendo um escore para a qualidade de vida geral (considerando as respostas das duas questões gerais) e outros quatro escores correspondentes aos domínios avaliados¹¹.

Análise dos dados

Os dados coletados foram organizados em uma planilha por meio de tabelas pelo Microsoft Office Excel® 2007. Os dados foram analisados no The

StatisticalPackage for Social Sciences para Windows (SPSS 22.0, 2013, SPSS, Inc, Chicago, IL).

Para a análise descritiva das características da população foram calculadas as médias e desvios padrão. A correlação entre a qualidade de vida e a síndrome de Burnout, os fatores preditores e os sinais e sintomas apresentados pela classe foi realizada através do coeficiente de correlação de Spearman com nível de significância a 1%. O coeficiente ρ de Spearman varia entre -1 e 1. Sendo que o sinal negativo representa uma correlação inversamente proporcional. Quanto mais próximo estiver destes extremos, mais forte será a associação entre as variáveis¹².

RESULTADOS

A Tabela 1 apresenta as características sociodemográficas, profissionais e de lazer dos docentes avaliados. A média de idade dos 93 docentes avaliados foi em torno de $38,3 \pm 8,1$ anos. Sendo o sexo masculino predominante com 65,6% da amostra, 52,7% dos participantes são casados. A média de carga horária semanal está em torno de $45 \pm 13,3$ horas e 41,9% dos participantes trabalham em pelo menos 1 (um) emprego adicional.

Tabela 1. Características sociodemográficas, profissionais e de lazer dos docentes de uma instituição de ensino superior

Característica (N=93)	Frequência (%)
Sexo	
Masculino	61 (65,6%)
Feminino	32 (34,4%)
Faixa etária	
≤ 35 anos	41 (44,1%)
36 - 45 anos	35 (37,6%)
46 - 55 anos	14 (15,1%)
≥ 56 anos	3 (3,2%)
Média/Desvio Padrão	38,3 ± 8,1 anos
Estado Civil	
Solteiro(a)	32 (34,4%)
Casado(a)	49 (52,7%)
Divorciado(a)	11 (11,8%)
Viúvo(a)	1 (1,1%)

Tabela 1. Características sociodemográficas, profissionais e de lazer dos docentes de uma instituição de ensino superior (continuação)

Característica (N=93)	Frequência (%)
Quantidade de filhos	
Nenhum	37 (39,8%)
Um filho(a)	26 (28%)
Dois filhos(as)	20 (21,5%)
Três filhos(as)	9 (9,7%)
Quatro filhos(as)	1 (1,1%)
Número de empregos adicionais	
Nenhum	18 (19,4%)
Um emprego	39 (41,9%)
Dois empregos	26 (28%)
Três empregos	10 (10,8%)
Média/Desvio Padrão	1,3 ± 0,9 empregos
Carga horária de trabalho semanal	
≤ 20 horas	6 (6,4%)
21 – 40 horas	37 (39,8%)
41 – 60 horas	48 (51,6%)
≥ 61 horas	2 (2,2%)
Média/Desvio Padrão	45 ± 13,3 horas
Tempo das últimas férias	
< 6 meses	30 (32,3%)
6 meses – 1 ano	45 (48,4%)
1 – 2 anos	6 (6,5%)
> 2 anos	4 (4,3%)
Nunca teve	2 (2,2%)
Omissos	6 (6,5%)
Faz algum curso	
Sim	18 (19,4%)
Não	75 (80,6%)
Pratica alguma atividade física	
Sim	67 (72%)
Não	26 (28%)

Sendo: n = número de observações.

Na Tabela 2, pode-se observar que 34,4% apresentam altos níveis de exaustão emocional (EE), 24,7% apresentam níveis altos de despersonalização (DP) e 34,4% apresentam baixos níveis de realização profissional (RP). A média, o desvio padrão e coeficiente de variação foram, respectivamente: EE: $19,14 \pm 11,69$, 61%; DE: $5,52 \pm 4,71$, 85%; RP: $35,91 \pm 9,22$, 26%.

