



## SÍNDROME DE *BURNOUT*: UMA REFLEXÃO LITERÁRIA SOBRE A OCORRÊNCIA EM DOCENTES DO ENSINO SUPERIOR

*BURNOUT* SYNDROME: A LITERARY REFLECTION ON THE OCCURRENCE OF IT WITH PROFESSORS OF UNIVERSITY EDUCATION

Francielly Damaris Ferreira<sup>1</sup>

Cristiane José Borges\*\*

---

**Resumo:** Vivemos num momento em que o ambiente profissional prioriza valores econômicos em detrimento dos humanos. Esse fato acaba promovendo um esgotamento físico e mental nos indivíduos, sendo que este está cada vez mais relacionado ao trabalho, quando o mesmo não lhe proporciona condições adequadas. Uma profissão relacionada ao cuidado e dedicação ao outro, como a docência, acaba sendo alvo de comprometimento psíquico com o passar dos anos. Assim sendo, diversos autores têm-se dedicado ao estudo e ao conhecimento das variáveis que contribuem para o desenvolvimento de *burnout* em professores. Portanto, este estudo busca, por meio de revisão da literatura/descritiva, identificar a produção científica atual sobre o assunto e verificar os consensos e as controvérsias. Os efeitos desta psicopatologia podem prejudicar o profissional docente em três níveis: individual, profissional e organizacional. Mais estudos devem ser realizados, a fim de que as mudanças organizacionais necessárias à redução deste problema sejam baseadas em evidências científicas.

Palavras-chave: *burnout*, professor, ensino superior

---

**Abstract:** We live in a time when the professional environment prioritizes economic values instead of human ones. This fact ends up leading to a physical and mental exhaustion in individuals, and these are increasingly related to work, when it does not give you appropriate conditions. A profession related to the care and dedication to others as teaching ends up being the target of psychological damage over the years. Thus, several authors have been devoted to the study and knowledge of the variables that contribute to the development of burnout in teachers, therefore this study aims, through literature review / descriptive one, identify the current scientific production on the matter and verify the consensus and controversies. The effects of psychopathology may affect the teaching professional at three levels: individual, professional and organizational ones. More studies are needed, so that the organizational changes necessary to the reduction of this problem are based on scientific evidence.

Key words: *Burnout*, teacher, university education

---

## INTRODUÇÃO

---

1

\*Bióloga, Pós Graduada em Gestão de Pessoas nas Organizações Públicas pela Universidade Federal de Goiás, e-mail: francielly\_ufg@yahoo.com.br.

\*\* Docente da Universidade Federal de Goiás – Campus-Jataí/Mestre em Enfermagem, e-mail: cristianejose@yahoo.com.br

A relação entre a ocorrência de transtornos mentais e o ambiente de trabalho só veio a ser estudada a partir da segunda metade do século XX. Apesar desta delimitação na linha do tempo, é possível notar que, desde a década de 1920, nos Estados Unidos, há o registro de atividades englobadas sob o título de Saúde Mental Ocupacional (SHARTLE, 1950 apud SATO & BERNARDO, 2005), que, como prática, privilegia a oferta de assistência psicoterápica aos trabalhadores, sendo o trabalho, as suas condições e a organização tomados como pormenores dos problemas que demandaram desta assistência.

No Brasil, as chamadas “Ciências do Comportamento”, na década de 1940, também se ocupavam da saúde mental das pessoas que trabalhavam. Ainda de acordo com Sato e Bernardo (2005), tanto a saúde mental ocupacional, como as ciências do comportamento, buscam a gênese dos problemas de saúde mental dos trabalhadores no universo intra-individual, sendo o trabalho, no entanto, considerado mero pano de fundo. Porém, ao abstrair as condições concretas do trabalho, bem como as relações nele existentes, ocorre a ligação destes fatores ao tema em discussão: as doenças psíquicas que acometem os trabalhadores.

De acordo com Vasconcelos e Faria (2008), a organização do trabalho pode apresentar-se como fator de fragilização mental dos indivíduos, o que torna as organizações como parte responsável pela Saúde Mental de seus integrantes. Atualmente, as práticas de saúde mental nas organizações coexistem com uma pressão por produtividade crescente, num ambiente extremamente competitivo, no qual o indivíduo deve estar sempre pronto para mudar e se adaptar às demandas do mercado.

