

UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS, SAÚDE E TECNOLOGIA
CURSO DE MEDICINA

IRON DA RESSURREIÇÃO GUEVARA

**PREVALÊNCIA DA SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES DA REDE
PÚBLICA ESTADUAL DE ENSINO EM UM MUNICÍPIO DO NORDESTE
BRASILEIRO.**

IMPERATRIZ

2019

IRON DA RESSURREIÇÃO GUEVARA

**PREVALÊNCIA DA SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES DA REDE
PÚBLICA ESTADUAL DE ENSINO EM UM MUNICÍPIO DO NORDESTE
BRASILEIRO.**

Trabalho de Conclusão de Ciclo
apresentado ao Curso de Medicina da
UFMA/Imperatriz, como parte dos requisitos
para a obtenção do título de Bacharel em
Medicina.

Orientador(a): Prof^o Msc. Jullys Allan
Guimarães Gama

IMPERATRIZ

2019

Ficha gerada por meio do SIGAA/Biblioteca com dados fornecidos pelo(a) autor(a).
Núcleo Integrado de Bibliotecas/UFMA

da Ressurreição Guevara, Iron.

Prevalência da síndrome de burnout em professores da rede pública estadual de ensino em um município do nordeste brasileiro / Iron da Ressurreição Guevara. - 2019.

39 f.

Orientador(a): Jullys Allan Guimarães Gama.

Curso de Medicina, Universidade Federal do Maranhão, Imperatriz, 2019.

1. Burnout. 2. Docentes. 3. Ensino. 4. Epidemiologia. I. Allan Guimarães Gama, Jullys. II. Título.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS, SAÚDE E TECNOLOGIA
CURSO DE MEDICINA

Candidato: Iron da Ressurreição Guevara

Título do TCC: Prevalência da Síndrome de Burnout em professores da rede pública estadual de ensino em um município do nordeste brasileiro.

Orientador: Prof^o Msc. Jullys Allan Guimarães Gama

A Banca Julgadora de trabalho de Defesa do Trabalho de Conclusão de Curso, em sessão pública realizada a/...../....., considerou

Aprovado

Reprovado

Examinador (a): Assinatura:
Nome:
Instituição:

Examinador (a): Assinatura:
Nome:
Instituição:

Presidente: Assinatura:
Nome:
Instituição:

COMITÊ DE ÉTICA

UFMA - UNIVERSIDADE
FEDERAL DO MARANHÃO



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: PREVALÊNCIA DA SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES DA REDE PÚBLICA ESTADUAL DE ENSINO EM UM MUNICÍPIO DO NORDESTE BRASILEIRO

Pesquisador: JULLYS ALLAN GUIMARAES GAMA

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 08319318.0.0000.5087

Instituição Proponente: Universidade Federal do Maranhão

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 3.258.183

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1277448.pdf	28/02/2019 18:04:14		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.pdf	28/02/2019 18:03:12	Iron da Ressurreição Guevara	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.docx	28/02/2019 18:03:02	Iron da Ressurreição Guevara	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETO_TCC_BURNOUT.pdf	12/02/2019 16:30:50	Iron da Ressurreição Guevara	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETO_TCC_BURNOUT.docx	12/02/2019 16:30:30	Iron da Ressurreição Guevara	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	tci_burnout.PDF	20/12/2018 17:07:27	Iron da Ressurreição Guevara	Aceito
Folha de Rosto	folha_de_rosto.PDF	20/12/2018 17:04:32	Iron da Ressurreição Guevara	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

AGRADECIMENTOS

À Deus por minha vida, família e amigos.

À Universidade Federal do Maranhão pela oportunidade de fazer o curso de medicina na minha cidade natal.

Ao meu orientador Prof. Jullys Allan Guimarães Gama, pelo empenho e dedicação na elaboração deste trabalho.

Aos meus pais, pelo amor, incentivo e apoio incondicional.

À família “T-Dreams”, companheiros de turma e irmãos na amizade, que sempre me deram suporte dentro e fora da sala de aula.

E por fim, agradeço a todos os docentes que se colocaram à disposição para a colaboração com esta pesquisa, porque sem dúvidas são a força vital do cenário da educação de ensino médio público brasileira.

RESUMO

Objetivos: Determinar a prevalência da Síndrome de *Burnout* (SB) entre os professores vinculados à rede estadual de ensino no município de Imperatriz-MA.

Métodos: Participaram 198 professores que lecionam em 21 escolas no município de Imperatriz-MA, investigados no período de janeiro a março de 2019, por meio de questionário socioeconômico abrangendo características relacionadas ao trabalho e o *Cuestionario para la evaluacion del síndrome de quemarse por el trabajo* versão brasileira para profissionais da educação. Foram realizadas estatística descritiva e a análise dos fatores relacionados à SB por meio do teste de Qui-quadrado.