Foi notada a presença de Burnout em 5.38% dos docentes, com uma média de idade entre $31,4 \pm 3,28$, considerando uma média da carga horária semanal entre $52 \pm 4,47$ horas todos apresentavam pelo menos 1 (um) emprego adicional com uma média de $1,4 \pm 0,54$. Foi evidenciado 15.91% dos docentes estão expostos a SB com idade média entre $40,5 \pm 6,9$, apresentando carga horária semanal média de $46,2 \pm 14,4$ e uma média de empregos adicionais em torno de $1,14 \pm 0,77$.

Tabela 2. Estatística descritiva das dimensões da Síndrome de Burnout dos docentes de uma instituição de ensino superior avaliadas pelo questionário Maslach Burnout Inventory – MBI no período de agosto a setembro de 2015. Vitória da Conquista-BA, Brasil.

Dimensões	N	Média	DP	CV	Mín.	Máx.	Classificação (Frequência - %)		
							Baixo	Médio	Alto
Exaustão emocional	93	19,14	$\pm 11,69$	61%	0	44	40,9%	24,7%	34,4%
Despersonalização	93	5,52	$\pm 4,71$	85%	0	16	34,4%	40,9%	24,7%
Realização profissional	93	35,91	$\pm 9,22$	26%	5	48	34,4%	38,7%	26,9%

Sendo: N = número de participantes; DP = desvio padrão; CV = coeficiente de variação (%); Mín. = valores mínimos; Máx. = valores máximos.

Na análise de Correlação de Spearman entre as dimensões da SB e os fatores preditores de Burnout, foi possível observar uma correlação positiva (0,51), entre a EE e a quantidade de atividades capaz de serem realizadas em um dia de trabalho. Foi possível observar também uma correlação negativa entre a EE e a capacidade de controlar os procedimentos para os quais foi designado a realizar na instituição de trabalho de (-0,43).

A respeito da dimensão despersonalização foi possível observar uma correlação positiva de (0,30) com a quantidade de atividades capaz de serem realizada em um dia de trabalho e uma correlação negativa com a capacidade de controlar os procedimentos para os quais foi designado a realizar na instituição de trabalho. Evidenciamos também uma correlação positiva (0,48), entre a RP e o respeito existente entre as relações interpessoais na instituição onde atua como evidenciado na Tabela 3.

Tabela 3. Coeficiente de correlação de Spearman entre os fatores preditores e as dimensões para docentes de uma instituição de ensino superior que apresentaram a síndrome de Burnout no período de agosto a setembro de 2015. Vitória da Conquista-BA, Brasil.

Fatores Preditores	EE	DP	RP
Desempenha atividades que exigem mais tempo do que pode fazer em um dia de trabalho	0,51*	0,30*	-0,21
Sente que pode controlar os procedimentos e atendimentos para os quais foi designado na instituição de trabalho	-0,43*	-0,35*	0,33*
A instituição onde atua reconhece e recompensa os atendimentos e procedimentos realizados pelos funcionários	-0,12	-0,21	0,21
Percebe que o profissional, na instituição onde atua, é sensível aos funcionários, valorizando e reconhecendo o trabalho desenvolvido, assim como investe e incentiva o desenvolvimento profissional dos funcionários	-0,14	-0,08	0,12
Percebe de forma evidente que existe respeito nas relações internas da instituição	-0,12	-0,11	0,48*
Tem oportunidade de realizar algum trabalho que considera importante na instituição onde atua	-0,11	0,20	-0,27*

* significância a 1%, EE= Exaustão emocional, DP=Despersonalização, RP=Realização profissional

Tabela 4, pode-se observar a correlação entre os sinais e sintomas e as dimensões da SB. Dentre os sintomas que apresentaram as maiores correlações com a exaustão emocional estão: Irritabilidade fácil (0,51); Sentimento de cansaço mental (0,55); Pouco tempo pra si mesmo (0,47); Fadiga generalizada (0,53); Dificuldade de memória e concentração (0,48) e perda do senso de humor (0,56).