Baseando-se no modelo atual de estrutura social, em que há uma supervalorização da economia e da produtividade em detrimento aos valores humanos, em que privilegia as leis de mercado, refletindo também no espaço educacional, Carlotto e Palazzo (2006, p. 1017) fazem a seguinte referência ao trabalho docente:

*“[...]muitas são as atribuições impostas aos professores, a parte de seu interesse e, muitas vezes, de sua carga horária. Além das classes, deve-se fazer trabalhos administrativos, planejar, reciclar-se, investigar, orientar alunos, atender aos pais [...]. e, muitas vezes, cuidar do patrimônio material, recreios e locais de refeições. Entretanto, é excluído das decisões institucionais, das reestruturações curriculares, do repensar da escola, sendo concebido como mero executor de propostas e ideias elaboradas por outros. Com isso, estabelece-se uma tendência ao trabalho individualista, que não permite ao professor confrontar e transformar os aspectos estruturais de seu trabalho [...]. Frente a estas questões, fica evidente que, tanto na natureza do trabalho do professor como no contexto em que exerce suas funções, existem diversos estressores que, se persistentes, podem levar à síndrome de burnout.”*



*Burnout* provém da expressão inglesa “to burn out”, que pode ser traduzida como “queima após desgaste”, ou seja, algo que deixou de funcionar por exaustão, ou se torna exausto após excessiva demanda de energia ou força. Freudenberger (1974) apud Vieira *et al.*, (2006), descreveu o *burnout* como um “incêndio interno” resultante da tensão produzida pela vida moderna, afetando negativamente a relação subjetiva com o trabalho.

Metaforicamente, Lima *et al.* (2004), utiliza *burnout* para explicar o sofrimento do homem em seu ambiente de trabalho, associando-o à perda de motivação e ao alto grau de insatisfação dessa exaustão. Trata-se de uma patologia mental associada ao labor, sendo considerada como uma doença que acomete profissionais imbuídos em cuidar de outras pessoas. Profissões tais como medicina e docência encaixam-se perfeitamente neste perfil, e tornam-se as profissões-alvos deste tipo de transtorno. O desgaste físico e emocional é um processo gradual de perda de energia, o qual há maior possibilidade de aparecimento àqueles que as exigências do trabalho desenvolvido entram em desequilíbrio com a vontade e a capacidade do executor. A síndrome do esgotamento profissional integra a Lista de Doenças Profissionais e Relacionadas ao Trabalho.

A docência representa a segunda profissão com maior índice de ocorrência da estafa profissional, sendo por vezes diagnosticada como síndrome de *burnout*. Esta, hoje, se apresenta como uma epidemia laboral que atinge não somente os professores, como também o conjunto de profissionais envolvidos nesta área. O trabalho deixa de ser empolgante e perde o sentido; não existe mais relação afetiva com os alunos e colegas de trabalho, podendo chegar ao extremo do abandono da profissão e/ou aposentadoria precoce do laborado, culminando na desmotivação relativa ao aprendizado do aluno com as disciplinas relacionadas ou com o próprio curso.

Relacionado às exigências com a classe em estudo, estão: a cobrança de uma postura social límpida que o professor deve manter diante da sociedade; as exigências do mercado de trabalho do ensino superior, relacionadas ao aumento da eficiência e qualidade do serviço prestado; as constantes reciclagens de conhecimentos exigidos; as inovações e qualificações constantes na área de atuação, frente às novas formas didáticas de ensino que acompanham a dinâmica e incessante flutuação do mercado de trabalho, vide a recente inserção dos conceitos de interdisciplinaridade e transversalidade no ensino, que, por mais que tenham uma denotação plausível, conotam que os conhecimentos adquiridos e ministrados por estes profissionais não são suficientes para desenvolver suas aulas com qualidade.

Para Sousa e Mendonça (2009), o baixo investimento em educação, frequentemente, coloca o professor em situação de conflito, pois, além de perceber baixo salário, necessita empregar parte substancial dele em materiais didáticos para o aprimoramento de suas aulas. Também apontam a necessidade de participação dos docentes nas decisões organizacionais, sobretudo participando dos procedimentos que levam a uma determinada distribuição de recursos. O indivíduo percebe-se injustiçado caso não seja considerado peça fundamental nas tomadas de decisões, aumentando a probabilidade do desenvolvimento de uma estafa profissional. Ainda segundo os autores, a oferta de recursos e oportunidades acadêmicas, como a obtenção de passagens para participar de congressos e a possibilidade de licença remunerada para alcançar mais um título, trazem resultados positivos, enquanto que punições, retaliações e falta de oportunidade, na forma de sanções disciplinares e percepção de exclusão do processo, refletem negativamente no desempenho do trabalhador.

O trabalho docente, hoje, vê-se alienado e despersonalizado, já que o trabalhador se aliena porque perde cada vez mais o controle sobre seu próprio processo de trabalho. A globalização neoliberal imprime ao trabalho docente novas exigências e necessidades, de acordo com a função social que os governos esperam, em especial, da universidade pública. Segundo González e Domínguez (2009), esta passa a configurar-se como instituição provedora de mão-de-obra altamente qualificada e produtora de conhecimentos orientados a satisfazer as necessidades de expansão das grandes empresas, o que produz consequências desastrosas em todos os níveis da universidade.