Resultados: Mulheres (n = 155), entre 40 e 49 anos, pós-graduadas, com atuação na docência de 21 à 30 anos, lecionando em uma carga horária semanal de 31 à 40 horas, foram o público prevalente. Os principais fatores estressantes foram a renda pessoal, a carga horária semanal e a prática regular de atividade física. A prevalência do *burnout* com percentil crítico (pontuações situadas em nível crítico, maior que o percentil 90) foi de 38,4% no Perfil 1; 11,1% no perfil 2; e de 45,5%, 29,3%, 14,1% e 22,7% nas dimensões de ilusão pelo trabalho, desgaste psíquico, indolência e culpa respectivamente. **Conclusão:** O perfil da população acometida pela Síndrome de *Burnout* foi semelhante a estudos previamente realizados por outros autores. Entretanto, a prevalência dos perfis 1 e 2 encontrados destoaram com a literatura encontrada, visto que foram obtidos valores três vezes maiores em relação à média nacional.

Palavras chave: Epidemiologia, *burnout*, docentes, ensino.

ABSTRACT

Objectives: To determinate the prevalence of burnout syndrome (SB) among teachers linked to the state public system of education in the city of Imperatriz-MA. **Methods:** Participants included 198 teachers that work in 21 High Schools in the city of Imperatriz-MA, which were investigated in the period from January to March of 2019, using a self-administered questionnaire developed by the authors, covering socioeconomic characteristics that influence at work and the *Cuestionario para la evaluación del síndrome de quemarse por el trabajo* Brazilian version for teachers. Descriptive statistics and analysis of factors associated with burnout syndrome were done using the Chi-square test. **Results:** Most are women (n = 155), between 40-49 years, post-graduated, that have been teaching for 21-30 years and have a weekly workload of 31-40 hours, were the prevailing public. The main stressors were family income, the weekly workload and the regular practice of physical activity. The prevalence of burnout syndrome with a high score (scores between percentil 66-89, high level; and greater than percentil 90, critical) was 38,4% in profile 1; 11,1% in profile 2; and 45,5%, 29,3%, 14,1% and 22,7% in dimensions of ilusion by work, mental exhaustion, indolence and guilt respectively. **Conclusions:** The profile of the population affected by burnout syndrome was similar to some previous researches that were made by othe authors. However, the prevalence of profiles 1 and 2 found diverged with the literature found, since the values obtained were three times higher than the national average.

Keywords: Epidemiology, burnout, school teachers, education.

SUMÁRIO

RESUMO

ABSTRACT

1 INTRODUÇÃO	10
2 MÉTODOS	12
2.1 Tipo de estudo	12
2.2 Amostra	12
2.3 Aprovação em Comitê de Ética	13
2.4 Coleta de Dados	13
2.5 Análise de Dados	14
3 RESULTADOS	15
4 DISCUSSÃO	16
5 CONCLUSÃO	21
6 CONTRIBUIÇÕES INDIVIDUAIS	21
REFERÊNCIAS	22
APÊNDICE	26
ANEXOS	30

1 INTRODUÇÃO

O magistério é considerado uma profissão de alto risco, sendo a segunda categoria ao nível mundial em que mais se apresentam doenças de caráter ocupacional. Dentre os acometimentos mais recorrentes na docência, observa-se o destaque dos transtornos mentais¹.

A Síndrome de *Burnout*, é um quadro clínico psicossocial que se desenvolve a partir da cronicidade de exposição a variados fatores estressores no ambiente de trabalho, acometendo assim, profissionais que tem um contato constante com outras pessoas, afetando assim, médicos, enfermeiros, professores, bombeiros, policiais, dentre outras classes laborais².

Esse acometimento é classificado em três eixos ou dimensões, despersonalização, exaustão emocional e baixa realização profissional. A despersonalização é principalmente caracterizada pela dissimulação afetiva, o distanciamento e descomprometimento com os resultados da sua atividade³. A exaustão emocional é caracterizada pela falta de entusiasmo e energia para a realização do trabalho; e a baixa realização profissional, é uma sensação de frustração pelo trabalho escolhido associado a insatisfação com o desenvolvimento profissional⁴.

O *Burnout*, na docência, afeta primariamente o ambiente educacional na obtenção dos objetivos pedagógicos, visto que o profissional afetado inicia um processo de exaustão, fadiga, podendo apresentar também: cefaléias, ansiedade e depressão⁵. No contexto cotidiano do seu trabalho, o professor apresenta rompimento com hábitos considerados normais, assim como a criatividade e entusiasmo com o desenvolvimento e execução das atividades pedagógicas planejadas, e ainda ocorre a perda da capacidade de concentração⁶.

O estudo sobre a Síndrome de *Burnout* teve início por Brandley, que em 1969 no seu artigo, utilizou o termo “staff burn-out” para se referir ao desgaste emocional sofrido pelos trabalhadores. Freudenberger em 1974, ainda definiu *Burnout* como desgastar-se, falhar ou ter a sensação de exaustão devido às excessivas exigências de energia, forças ou recursos. Entretanto, na década de 1980, foi quando Maslach definiu a síndrome como “síndrome de fadiga emocional, despersonalização e de uma autoestima reduzida, que pode ocorrer entre indivíduos que trabalham em contato direto com clientes ou pacientes”, conceito que persiste até os dias atuais⁷.