Na dimensão Despersonalização a maior correlação evidenciada foi com o sintoma de fadiga generalizada (0,36). Já a Realização Profissional apresentou uma correlação negativa com os sintomas de fadiga generalizada (-0,48); Pouco tempo pra si mesmo (-0,48) dificuldade de memória e concentração (-0,38).

Tabela 4. Coeficiente de correlação de Spearman entre os sintomas somáticos e as dimensões para docentes de uma instituição de ensino superior que apresentaram e não apresentam a síndrome de Burnout no período de agosto a setembro de 2015. Vitória da Conquista-BA, Brasil.

Cefaleia	0,32*	0,15	-0,19
Irritabilidade fácil	0,51*	0,09	-0,32*
Perda ou excesso de apetite	0,22	0,04	-0,26
Pressão arterial alta	0,16	0,09	-0,07
Dores nos ombros ou nuca	0,41**	0,20	-0,18
Dor no peito	0,19	0,10	-0,15
Dificuldade com o sono	0,43*	0,08	-0,15
Sentimento de cansaço mental	0,55*	0,17	-0,24
Dificuldades sexuais	0,08	-0,04	-0,10
Pouco tempo para si mesmo	0,47*	0,02	-0,48*
Fadiga generalizada	0,53*	0,36*	-0,48*
Pequenas infecções	0,44*	0,30*	-0,19
Consumo de substâncias químicas	0,32*	-0,10	-0,08
Dificuldade de memória e concentração	0,48*	0,15	-0,38*
Problemas gastrointestinais	0,26	-0,07	0,04
Problemas alérgicos	0,24	0,23	-0,25
Estado de aceitação contínuo	0,08	-0,10	0,28*
Sentir-se sem vontade de começar nada	0,40*	0,12	-0,18
Perda do senso de humor	0,56*	0,21	-0,33*
Gripes e resfriados	0,37*	0,17	-0,29*
Perda do desejo sexual	0,40*	0,15	-0,16

* = significância a 1%.

A Tabela 5, apresenta a correlação de Spearman entre os domínios da qualidade de vida e as dimensões da Síndrome de Burnout tanto entre os docentes que apresentam a síndrome quanto os que apresentam exposição a mesma.

Dentre os participantes que apresentam Burnout, foi possível observar que a dimensão exaustão emocional teve uma correlação negativa ao domínio relações sociais (-0,97), ou seja, quanto maior a exaustão emocional menor é a qualidade das relações sociais do indivíduo.

A dimensão despersonalização não apresentou correlação significativa com os domínios avaliados na QV. Foi possível observar também que a dimensão realização profissional, apresentou uma correlação positiva com o domínio psicológico e o meio ambiente ambos com um valor de (0,97) e uma correlação negativa altamente significativa com o domínio relações sociais. Os participantes que apresentaram exposição a SB, obtiveram uma correlação negativa entre a dimensão exaustão emocional e os domínios: psicológico (-0,67) e meio ambiente (-0,86).

Tabela 5. Coeficiente de correlação de Spearman entre os domínios de qualidade de vida do WHOQOL-Bref e as dimensões avaliadas no MBI para docentes de uma instituição de ensino superior que apresentaram a síndrome de Burnout e a exposição a síndrome no período de agosto a setembro de 2015. Vitória da Conquista-BA, Brasil.

Síndrome de <i>Burnout</i>	Domínio	Exaustão emocional	Despersonalização	Realização profissional
Apresentaram a síndrome	Físico	-0,25	-0,50	0,00
	Psicológico	0,88	-0,75	0,97*
	Relações sociais	-0,97*	0,65	-1,00**
	Meio ambiente	0,88	-0,75	0,97*
Expostos à síndrome	Físico	-0,49	-0,04	0,41
	Psicológico	-0,67*	0,28	0,43
	Relações sociais	-0,05	0,58	0,27
	Meio ambiente	-0,86*	0,66*	-0,08

* = significância a 1%; ** = altamente significativo.

DISCUSSÕES

A síndrome de Burnout ocorre através do desenvolvimento conjunto de três dimensões, sendo que é desencadeado pelo surgimento da exaustão emocional, trazendo como estratégia de defesa a despersonalização que resulta em baixa realização profissional e desejo de abandono ao trabalho².