Avaliando o âmbito da sala de aula, temos que os docentes perdem a capacidade de controlar o próprio processo e os objetivos da profissão, havendo uma despersonalização das relações entre docentes e alunos, e entre colegas docentes. O processo ensino-aprendizagem, que deveria ser fundado em um pilar dialógico, com o compartilhamento de experiências, nesta despersonalização atual, converte-se em um trâmite burocrático, que sob os ocultamentos e aparências mútuas tem como objetivo utilitário cumprir com o compromisso socialmente (des)valorado de “estar na universidade” (GONZÁLEZ & DOMÍNGUEZ, 2009).

É importante salientar que a maioria dos estudos sobre as enfermidades dos professores relaciona-se as dos tipos infecciosas, otorrinolaringológicas e osteomioarticulares (SÁNCHEZ & ABELLÁN, 2008), ou seja, há maior relevância às patologias físicas e aparentes.

Apesar de a síndrome de *burnout* estar presente nesta área laboral em estudo, ainda é insuficiente a disseminação das informações referentes a esta psicopatologia nesta classe e na própria sociedade. Muitas vezes, o diagnóstico dado é errôneo, feito por deduções exóticas, e confundido com depressão e/ou problemas psíquicos, que diferem da patologia presente. Frente ao exposto, o presente estudo objetiva identificar a produção científica atual sobre o assunto e verificar os consensos e as controvérsias entre os artigos encontrados.

## **METODOLOGIA**

A opção metodológica eleita para atingir o objetivo proposto é o estudo bibliográfico, descritivo, no qual buscou-se descrever sobre as conceituações acerca da síndrome de *burnout* em profissionais da educação, sobretudo naqueles de ensino superior, enfatizando sua causalidade e seus efeitos em sua generalidade. Para Leopardi (2001), a pesquisa descritiva é caracterizada pela necessidade de se explorar um tema não - ou pouco - conhecido, visando obter maiores informações. Explorar uma realidade significa identificar suas características, sua mudança ou sua regularidade.

A pesquisa foi realizada no período de janeiro a abril de 2010, com a leitura de artigos acadêmicos relacionados ao tema, para posterior arrolamento dos dados, tabulação e conclusão dos mesmos. As bases utilizadas na pesquisa foram: SCIELO E LILACS, com os seguintes descritores do assunto: *burnout*, estafa profissional e *burnout* em professores. Foram considerados os trabalhos produzidos nos últimos cinco anos, ou seja, aqueles em que a periodicidade se deu entre os anos de 2005 e 2010, descritos em língua portuguesa ou espanhola. Selecionaram-se artigos empíricos, epidemiológicos, conceituais e de revisão que relacionassem *burnout* aos seus aspectos conceituais e suas comorbidades aos trabalhadores da educação superior, ou a sua incidência nos ambientes educacionais. Foram considerados artigos que abrangiam outros tipos de profissões, desde que também abordassem a educação ou o ambiente organizacional de ensino. Houve a identificação de 60 artigos relacionados à área pretendida; no entanto, doze destes foram classificados para a análise e discussão, de acordo com os parâmetros de inclusão já destacados.

Os diferentes artigos foram classificados e descritos em quadro sinóptico, através dos seguintes parâmetros: título, nome do autor, tipo de estudo, objetivo e resultado. Em seguida, houve a análise e a síntese dos mesmos, referenciando seis níveis de discussões pontuais: Conceituação; MBI – *Maslach Burnout Inventory*; fatores de risco da atuação docente com

predisposição a *burnout*; efeitos da síndrome nos indivíduos, na profissão e nas organizações, e *burnout* x depressão.

## RESULTADOS

Os artigos que atenderam aos critérios de inclusão preconizadas na metodologia foram selecionados para as discussões acerca da incidência da síndrome de *burnout* em docentes do ensino superior e classificados conforme descrito no quadro sinóptico a seguir:

Quadro 1: Classificação dos artigos identificados no período de janeiro a abril 2010