No Brasil, a investigação acerca da Síndrome teve um aumento considerável, após o Ministério da Previdência através do DOU 12.05.1999 n.º 89, introduzir no rol de moléstias relacionadas ao trabalho. O principal fator para a quantidade de pesquisas, é o afastamento de professores acometidos que se aposentam ou não podem retornar as atividades, exigindo assim uma rotação do contingente docente^{8,9}.

O município de Imperatriz-MA é considerado um polo econômico e educacional importante da região sudoeste maranhense, e isto contribui significativamente para a migração de pessoas oriundas de outras localidades, em busca de uma qualidade melhor de vida para suas famílias, principalmente através da educação. Portanto, o entendimento e reconhecimento dessa realidade local, pode contribuir para a identificação de variáveis capazes de prevenir ou desenvolver a Síndrome de *Burnout*¹⁰.

Este estudo objetivou determinar a prevalência da Síndrome de *Burnout* em professores vinculados à rede pública estadual de ensino, e verificou a existência de associação entre a distribuição dessa afecção e as características socioeconômicas dos participantes, comparando os resultados com dados nacionais e internacionais.

2 MÉTODOS

2.1 Tipo de estudo

Trata-se de um estudo de caráter quantitativo, observacional com delineamento transversal, em professores da rede estadual de ensino no município de Imperatriz-MA. Foi empregado neste estudo o método indutivo com técnica de observação direta e extensiva¹¹.

2.2 Amostra

Por meio de levantamento junto a Unidade Regional de Educação de Imperatriz (UREI), foram identificados que 410 docentes estavam em atividade nas instituições de ensino. Utilizado o método de Barbetta¹² para o cálculo amostral, e considerado o nível de confiança da pesquisa de 95% com uma margem de 5%, foi encontrado o valor de 198 participantes necessários.

A amostra foi constituída por 198 professores atuantes em instituições de ensino médio público vinculadas a rede estadual de ensino no município de Imperatriz-MA. Na cidade existem 33 escolas de ensino médio, distribuídas na zona central e periférica da cidade¹³. Após autorização pela Unidade Regional de Educação de Imperatriz (UREI) e a direção de cada escola, os dados foram coletados em 10 escolas centrais e 11 escolas periféricas.

Foram incluídos, os docentes que por ocasião lecionassem concomitantemente em escolas municipais, desde que somente atuassem em ensino público. Foram excluídos, os que não estavam em atividade durante o período de coleta de dados,

ou seja, afastados (licença médica) ou aposentados, bem como instituições ou professores que não aceitaram participar do estudo.

2.3 Aprovação em comitê de ética

O estudo teve aprovação do comitê de ética em pesquisa da Universidade Federal do Maranhão (UFMA), CAAE: 08319318.0.0000.5087. Também foi aprovado pelo colegiado do Curso de Medicina da Universidade Federal do Maranhão Campus CCSST.

2.4 Coleta de dados

Após a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), o docente teve acesso ao material de coleta de dados, composto por dois instrumentos: o primeiro, para investigação dos dados socioeconômicos e demográficos; e o segundo, para investigação específica da presença da Síndrome de *Burnout* e suas características. O preenchimento dos formulários foi feito de forma presencial, retornados ao pesquisador no mesmo momento.

O instrumento utilizado para coleta das informações a respeito das características socioeconômicas e demográficas, era composto por questões estruturadas para identificar: gênero, idade, estado civil, número de filhos, renda mensal, grau de instrução, tempo de profissão, carga horária de profissão, quantidade diária em horas de sono e prática regular de atividade física.

O segundo instrumento utilizado foi o *Cuestionario para la evaluación del síndrome de quemarse por el trabajo* (CESQT), em sua versão brasileira, traduzido, validado e adaptado para profissionais da educação por Gil-Monte¹⁴.

O questionário CESQT é composto por 20 afirmações ou itens, distribuídos em quatro subescalas: Ilusão pelo trabalho, Desgaste psíquico, Indolência e Culpa^{15,16}. Na primeira subescala, estão contidos cinco itens; na segunda subescala, quatro itens; na terceira, seis itens; e na última subescala, cinco itens. Os itens são avaliados de 0 (Nunca) a 4 (Muito frequente: todos os dias), tendo um valor intermediário, a pontuação 2 (Às vezes: Algumas vezes por mês). Baixas pontuações na Ilusão pelo trabalho (<2) e altas pontuações em Desgaste psíquico, Indolência e Culpa (≥ 2) supõe altos níveis de *Burnout*.

2.5 Análise de dados

Para a avaliação do nível da Síndrome de *Burnout* apresentado pela amostra, foram utilizados os cinco níveis propostos por Gil-Monte^{15,17}. São estes os percentis 10,33,66,90 (P10, P33, P66 e P90). Assim sendo classificados como: Muito baixo – valores menores ou iguais ao P10; Baixo – valores menores ou iguais ao P33; Médio – valores menores ou iguais ao P66; Alto – valores menores ou iguais ao P90; e crítico - valores maiores ou iguais ao P90.