Considerando o desenvolvimento da síndrome, os resultados do presente estudo apontam para a ocorrência da mesma, uma vez que 20,34% da população estudada evidenciam a presença ou exposição a síndrome. Tal fator pode ser resultado da alta carga horária semanal de trabalho, associado ao fator de empregos adicionais, caracterizando-se sobrecarga de trabalho. Esse resultado corrobora com os achados de Cotrim e Wagner¹, que observaram que quanto maior a carga horária maior a tendência para o desenvolvimento da síndrome, uma vez que cargas horárias elevadas refletem em baixos níveis de realização profissional.

Em relação as dimensões da síndrome, foi possível observar que a amostra avaliada apresentou um elevado percentual em baixos e médios níveis de realização profissional e altos níveis de exaustão emocional. Esse dado pode estar ligado aos valores existentes na formação sócio-histórica do educador, que, por ser classificada como vocação, pode induzir o profissional ao questionamento sobre as realizações do seu trabalho ser um fator de satisfação profissional⁷. No estudo realizado por Batista et al.¹³ ele pode identificar uma ligação entre o aumento da exaustão emocional e as características do trabalho docente, de modo que os docentes que possuíam elevada carga horária de trabalho, relataram a interferência do trabalho na vida pessoal e tornando-se um fator estressante.

As médias encontradas a respeito da dimensão despersonalização, diferem dos resultados encontrados por Batista, et al.¹³ e Carlotto⁷. A

diferença na pontuação pode ser explicada por questões culturais e, talvez, também se explique pela diferença da população avaliada, derivada de uma instituição privada. As questões culturais e dinâmicas laborais podem variar bastante em regiões dentro de um próprio país. Além disso, as características laborais da instituição de trabalho podem exercer influências nos resultados¹.

A progressiva ampliação do ensino privado tem elevado o número de discentes. Assim, para cumprir a demanda de atividades, tem-se aumentado a carga horária laboral do professor, além de aumentar a carga horária extraclasse devido ao elevado número de atividades realizadas, o que pode contribuir com o aumento do sentimento de esgotamento emocional¹⁴. Esse fator explica a correlação encontrada entre quantidade de atividade que o docente julga ser capaz de realizar em um dia de trabalho, com as dimensões apresentadas pela síndrome, confirmando os estudos^{4,15-17} os quais mostraram que sobrecarga de trabalho tem sido um dos principais fatores que desencadeiam o estresse no trabalho docente.

Essa sobrecarga de trabalho vivida pelos docentes acarreta no pouco tempo para realizar atividades que lhe proporcionem saúde e lazer, desencadeando os sinais e sintomas correlacionados com a síndrome. Sobressaindo o que menciona Gorski¹⁸, quando afirma que a prática de atividades físicas e de lazer são fatores que diminuem o risco para o desenvolvimento da síndrome de Burnout, uma vez que possibilita o condicionamento físico, diminuição da fadiga e consequente fuga em relação ao estresse vivenciado no ambiente de trabalho.

Identificar os fatores associados ao surgimento do burnout que afetam a qualidade de vida do educador permitiria embasar intervenções efetivas, mas os estudos sobre a síndrome direcionam suas considerações quase exclusivamente nas características pessoais e exigências do trabalho^{15,19,20,13}. Em nosso estudo identificamos que a dimensão realização profissional, dentre os indivíduos que apresentaram a síndrome, correlaciona-se negativamente de uma forma altamente significativa com o domínio relação social, ou seja, elas se influenciam de maneira inversamente proporcional, esta correlação não foi evidenciada entres os indivíduos que apresentam

exposição a síndrome. Tal relação pode se explicar devido ao grupo que evidencia a presença de Burnout, apresentar elevados níveis de exaustão emocional e despersonalização que pode afetar o comportamento do indivíduo, tornando-o insensível para com os colegas de trabalho.

Nos dados que diz respeito a qualidade de vida observa-se que a dimensão exaustão emocional, entre os indivíduos que apresentam a síndrome, possui uma correlação negativa com o domínio relações sociais, corroborando com os resultados encontrados por Costa²¹, ratificando que a exaustão emocional pode afetar o comportamento do indivíduo e em algum momento da vida irá afetar as relações sociais devido a desgastes físicos e psicológicos.