Título	Autor	Tipo de estudo	Objetivo	Resultado
<i>Burnout</i> em professores universitários: impacto de percepções de justiça e comprometimento afetivo.	SOUSA , Ivone Félix MENDONÇA, Helenides	Pesquisa	Analisar 233 professores universitários aplicando instrumentos avaliativos, como o MBI.	A percepção de injustiça na forma de distribuição de recursos pode levar o professor universitário à exaustão, o que pode ter probabilidade aumentada diante da falta de comprometimento.
<i>Burnout</i> na clínica psiquiátrica: relato de um caso.	VIEIRA, Isabela <i>et al.</i>	Pesquisa	Relatar um caso de um funcionário de uma empresa há 28 anos, no qual as patologias psíquicas começaram a surgir após sucessivas mudanças administrativas.	Os sintomas emocionais desenvolvidos pelo paciente correspondem às três dimensões características da síndrome de <i>burnout</i> .
<i>Burnout</i> , variables fisiológicas y antropométricas: un estudio em el profesorado.	SÁNCHEZ , Antonio Ranchal ABELLÁN, Manuel Vaquero	Pesquisa	Buscou testar as três dimensões do MBI (cansaço emocional, despersonalização e realização profissional) com variáveis fisiológicas e bioquímicas, assim como o Índice de Massa Corpórea em uma amostra de professores de nível secundário.	Perceberam-se diferenças significativas entre o componente “realização profissional” e o IMC, uma melhor realização profissional teria um IMC mais favorável. Não houve associação dos componentes do teste de MBI com as variáveis fisiológicas e bioquímicas, mas houve com a variável idade.
El trabajador universitario: entre elm malestar y La lucha	GONZÁLEZ, Silvia Tamez DOMÍNGUEZ, Josué Federico Pérez	Revisão de literatura	Analisar fenômenos como a precariedade do trabalho docente e suas implicações na saúde física e mental dos trabalhadores universitários.	As modificações na organização do trabalho universitário nos últimos anos, sobretudo relacionadas com as formas de políticas adotadas e no modelo de sustentação econômica, tem ocasionado maior carga psicológica para os docentes, concernindo em doenças psicológicas.
Problemas e desafios no exercício da atividade docente: um estudo sobre o estresse, <i>burnout</i> , saúde física e satisfação profissional em professores do 3º ciclo do ensino	GOMES, A. Rui <i>et al.</i>	Pesquisa	Avaliar diversos indicadores relacionados com o trabalho e o bem estar pessoal, através de uma pesquisa com 127 professores de uma escola secundária.	Os resultados revelaram valores muito significativos de estresse ocupacional, uma prevalência de esgotamento de 13% e vários problemas de saúde física.





secundário.

- |  |  |                       |  |   |
|--|--|-----------------------|--|---|
| Saúde mental e trabalho: os problemas que persistem  | SATO, Leny.<br>BERNARDO, Márcia Hespagnol.                         | Revisão de literatura | Evidenciar algumas das expressões atuais da saúde mental do trabalhador, a partir da assistência e da vigilância em saúde do trabalhador.  | Atualmente, a produção técnico científica na área de saúde fortalece os argumentos e socializam o debate acerca da importante participação das condições e da organização do trabalho na vivência dos problemas de saúde/doença mental.   |
| Saúde Mental no trabalho: contradições e limites   | VASCONCELOS, Amanda de<br>FARIA, José Henrique de                  | Pesquisa              | Através de estudo de caso em uma instituição de ensino superior, busca identificar e analisar as contradições existentes acerca das estratégias organizacionais adotadas sobre a saúde mental no trabalho, tendo como referência a percepção dos trabalhadores.                      | Os resultados mostraram que os programas de saúde são baseados em intervenções pontuais, paliativas e estão relacionados ao sistema de controle da organização atuando em cima dos efeitos da organização do trabalho, não se baseando numa real preocupação com a saúde do trabalhador.  |
| Síndrome de <i>burnout</i> e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. | CARLOTTO, Mary Sandra<br>PALAZZO, Lílian dos Santos                | Pesquisa              | Estudo epidemiológico com professores de escolas privadas, que buscou identificar o nível da síndrome de <i>burnout</i> , verificando possíveis associações com variáveis demográficas, laborais e fatores de estresses percebidos no trabalho.                                      | Os professores apresentaram nível baixo nas três dimensões que compõem <i>burnout</i> : exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal no trabalho. Variáveis demográficas não apresentaram relação com as dimensões de <i>burnout</i> , sendo que das variáveis profissionais, a carga horária e a quantidade de alunos atendidos foram as que mostraram maior associação. |
| Síndrome de <i>burnout</i> ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos           | TRIGO, Telma Ramos; TENG, Chei Tung; HALLAK, Jaime Eduardo Cecílio | Revisão de literatura | Realizar uma revisão bibliográfica a respeito da síndrome do Brasil e em outros países, considerando sua prevalência, possíveis fatores de risco para o seu desenvolvimento, sua associação com outros transtornos e consequências para o indivíduo e a organização em que trabalha. | A prevalência da síndrome ainda é incerta, mas dados sugerem que acomete um número significativo de indivíduos. Pode apresentar comorbidades com outros transtornos psiquiátricos e prejudicar o profissional em três níveis: individual, profissional e  |



Síndrome de *burnout* em professores da rede pública.