Para a identificação dos casos de Perfil 1 e Perfil 2 foram utilizados os critérios do manual do CESQT¹⁵. São classificados como perfil 1, os casos em que as pontuações são iguais ou superiores a P90 na pontuação média de 15 itens do questionário, que formam as divisões de ilusão pelo trabalho, desgaste psíquico e indolência, mas inferiores a P90 na escala de culpa. No Perfil 2 são incluídos os casos

com pontuação média dos 15 itens citados anteriormente e também iguais ou superiores ao P90 na escala de culpa^{15,17}.

Os dados foram inseridos no aplicativo *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versão 20. O teste do Qui-Quadrado analisou as associações entre os sintomas da Síndrome de *Burnout* e comparações entre sexo, idade, remuneração, experiência profissional, carga horária semanal de trabalho e prática de atividade física. Foram consideradas significantes as análises com $p < 0,05$ (5%).

3 RESULTADOS

Dos 198 professores participantes, a maioria pertence ao sexo feminino (78,3%), entre 40 a 49 anos (44,9%), casadas (68,2%), pós-graduadas (75,3%), com experiência profissional na docência de 21 a 30 anos (46,0%), e renda mensal de 5 a 7 salários mínimos (44,9%). (Tabela 1).

Quanto às condições de trabalho, estes docentes possuem em média uma carga horária semanal entre 31 a 40 horas (48,0%), lecionando para salas compostas por 30 a 40 alunos. (Tabela 1).

Os professores apontaram como os principais fatores estressantes em relação à profissão a carga horária de trabalho, remuneração, prática de atividades físicas e o sono diário.

Em relação a Síndrome de *Burnout*, a prevalência de escore crítico das subescalas foi: Ilusão pelo trabalho (invertido), 45,5% (n=90); desgaste psíquico, 29,3% (n=58); Indolência, 14,1% (n=28) e culpa 22,7% (n=45). De acordo com a pontuação total na escala CESQT, composta por 15 itens e considerando o critério adotado para a classificação em perfis 1 e 2 propostos por Gil-Monte, a prevalência foi de 38,4% (n=76) e 11,1% (n=22) respectivamente (Tabela 2).

O perfil 1 da Síndrome de *Burnout* nas instituições de ensino estudadas, foi mais prevalente no sexo feminino (n = 67), com mais 40 anos (n=67), casadas (n=58), pós-graduadas, com renda mensal de 5 a 7 salários mínimos (n=38), carga horária semanal de trabalho entre 21 a 40 horas (n=63), com menos de 8 horas de sono por dia em média (n=39), e sem a prática regular de atividade física (n=56). (Tabela 3).

Ao relacionarmos as características socioeconômicas e demográficas, bem como as de trabalho com a Síndrome de *Burnout*, foram encontradas associações estatisticamente significativas entre o perfil 1 e o sexo feminino (p = 0,007), carga horária semanal de trabalho (p < 0,001), prática de atividade física regular (p < 0,001) e horas de sono diário (p = 0,009). (Tabela 3).

No perfil 2, foi observado dentro das mesmas correlações, associações estatísticas significativas entre o perfil 2 e o sexo feminino (p = <0,001), idade (p < 0,001), renda mensal (p = 0,007), prática de atividade física regular (p = 0,01) e horas de sono diário (p = 0,007). (Tabela 4).

4 DISCUSSÃO

O perfil socioeconômico-demográfico encontrado nos participantes desta pesquisa, se assemelha ao encontrado na população docente nacional. Batista et al.⁹ em sua pesquisa, evidenciou uma superioridade do gênero feminino (90,9%), com idade média de 43,5 anos (DP=10,4), que possuía uma carga horária de 40 ou mais horas semanais (67,6%), atuando a mais de 10 anos na docência (70,2%). Achados esses semelhantes à pesquisa de Silva et al.¹⁰ em que foi identificado uma predominância do sexo feminino (86,5%), idade média de 47 anos (DP=8,5%), com pós-graduação (61,5%), e renda mensal da ordem de sete salários mínimos (63,5%).

Os fatores estressores no ambiente de trabalho, foram semelhantes aos encontrados em estudos que focaram nesse quesito, e ou de risco para o desenvolvimento do *Burnout*. Costa et al.¹⁸ constatou que os fatores desencadeadores laborais para a Síndrome de *Burnout* foram: conflitos de papéis, comportamento dos alunos, relacionamentos com outros professores e falta de apoio social. Filha et al.¹⁹ define que esses fatores estressores ainda podem ser compostos por condições salariais, físicas e pedagógicas, e forma de percepção pela sociedade.

A escola é um ambiente de ansiedade e estresse associados e intensificados, motivados pelas atividades a serem desenvolvidas durante o período letivo, bem como pelo relacionamento interpessoal, e pela variação na obtenção de metas, se obtido sucesso ou fracasso; de modo que todas essas variáveis associadas geram estímulos que causam sintomas, estes descritos nas subescalas de avaliação (ilusão pelo trabalho, desgaste psíquico, indolência e culpa), capazes de influenciar negativamente a qualidade de vida predispondo a Síndrome de *Burnout*.