Outro aspecto a ser abordado foi existência da correlação entre a SB apenas em alguns domínios da qualidade de vida. Divergindo do estudo realizado por Tabeleão, et al.²², onde houve uma relação significativa em todas as dimensões, demonstrando que quanto mais elevado o nível de desgaste menor é a QV.

Assim, considerando os resultados, é importante observar as limitações encontradas para a realização do estudo. Dentre elas estão, a escassez de estudos que correlacionem e/ou investiguem mais a fundo a relação existente entre os domínios da qualidade de vida e as dimensões da Síndrome de Burnout e estudos que relacionem os sintomas apresentados pela síndrome com cada dimensão investigada.

O emprego de questionários quantitativos que solicitem muitas informações e tentam abranger de forma objetiva conceitos mais amplos, pode ter tornando os questionários confusos. Nesse contexto, sugere-se que pesquisas futuras sejam realizadas de forma presencial, para dirimir as ambiguidades provenientes da interpretação dos questionários. Além disso, deve se ter prudência com os resultados encontrados, uma vez que o perfil dos docentes avaliados é predominantemente do sexo masculino, o que difere das características encontrada em outros estudos^{23,22,1}. Outro fator a ser considerado é que os dados são decorrentes de uma instituição privada não podendo ser passíveis de generalizações em outras instituições.

CONCLUSÃO

Diante dos dados encontrados constata-se que os indivíduos com elevada carga horária de trabalho estão propensos a desenvolver exaustão emocional, fator desencadeante da Síndrome de Burnout. Quando analisado os fatores preditores para síndrome e sintomas apresentados pela mesma, foi evidenciado que o fator preditor com maior relação com a síndrome é o excesso de atividades realizadas pela classe, ocasionando sentimentos de cansaço mental, fadiga generalizada e o sentimento de ter pouco tempo para se cuidar.

Foi possível observar que as dimensões da Síndrome de Burnout apresentam relação com os domínios avaliados da qualidade de vida. Diante disso, percebe-se a necessidade de atenção no gerenciamento da situação de saúde dos docentes, pois o seu desgaste tanto físico como emocional pode influenciar no sucesso dos resultados pedagógicos. Sugere-se programas que promovam melhorias, através da educação e prevenção da síndrome, visando o bem-estar dos docentes, suscitando uma melhor qualidade de vida.

CONTRIBUIÇÕES DOS AUTORES

Ferreira JB e Silva KR realizaram o delineamento, coleta de dados e análise estatística dos dados da pesquisa, interpretação dos resultados e redação do artigo científico. Morais KCS participou da interpretação dos resultados, redação, orientações e encaminhamento do artigo científico. Souza AS participou da correção do manuscrito, acompanhou os resultados e discussões e colaborou na conclusão. Almeida CP participou da correção do manuscrito, acompanhou os resultados e discussões e colaborou na conclusão.

CONFLITOS DE INTERESSES

Nenhum conflito financeiro, legal ou político envolvendo terceiros (governo, empresas e fundações privadas, etc.) foi declarado para nenhum aspecto do trabalho submetido (incluindo mas não limitando-se a subvenções e financiamentos, conselho consultivo, desenho de estudo, preparação de manuscrito, análise estatística, etc).