LEVY, Gisele Cristine Tenório de Machado

Pesquisa

SOBRINHO,  
Francisco de Paula Nunes

SOUZA, Carlos Alberto Absfão de

Avaliar professores da rede pública, através do instrumento CBP-R (Questionário de *burnout* para Professores), a fim de detectar a presença da síndrome de *burnout* na classe.

organizacional.

A incidência da síndrome de *burnout* entre os professores que participaram da pesquisa alcançou porcentagens significativas. Cerca de 70% dos participantes apresentavam os sintomas desta síndrome. Foram sugeridas alternativas para a humanização do posto de trabalho docente.

Propriedades psicométricas do *Maslach burnout Inventory* em uma amostra multifuncional.

CARLOTTO, Mary Sandra

Pesquisa

CAMARA, Sheila Gonçalves

Aplicação do *Human Service Survey*, em uma amostra de trabalhadores brasileiros de diversas áreas: saúde, justiça, segurança e educação, a fim de testar as variáveis apontadas pelo estudo de Maslach: Exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal e no trabalho.

Os três fatores descritos por Maslach foram encontrados na análise fatorial, confirmando que as dimensões propostas pela autora é a estrutura trifatorial que avalia de forma coerente e adequada as dimensões que compõem a síndrome, sendo portanto, a mais indicada.

O contexto organizacional e a experiência de estresse: uma perspectiva integrativa

LARANJEIRA, Carlos A.

Revisão Bibliográfica

Buscar, através de levantamento bibliográfico, o conceito de estresse ocupacional, e analisar as questões relacionadas com o âmago deste fenômeno, visto à luz da interpretação individual e coletiva.

Houve a discriminação de fontes de estresses intrínsecas/ extrínsecas ao indivíduo, analisando as suas principais repercussões, das quais se destacam o presenteísmo e o *burnout*. Reforça-se a necessidade de intervenção profilática primária, partindo do reconhecimento de fatores de risco que tornam determinados indivíduos.

## Conceituação

A conceituação mais comum e abrangente entre os autores é que *burnout* trata-se de uma resposta prolongada a estressores emocionais e interpessoais crônicos, existentes em



contexto de trabalho, manifestando-se como um cansaço emocional conducente a perda de motivação e sentimentos de inadequação e fracasso. Trigo, Teng e Hallak (2007) apontam que é um processo iniciado com excessivos e prolongados níveis de estresse (tensão) no trabalho. Completando a definição, Sousa e Mendonça (2009), indicam que *burnout* resulta de prolongado processo de tentativas de lidar com determinadas condições de estresse sem lograr sucesso. Para eles, esta síndrome é uma reação a fontes contínuas de estresse ocupacional que se acumulam.

Trigo, Teng e Hallak (2007) e Levy, Sobrinho e Souza (2009) ressaltam que é uma síndrome relacionada a profissões que desempenham funções assistenciais, as quais envolvem cuidados com saúde, educação e serviços humanos. De acordo com estes últimos autores, conceitualmente e para efeitos de avaliação, a síndrome de *burnout* apresenta três fatores distintos: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal.

No âmbito do diagnóstico desta síndrome, Trigo, Teng e Hallak (2007) revelam que existem quatro concepções teóricas baseadas na possível etiologia da síndrome: clínica, sócio-psicológica, organizacional e sócio-histórica. A mais utilizada nos estudos atuais é a concepção sócio-psicológica.

Como qualquer outra síndrome mental, há estudos que as relacionam às alterações fisiológicas do indivíduo acometido. Para Vieira *et al.* (2006), *burnout* está associado com alterações fisiológicas decorrentes do estresse (maior risco de infecções, alterações neuroendócrinas do eixo hipotalâmico-hipofisário-adrenal, hiperlipidemia, hiperglicemia e aumento do risco cardiovascular), abuso de álcool e substâncias, risco de suicídio e transtornos ansiosos e depressivos, além de implicações socioeconômicas (absenteísmo, abandono de especialidade e queda de produtividade).

A síndrome de *burnout* apresenta-se como um dos grandes problemas psicossociais que afetam a qualidade de vida das pessoas e, por conseguinte, de profissionais das mais diversas áreas. Na abordagem de Sousa e Mendonça (2009), quando se fala em *burnout*, a ênfase reporta não apenas às reações físicas, mas também ao processo de desgastes psicológicos e nas consequências psicológicas e sociais da exposição crônica.

De acordo com Carlotto e Palazzo (2006), a definição mais aceita sobre a síndrome de *burnout* fundamenta-se na perspectiva social e psicológica de Maslach & Jackson, que considera *burnout* como uma reação à tensão emocional crônica por lidar excessivamente

com pessoas. *Burnout* não é um problema do indivíduo, mas do ambiente social no qual o indivíduo trabalha.