A prevalência da Síndrome de *Burnout* encontrada foi alta (38,4% possuem o perfil 1). Essa prevalência é similar ao estudo de Carlotto et al.²⁰ (30%), porém diverge de outros estudos, como o de Costa et al.¹⁸ (11,2%) e Braun et al.²¹ (3%). A magnitude da prevalência, é diretamente relacionada às políticas públicas de ensino ao qual esse profissional está inserido, principalmente a política de carreira docente do serviço de educação a qual esse professor possui vínculo. Além disso, o grau de prevalência está associado ao quanto os fatores de risco (fatores estressores do ambiente de trabalho) estão agindo na conduta deste professor.²²²³²⁴

Em relação as subescalas de avaliação, a ilusão pelo trabalho em nível muito baixo (45,5%) é preocupante, pois representa o quanto esse profissional está desmotivado a alcançar suas metas laborais, fazendo com que esse docente não veja

o trabalho como uma fonte de realização. Essa afirmação é confirmada nos estudos de Costa et al.¹⁸ (36,1%) e Braun et al.²¹ (0,0%), em que observado uma menor prevalência da Síndrome de *Burnout*, a ilusão pelo trabalho se manteve em valores que não ofereciam riscos, normalmente altos.

O desgaste psíquico (29,3%), é identificado como um dos principais agentes agressores do desenvolvimento da Síndrome de *Burnout*, por ter influência da situação emocional do profissional, estando esse passando ou não por situações de estresse contínuos¹⁴. O resultado obtido para essa subescala neste estudo foi semelhante ao de Carlotto et al.²⁰ (25,4%) e Simões et al.²⁵ (35,0%).

Quanto à subescala indolência (14,1%), que é a característica mais significativa em que o observador externo em um primeiro momento consegue identificar no profissional afetado pela síndrome^{3,14}, foi obtido valores equivalentes na literatura. Simões et al.²⁵ apontou que 18,42% dos participantes de sua pesquisa possuíam valores críticos nessa subescala. Carlotto et al.²⁰ ainda em sua pesquisa identificou que 14,1% dos professores entrevistados caracterizavam-se em valores compatíveis com a Síndrome de *Burnout*.

A culpa é o último sintoma a aparecer diante do quadro da Síndrome de *Burnout*, e nesse caso, o indivíduo possuir níveis críticos de culpa confere gravidade ao possível acometimento da saúde mental desse profissional. Este estudo obteve níveis semelhantes à pesquisa de Silva et al.¹⁸ (19,5%) e de Braun et al.²¹ (11,3%).

Considerando os critérios de Gil-Monte et al.¹⁵ para a definição de perfil 1 e 2, foi realizada a correlação com as variáveis descritas como fatores de estresse no ambiente de trabalho.

O perfil 1 e o perfil 2 possuíram associações estatisticamente significativas com o sexo feminino ($p=0,0078$) e ($p<0,0001$), devido ao fato de a população docente

regional e até mesmo nacional ser majoritariamente composta por mulheres, o que é corroborado na pesquisa de Levy et al.²⁶ e de Braun et al.²¹

Quanto à idade, este estudo não mostrou associação entre o acometimento de perfil 1 ($p=0,4636$) e a idade dos participantes, entretanto no perfil 2 houve significância nessa correlação ($p=0,0001$). Costa et al.⁴ indica que essa variação entre os perfis acontece graças aos sintomas do *Burnout* estarem presentes em todas as idades dos profissionais, porém quando associa-se a idade com quadros mais graves da doença, esses acometidos tendem a possuir idade mais avançada (maior que 40 anos).

Quanto à renda mensal, semelhante aos achados na variável idade, a relação entre os salários e o perfil 1 não possuiu relevância estatística ($p=0,1609$), porém obteve significância em relação ao perfil 2 ($p=0,0067$). Hozo et al.⁵ e Cárdenas et al.²⁷ relacionam que isso decorre do profissional que tem uma renda considerada baixa, está sendo atingido em uma série de fatores estressores socioeconômicos ao passo que, o docente que possui uma renda maior necessita trabalhar mais tempo e por isso passa a sofrer com os fatores de estresse laborais. Batista et al.⁹ comenta que para os casos de maior gravidade (perfil 2), os professores estão em um grupo com salários mais altos, portanto com carga horária mais alta, conseqüentemente gerando maiores estresses.

A carga horária semanal de trabalho teve significância no perfil 1 ($p<0,0001$), diferentemente do perfil 2 ($p=0,5392$). Silveira et al.²⁸ afirma que o estresse sofrido pelo docente, é diretamente proporcional à carga horária de trabalho exercida por ele, portanto carga horária maior resulta em maior prevalência da Síndrome de *Burnout*. Al-Asadi²⁹ cita que quanto ao perfil 2, esse profissional está tão desgastado de sua

atividade laboral que uma carga horária maior ou menor o causa estresses de intensidade equivalentes.