REFERÊNCIAS

1. Cotrim OS, Wagner LC. Prevalência da síndrome de Burnout. *Ciência em Movimento*. 2012;14(28):61-70.
2. Maslach C, Jackson SE. The measurement of experienced Burnout. *J Soc Occup Behavior*. 1981;2:99-113.
3. Jodas DA, Haddad MCL. Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem de um pronto socorro de hospital universitário. *Acta Paul Enferm*. 2009;22(2):192-7. doi: [10.1590/S0103-21002009000200012](https://doi.org/10.1590/S0103-21002009000200012)
4. Dalagasperina, P, Monteiro JK. Preditores da síndrome de burnout em docentes do ensino privado. *Psico-USF*. 2014;19(2):265-275. doi: [10.1590/1413-82712014019002011](https://doi.org/10.1590/1413-82712014019002011)
5. Iwanicki EF, Schwab RL. A cross validation study of the Maslach Burnout Inventory. *Educational and psychological measurement*. 1981;41:1167-1174.
6. Farber BA. *Crisis in education. Stress and burnout in the american teacher*. São Francisco: Jossey-Bass Inc, 1991.
7. Carlotto MS. *Síndrome de burnout: o estresse ocupacional do professor*. Canoas: ULBRA, 2010.
8. Silva GN, Carlotto MS. Síndrome de burnout: um estudo com professores da rede pública. *Psicologia Escolar e Educacional*. 2003;7(2):145-153. doi: [10.1590/S1413-85572003000200004](https://doi.org/10.1590/S1413-85572003000200004)
9. Costa LST et al. Prevalência da síndrome de burnout em uma amostra de professores universitários brasileiros. *Psicol. Reflex. Crit*. 2013;26(4) 636-642. doi: [10.1590/S0102-79722013000400003](https://doi.org/10.1590/S0102-79722013000400003)
10. Benevides PAMT. *MBI - Maslach Burnout Inventory e suas adaptações para o Brasil In: Anais da 32ª Reunião Anual de Psicologia*. Rio de Janeiro. 2001.
11. Pereira et al. O trabalho docente e a qualidade de vida dos professores na educação básica. *Rev. salud pública*. 2014;16(2):221-231.
12. Stevenson, WJ. *Estatística aplicada à administração*. São Paulo: Editora Harbra; 2001.
13. Batista JBV, Carlotto MS, Coutinho AS, Augusto LGS. Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. *Revista Brasileira de Epidemiologia*. 2010;13(3):502-512. doi: [10.1590/S1415-790X2010000300013](https://doi.org/10.1590/S1415-790X2010000300013)
14. Silva MFM et al. Estudo avaliativo da predisposição à síndrome de burnout em professores de uma Universidade de Parnaíba-PI. *Revista Psicologia e Saúde*. 2014;6(2):28-37.

15. Correa ZC, Zambrano IM, Chaparro AF. Síndrome de burnout em docentes de universidades de Popayán, Colômbia. *Revista de Salud Pública*. 2010;12(4):589-598.

16. Marqueze EC, Moreno RC. Satisfação no trabalho e capacidade para o trabalho entre docentes universitários. *Psicologia em Estudo*. 2009;14(1):1413-7372.

17. Silvério MR, Patrício ZM, Brodbeck IM, Grosseman S. O Ensino na área da saúde e sua repercussão na qualidade de vida docente. *Revista Brasileira de Educação Médica*. 2010;34(1):65-73.

18. Gorski, G.M. Relação entre atividade física no lazer e burnout em trabalhadores da indústria. [dissertação]. Ponta Grossa (PR): Universidade Tecnológica Federal do Paraná. Ponta Grossa; 2015.

19. Servilha EAM, Arbach MP. Queixas de saúde em professores universitários e sua relação com fatores de risco presentes na organização do trabalho. *Distúrb Comum*. 2011;23(2):181-19.

20. Sousa JRS, Oliveira GF, Damasceno MMS, Silva ACO. Prevalência da Síndrome de burnout em profissionais da educação. *Cad. Cult. Ciênc*. 2012;11(1):70-79.

21. Costa IAC. Burnout e qualidade de vida em prestadores de cuidados informais [dissertação]. Porto- Portugal: Faculdade de Ciências Humanas e Sociais da Universidade Fernando Pessoa; 2009.

22. Tabeleão VP et al. Qualidade de vida e esgotamento profissional entre docentes da rede pública de ensino médio e fundamental no Sul do Brasil. *Cad. Saúde Pública*. 2011;27(12):2401-2408. doi: [10.1590/S0102-311X2011001200011](https://doi.org/10.1590/S0102-311X2011001200011)

23. Gomes AR et al. Stress, avaliação cognitiva e burnout: um estudo com professores do ensino superior. *Revista Sul Americana de Psicologia*. 2013;1(1):1-20.