### **MBI - Maslach burnout Inventory**

O instrumento mais utilizado para o diagnóstico de *burnout* é o *Maslach burnout Inventory* (MBI), elaborado por Christina Maslach e Susan Jackson. Vieira *et al.* (2006) explica que este possui três versões aplicáveis a categorias profissionais específicas: MBI-HSS (Human Services Survey), para as áreas de saúde/cuidadores ou serviços humanos/sociais; MBI-ES (Educator's Survey), para educadores; e MBI-GS (General Survey), para profissionais que não estejam necessariamente em contato direto com o público-alvo do serviço. O método é auto-aplicável e avalia as três dimensões do *burnout* (EE, DE e RP). No Brasil, até o momento, só estão publicadas adaptações para o português das versões MBI-HSS e MBI-ES. De acordo com Gomes *et al.* (2006), o MBI é um instrumento de auto-registro, com 22 itens acerca dos sentimentos relacionados com o trabalho.

O inventário é utilizado, exclusivamente, para a avaliação da síndrome, não levando em consideração os elementos antecedentes e as consequências resultantes de seu processo. Ele identifica índices de *burnout* de acordo com os escores de cada dimensão. Altos escores em exaustão emocional e despersonalização e baixos escores em realização profissional (essa subescala é inversa) indicam alto nível de *burnout* (CARLOTTO & CÂMARA, 2007).

Carlotto e Palazzo (2006) traduzem o MBI – *Maslach Burnout Inventory* de forma generalizada, o que condiz às referências dadas pelos demais autores: é um construto formado por três dimensões relacionadas, mas independentes. A primeira dimensão é a exaustão emocional, a qual é caracterizada por falta de energia e entusiasmo, por sensação de esgotamento de recursos, ao qual pode somar-se o sentimento de frustração e tensão nos trabalhadores por perceberem que já não têm condições de despender mais energia para o atendimento às demais pessoas como faziam antes. Levy, Sobrinho e Souza (2009) associam esta dimensão com o esgotamento provocado pelo cuidado com o outro, quando revelam que os trabalhadores têm a sensação de esgotamento e de não poderem dar mais de si em termos afetivos. Concordam com os autores anteriormente citados, quando citam que os trabalhadores sentem a energia e os recursos emocionais que dispõem se exaurirem, resultado do intenso contato diário com os problemas de outras pessoas.

A segunda dimensão trata-se da despersonalização, referenciada por Sousa e Mendonça (2009) como cinismo e por Vieira *et al.* (2006), como ceticismo. É caracterizada pelo desenvolvimento de uma insensibilidade emocional, que faz com que o profissional trate os clientes, colegas e a organização de maneira desumanizada. Levy, Sobrinho e Souza (2009) denominam a situação descrita como a “coisificação” das relações interpessoais.

A terceira e última dimensão é a diminuição da realização pessoal no trabalho, que se caracteriza por uma tendência do trabalhador em autoavaliar de forma negativa, tornando-se infeliz e insatisfeito com seu desenvolvimento profissional, com conseqüente declínio no seu sentimento de competência e de êxito, bem como de sua capacidade de interagir com os demais. No modelo teórico de Maslach, a síndrome de *burnout* é um processo em que a exaustão emocional é a dimensão precursora da síndrome, sendo seguida por despersonalização e, por fim, pelo sentimento de diminuição da realização pessoal no trabalho. Sousa e Mendonça (2009) concordam que estes fatores são dados de forma sequencial, e ainda aponta a ligação destas três dimensões às condições de trabalho, às realizações pessoais, à injustiça organizacional e à autoavaliação.

### **Fatores de risco da atuação docente com predisposição a *burnout***

As características do trabalho e as práticas organizacionais, integradas ao conceito de clima, são consideradas variáveis basilares para percebermos por que, em algumas organizações, os trabalhadores estão satisfeitos e motivados, enquanto noutras se verifica o inverso (LARANJEIRA, 2009). Para Gomes *et al.* (2006), as reações disfuncionais por parte do professor, relativamente à sua ocupação, tendem a ocorrer sempre que este se sente incapaz de controlar as condições de trabalho.

São diversos os contextos de sofrimento no labor em questão. Vasconcelos e Faria (2008) citam, dentre outros: a falta de trabalho ou a ameaça de perda de emprego; o trabalho desprovido de significação; situações de fracassos, acidente de trabalho ou mudança na posição hierárquica; ambientes que impossibilitam a comunicação espontânea e sugestões dos trabalhadores em relação à organização; fatores relacionados ao tempo, ritmo e turno de trabalho; ritmos intensos ou monótonos e pressão por produtividade; estresse; fofocas; condições físicas de trabalho inadequadas; relacionamento difícil com a chefia, com subordinados, colegas e alunos; responsabilidades; sensação de ser vigiado e orientações contraditórias para a execução da tarefa.