Outros dois fatores que possuem importância estatística tanto no perfil 1 quanto no perfil 2, são: prática regular de atividade física e quantidade diária de horas de sono. Uma metanálise realizada por Conn et al.³⁰ mostrou que, dentre outros benefícios, os exercícios físicos ocupacionais podem ser eficazes na redução do estresse ocupacional. No entanto pouco se sabe sobre os impactos de um programa de atividade física no local de trabalho na melhora da saúde dos professores.

Segundo Vidotti et al.³¹, a insatisfação com os padrões de sono está relacionada a alta taxa de desgaste psíquico entre os trabalhadores, bem como a indolência nos trabalhadores. E na pesquisa de Dall’Ora et al.³², vários distúrbios do sono como insônia, despertar precoce, sono de curta duração (menor que 6 horas) foram relatados em indivíduos com altos níveis da Síndrome de *Burnout*.

O profissional médico, a partir de uma abordagem multidisciplinar com outros profissionais (enfermeiros, psicólogos e assistentes sociais), possui uma boa influência preventiva e resolutive sobre o Burnout. Moreno et al.²⁶ em seu estudo sobre estratégias e intervenções no enfrentamento da Síndrome de *Burnout*, cita que existem psicoterapias aplicadas, sendo a mais difundida, conhecida como *coping*. O *coping*, segundo Andolhe et al.³³ divide-se dependendo do foco, se esse é na emoção ou nos problemas. E para a abordagem desse indivíduo com o *Burnout*, são utilizados métodos como o confronto, afastamento, autocontrole e suporte social.

Estudos realizados com enfermeiros que foram submetidos a terapias com base no coping, obtiveram melhores respostas, os que focaram na resolução dos problemas e suporte social³⁴. Porém em um estudo realizado com psicólogos,

obtiveram melhores respostas os que passaram a exercer algum exercício físico, conversa com pessoas de confiança e a presença de uma vida social ativa³⁵.

5 CONCLUSÃO

A prevalência da Síndrome de *Burnout* nos professores da rede pública estadual de ensino foi três vezes maior que a média nacional, esse achado foi correlacionado às políticas públicas de educação básica e média, até então ineficientes em um passado recente de governos anteriores. Quanto às associações entre fatores de estresse com os perfis, foi verificado que se assemelham aos achados encontrados em outros estudos nacionais e internacionais.

A participação do profissional médico neste processo de saúde-doença é importante, pois o médico possui conhecimento de abordagens psicoterapêuticas que podem ser extremamente eficazes na resolução do quadro clínico e como acompanhamento futuro desse indivíduo acometido. Uma das contribuições práticas deste estudo, é servir como base para estudos futuros sobre como o profissional médico a partir da abordagem multiprofissional, pode influenciar na diminuição da prevalência dessa síndrome.

6 CONTRIBUIÇÕES INDIVIDUAIS

Iron da Ressurreição Guevara – Realizou a concepção e desenho do estudo, revisão de literatura, análise e interpretação dos dados coletados, e elaboração do artigo.

Jullys Allan Guimarães Gama – Participou da concepção e desenho do estudo, revisão de literatura, elaboração do artigo e aprovação de sua versão final.

REFERÊNCIAS

1. Diehl L, Marin AH. Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. *Estud Interdiscip em Psicol.* 2016;7:64.
2. Diehl L, Carlotto MS. Conhecimento de professores sobre a síndrome de burnout: Processo, fatores de risco e consequências. *Psicol em Estud.* 2014;19:741–752.
3. Koga GKC, Melanda FN, Santos HG dos, et al. Fatores associados a piores níveis na escala de burnout em professores da educação básica. *Cad Saúde Coletiva.* 2015;23:268–275.
4. Neves Pinheiro da Costa S, Teixeira LHA, Bezerra LNP. Burnout at work in modern times. *J Clin Med Res.* 2015; 7:752–756.
5. Hozo E, Sucic G, Zaja I. Burnout syndrome among educators in pre-school institutions. *Mater Socio Medica.* 2015;27:399.
6. Shen B, McCaughy N, Martin J, et al. The relationship between teacher burnout and student motivation. *Br J Educ Psychol.* 2015;85:519–532.
7. Massa LDB, Silva TS de S, Sá ISVB, et al. Síndrome de Burnout em professores universitários. *Rev Ter Ocup da Univ São Paulo.* 2016;27:180.
8. Batista JBV, Carlotto MS, Coutinho AS, et al. Síndrome de Burnout: Confronto entre o conhecimento médico e a realidade das fichas médicas. *Psicol em Estud* 2011; 16: 429–435.
9. Batista JBV, Carlotto MS, Coutinho AS, et al. Prevalência da síndrome de burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. *Rev Bras Epidemiol.* 2010;13:502–512.

10. Lima da Silva JL, Pereira LC de L, Santos MP, et al. Prevalência da síndrome de Burnout entre professores da escola estadual em Niterói, Brasil. *Enfermería actual Costa Rica*. 2018;34.
11. Lakatos EM, Marconi MA. *Metodologia do trabalho científico: projetos de pesquisa / pesquisa bibliográfica/ teses de doutorado, dissertações de mestrado, trabalhos de conclusão de curso*. 8th ed. 2017.
12. Barbetta PA. *Estatística aplicada às ciências sociais*. 7th ed. 2007.
13. Qedu - Plataforma de dados educacionais desenvolvida pela fundação Lemann. <https://www.qedu.org.br/busca/110-maranhao/3995-imperatriz>. Acessado em 26/05/2019.
14. Gil Monte P. *Cuestionario para la evaluación del síndrome de quemarse por el trabajo (CESQT)*. Manual. Epub ahead of print. 1st ed. 2011.
15. Gil-Monte P, Unda S, Sandoval O. Validez factorial del cuestionario para la evaluación del síndrome de quemarse por el trabajo (CESQT). *Salud Ment*. 2009;32:205–2014.
16. Dalcin L, Carlotto MS. Evaluation of the effect of an intervention for burnout syndrome in teachers. *Psicol Esc e Educ*. 2018;22:141–150.
17. Poletto NA, Probst LF, Oliveira TL de, et al. Síndrome de burnout em gestores municipais da saúde. *Cad Saúde Coletiva*. 2016;24:209–215.
18. Costa L da ST, Gil-Monte PR, Possobon R de F, et al. Prevalência da síndrome de burnout em uma amostra de professores universitários brasileiros. *Psicol Reflexão e Crítica*. 2014;26:636–642.
19. Filha C, AN M. Prevalência e fatores de risco do burnout nos docentes universitários. *Rev Contemp Educ*. 2018;13:492.
20. Carlotto MS, Librelotto R, Pizzinato A, et al. Prevalence and factors associated

- with burnout syndrome in special education teachers. *Anal Psicol.* 2012;30:315–327.
21. Braun AC, Carlotto MS. Síndrome de burnout: Estudo comparativo entre professores do ensino especial e do ensino regular. *Psicol Esc e Educ.* 2014;18:125–133.
 22. SILVA NR, BOLSONI-SILVA AT, LOUREIRO SR, et al. Burnout e depressão em professores do ensino fundamental: um estudo correlacional. *Rev Bras Educ.* 2018;23.
 23. Leal do Prado R, Bastianini ME, Zanelato Cavalleri M, et al. Avaliação da síndrome de burnout em professores universitários. *Rev da ABENO.* 2018;17:21–29.
 24. Raupp LM, Justin DEJE. Síndrome de burnout em professores do ensino médio: um estudo qualitativo baseado no modelo biográfico de Kelchtermans. *Barbarói.* 2017;81.
 25. Simões EC. Investigação de esgotamento físico e emocional (burnout) entre professores usuários de um hospital público do município de São Paulo. Universidade de São Paulo. 2014.
 26. Levy GCT de M, Nunes Sobrinho F de P, Souza CAA de. Síndrome de burnout em professores da rede pública. *Production.* 2010;19:458–465.
 27. Cárdenas M, Méndez LM, González M. Evaluación del desempeño docente, estrés y burnout en profesores universitarios. *Actual Investig en Educ.* 2014;14:1–22.
 28. Silveira KA, Enumo SRF, Paula KMP de, et al. Estresse e enfrentamento em professores: uma análise da literatura. *Educ em Ver.* 2015;30:15–36.
 29. Al-Asadi J, Khalaf S, Al-Waaly A, et al. Burnout among primary school teachers

- in Iraq: Prevalence and risk factors. *East Mediterr Heal J*. 2018;24:262–268.
30. Conn VS, Hafdahl AR, Cooper PS, et al. Meta-analysis of workplace physical activity interventions. *Am J Prev Med*. 2009;37:330–339.
 31. Vidotti V, Ribeiro RP, Galdino MJQ, et al. Burnout syndrome and shift work among the nursing staff. *Rev Lat Am Enfermagem*. 2018;26.
 32. Dall’Ora C, Griffiths P, Ball J, et al. Association of 12 h shifts and nurses’ job satisfaction, burnout and intention to leave: findings from a cross-sectional study of 12 European countries. *BMJ Open*. 2015;5.
 33. Andolhe R, Barbosa RL, Oliveira EM de, et al. Estresse, coping e burnout da equipe de enfermagem de unidades de terapia intensiva: fatores associados. *Rev da Esc Enferm da USP*. 2015;49:58–64.
 34. Rodrigues AB. Burnout e estilos de coping em enfermeiros que assistem pacientes oncológicos. Universidade de São Paulo. 2017.
 35. Sanzovo CÉ, Coelho MEC. Estressores e estratégias de coping em uma amostra de psicólogos clínicos. *Estud Psicol*. 2017;24:227–238.

APÊNDICE

Tabela 1: Características socioeconômicas e demográficas dos professores do ensino médio público estadual em Imperatriz-MA, 2019.