Laranjeira (2009) reafirma os fatores citados anteriormente e os complementa, salientando que a impossibilidade de tomar decisões relacionadas com o próprio trabalho também é um fator estressante ao docente. Vieira *et al.* (2006) aponta a baixa percepção salarial como um parâmetro extremamente relacionado à estafa profissional, revelando que, por vezes, há a necessidade de gastos para o andamento do trabalho docente, como a compra de material didático pelo professor.

Ao consideramos que existem maiores expectativas sociais depositadas nas profissões de ajuda, Carlotto e Câmara (2007, p. 330) apontam que existe uma cobrança social destes profissionais que se aproxima à ideia de vocação:

*Não é esperado que o profissional apresente sentimentos de distanciamento de seu público-alvo. Além disso, as profissões contempladas neste estudo são valorizadas socialmente, porém desvalorizadas economicamente, o que faz com que muitos indivíduos utilizem-se da estratégia de evitação cognitiva na tentativa de dissociar o trabalho (em alguns casos, frustrante) da vida pessoal.[...] Isso contribui de maneira decisiva para o sentimento de baixa realização profissional. O processo de comparação social também constitui um fator determinante, posto que uma estratégia bastante utilizada consiste em comparar as suas condições de trabalho com as de outros profissionais, que não exigem dedicação além das horas de serviço no local.”*

A perpetuação de alguns valores entranhados na construção sócio-histórica da profissão docente, ou seja, a de profissão vocacional, que exige abnegação e doação, induz o profissional à repressão dos questionamentos sobre até que ponto o trabalho tem sido fator de realização e satisfação. Nesse sentido, Carlotto e Palazzo (2006) alertam que professores com fortes sentimentos vocacionais são mais vulneráveis a *burnout*, pois, ao não verem sua atividade como um trabalho, mas sim como uma vocação, tendem a envolver-se de forma excessiva com o mesmo, tendo como resultado a sobrecarga laboral.

Levy, Sobrinho e Souza (2009) descrevem os fatores que levam à indisposição ao trabalho docente relacionadas às cargas cognitivas e às lesões físicas: as tarefas cognitivas do professor se constituem em fatores relevantes à medida em que são requisitadas a todo o momento, na solução de impasses ao longo de sua jornada de trabalho (atenção difusa, memória, tomada de decisão e percepção apurada dos fatos); os professores se queixam de dores lombares e cervicais, laringites e outros. De acordo com os autores, estes problemas de saúde estão, provavelmente, associados direta ou indiretamente às condições de trabalho (ruídos, estado de conservação dos materiais e equipamentos, exigências posturais) e sobrecargas às quais estão expostos esses trabalhadores da educação. Também, a necessidade

de falar constantemente durante as aulas é percebida como desconforto para estes profissionais.

Questões como as exigências de qualificação dos profissionais de ensino, estabelecidas pelo Ministério da Educação, e o crescente número de universidades nos grandes centros, como na Região Centro-Oeste do Brasil, são alguns dos fatores estressantes relacionados por Vieira *et al.* (2006). Isso têm aumentado ainda mais as exigências em relação ao aprimoramento intelectual e à qualidade de trabalho desses profissionais.

Carlotto e Palazzo (2006) relacionam mais alguns fatores de estresse associados às dimensões de *burnout* e não menos importantes: expectativas familiares com relação ao trabalho docente, mau comportamento de alunos e falta de participação nas decisões institucionais. A relação do professor com familiares do alunado mostra-se, muitas vezes, problemática e estressante, seja ela pela falta de envolvimento desses últimos no processo educacional, ou pelo excesso, acreditando ser o professor incompetente e inexperiente e, muitas vezes, causador dos problemas apresentados pelo aluno. Os autores avaliam que estes são extremamente cobrados em seus fracassos e raramente reconhecidos por seu sucesso.

O mau comportamento dos alunos também é considerado um fator estressante, já que o professor terá que dispensar cada vez mais energia para conter a situação estressante. Para Levy, Sobrinho e Souza (2009), estas situações geram sentimentos de revanchismo e exacerbação de condutas agressivas. Ainda de acordo com Carlotto e Palazzo (2006), trabalhadores que apresentam adequado suporte gerencial, participação nas decisões de grupo e nas metas organizacionais manifestam menores escores de *burnout*.

### **Efeitos da síndrome nos indivíduos, na profissão e nas organizações**

*Burnout*, em professores, afeta o ambiente educacional e interfere na obtenção dos objetivos pedagógicos, levando esses profissionais a um processo de alienação, desumanização e apatia, ocasionando problemas de saúde, absenteísmo e intenção de abandonar a profissão (CARLOTTO & PALAZZO, 2006). Vieira *et al.* (2006) revelam que também são comuns sintomas como insônia, ansiedade, dificuldade de concentração, alterações de apetite, irritabilidade e desânimo. Com relação à alienação, Trigo, Teng e Hallak (2007) completam: o distanciamento afetivo provoca esta sensação em relação aos outros, sendo a presença destes muitas vezes desagradável e não desejada.