Variáveis	Descrições	Frequência (n=198)	Percentual (100%)
Sexo	Feminino	155	78,3
	Masculino	43	21,7
Idade (em anos)	De 25 a 29	5	2,5
	De 30 a 39	23	11,6
	De 40 a 49	89	44,9
	De 50 a 59	71	35,9
	Maior que 60 anos	10	5,1
Estado Civil	Solteiro(a)	41	20,7
	Casado/União estável	135	68,2
	Separado/divorciado	18	9,1
	Viúvo(a)	4	2,0
Formação educacional	Graduado(a)	30	15,1
	Pós-Graduado(a)	149	75,3
	Mestre	19	9,6
Renda mensal	De 1 a 3 salários mínimos	5	2,5
	De 3 a 5 salários mínimos	62	31,4
	De 5 a 7 salários mínimos	89	44,9
	Maior que 7 salários mínimos	42	21,2
Tempo de serviço (em anos)	Até 10	24	12,1
	11 a 20	60	30,3
	21 a 30	91	46,0
	31 a 40	23	11,6
	> 40	0	0,0
Carga horária semanal (em horas)	Até 10	5	2,5
	11 a 20	52	26,3
	21 a 30	23	11,6
	31 a 40	95	48,0
	> 40	23	11,6
Prática regular de atividade física	Sim	96	48,5
	Não	102	51,5
Horas diárias de sono	< 8 horas	124	62,6
	>= 8 horas	74	37,4

Tabela 2: Frequência absoluta e relativa de professores vinculados a rede pública estadual de ensino com níveis: muito baixo, baixo, médio, alto e crítico da síndrome de *burnout*, de acordo com os percentis do manual do CESQT.

Subescalas	Muito baixo	Baixo	Médio	Alto	Crítico
	(P≤10)	(P11-33)	(P34-66)	(P67-89)	(P>90)
Ilusão pelo trabalho	90 (45,5%)	57 (28,8%)	41 (20,7%)	0 (0,0%)	10 (5,1%)
Desgaste psíquico	29 (14,6%)	32 (16,2%)	34 (17,2%)	45 (20,7%)	58 (29,3%)
Indolência	14 (7,1%)	0 (0,0%)	35 (17,7%)	121 (61,1%)	28 (14,1%)
Culpa	5 (2,5%)	19 (9,6%)	84 (42,4%)	45 (22,7%)	45 (22,7%)
Perfil 1	5 (2,5%)	33 (16,7%)	47 (23,7%)	37 (18,7%)	76 (38,4%)
Perfil 2					22 (11,1%)

Tabela 3: Associação entre as características sociodemográficas e a síndrome de *burnout* (Perfil 1), em professores da rede estadual no município de Imperatriz-MA, 2019.

Variáveis	Síndrome de <i>burnout</i>			p
	Total	Sim	Não	
Gênero				
Masculino	43	9	34	0,0078
Feminino	155	67	88	
Idade				
<40 anos	28	9	19	0,4636
≥40 anos	170	67	103	
Estado civil				
Solteiro(a)	41	10	31	0,0046
Casado(a)	135	58	77	
Divorciado(a)	18	4	14	
Viúvo(a)	4	4	0	
Formação				
Graduado(a)	30	9	21	0,1187
Pós-Graduado(a)	149	63	86	
Mestre	19	4	15	
Renda mensal				
1 a 3 salários mínimos	5	0	5	0,1609
3 a 5 salários mínimos	62	20	42	
5 a 7 salários mínimos	89	38	51	
>7 salários mínimos	42	18	24	
Carga horária semanal de trabalho				
Até 20 horas	57	5	52	<0,0001
De 21 a 40 horas	118	63	55	
>40 horas	23	8	15	
Prática regular de atividade física				
Sim	96	20	76	<0,0001
Não	102	56	46	
Horas de sono diárias				
<8 horas	124	39	124	0,0094
≥8 horas	74	37	74	

Tabela 4: Associação entre as características sociodemográficas e a síndrome de *burnout* (Perfil 2), em professores da rede estadual no município de Imperatriz-MA, 2019.

Variáveis	Síndrome de <i>burnout</i>			
	Total	Sim	Não	p
Gênero				
Masculino	43	0	43	<0,0001
Feminino	155	22	133	
Idade				
<40 anos	28	9	19	0,0001
≥40 anos	170	13	157	
Estado civil				
Solteiro(a)	41	0	41	<0,0001
Casado(a)	135	18	117	
Divorciado(a)	18	0	18	
Viúvo(a)	4	4	0	
Formação				
Graduado(a)	30	0	30	0,0552
Pós-Graduado(a)	149	18	131	
Mestre	19	4	15	
Renda mensal				
1 a 3 salários mínimos	5	0	5	0,0067
3 a 5 salários mínimos	62	5	57	
5 a 7 salários mínimos	89	17	72	
>7 salários mínimos	42	0	42	
Carga horária semanal de trabalho				
Até 20 horas	57	5	52	0,5392
De 21 a 40 horas	118	13	105	
>40 horas	23	4	19	
Prática regular de atividade física				
Sim	96	5	91	0,0103
Não	102	17	85	
Horas de sono diárias				
<8 horas	124	8	116	0,0069
≥8 horas	74	14	60	