Os indivíduos que estão neste processo de desgaste estão sujeitos a abandonar o emprego, tanto psicológica quanto fisicamente, apontam Trigo, Teng e Hallak (2007). Eles investem menos tempo e energia no trabalho, fazendo somente o que é absolutamente necessário e faltam com mais frequência. A queda na qualidade e na quantidade de trabalho produzido é o resultado profissional do desgaste.

Ainda de acordo com Trigo, Teng e Hallak (2007), o indivíduo pode apresentar fadiga constante e progressiva; dores musculares ou osteomusculares (na nuca e ombros; na região das colunas cervical e lombar); perturbações gastrointestinais (gastrites até úlceras); imunodeficiência com resfriados ou gripes constantes; transtornos cardiovasculares (hipertensão arterial, infartos, entre outros); distúrbios do sistema respiratório (suspiros profundos, bronquite, asma), e disfunções sexuais e alterações menstruais nas mulheres.

Em relação ao psiquismo, estes autores revelam que pode apresentar: alterações de memória; lentificação do pensamento; sentimento de solidão; impaciência, e labilidade emocional. Pode ocorrer o surgimento de agressividade, dificuldade para relaxar e aceitar mudanças; perda de iniciativa; consumo de substâncias (álcool, café, fumo, tranquilizantes, substâncias ilícitas), e comportamento de alto risco - até de suicídio. Sánchez e Abellán (2008) também abordam os efeitos fisiológicos nos indivíduos acometidos por *burnout*, o qual provoca, nos professores, elevados níveis de glicemia, hipertensão arterial sistêmica e arritmias, podendo culminar também em arteriosclerose e patologias como a vasculopatia hipertensiva e diabetes.

No trabalho, segundo Trigo, Teng e Hallak (2007), ocorre diminuição na qualidade devido ao mau atendimento, procedimentos equivocados, negligência e imprudência. A predisposição a acidentes aumenta devido à falta de atenção. Levy, Sobrinho e Souza (2009) identificaram, em diversas pesquisas, o desenvolvimento incipiente de sentimentos e atitudes negativas e cínicas para com as pessoas atendidas pelo indivíduo acometido pela síndrome. O abandono psicológico e físico do trabalho pelo indivíduo acometido por *burnout* leva a prejuízos de tempo e dinheiro para o próprio indivíduo e para a instituição que tem sua produção comprometida (TRIGO, TENG E HALLAK, 2007).

### **Diferenças entre *burnout* e depressão.**

Para Sánchez e Abellán (2008), a diferença de *burnout* para outros tipos de estresses, está pautada principalmente na falta de uniformidade dos parâmetros adotados para o estudo destes, como ocorre com *burnout* (estudo trifatorial).



A natureza da associação *burnout*/depressão ainda não é bem conhecida: pode se dever a antecedentes etiológicos comuns (ligados ao estresse crônico ou a fatores de personalidade, como traços neuróticos, por exemplo), podendo ser o *burnout* uma fase (ou um precursor) no desenvolvimento de um transtorno depressivo (VIEIRA *ET AL.*, 2006).

No entanto, Trigo, Teng e Hallak (2007) trazem que as diferenças e correlações da síndrome de *burnout*, com a depressão ainda estão em estudo. Algumas pesquisas atestam a validade discriminativa da síndrome de *burnout* em contraste com transtorno depressivo em profissionais-alvo, diferenciando-o da depressão. Ainda de acordo com os autores, em outro estudo, os índices de *burnout* e a sintomatologia depressiva mostraram significativa associação entre essas patologias.

Alguns autores acreditam que a depressão seguiria o *burnout* e que altos níveis de exigência psicológica, baixos níveis de liberdade de decisão, baixos níveis de apoio social no trabalho e estresse devido a trabalho inadequado são preditores significantes para subsequente depressão. Ainda com relação às pesquisas analisadas por Trigo, Teng e Hallak (2007), indivíduos que trabalham em condições de muitas demandas psicológicas associadas a baixo poder de decisão têm maior prevalência de depressão quando comparados aos trabalhadores não expostos a essas condições.

Para Vieira *et al.* (2006), embora apareçam associados com frequência, vários estudos mostram que *burnout* e depressão são conceitualmente diferentes. Segundo Vieira *et al.* (2006), o “estado depressivo” presente no *burnout* seria temporário e orientado para uma situação precisa na vida da pessoa (no caso, o trabalho), além do que não estaria presente o sentimento de culpa, característico da depressão. Também para Vieira *et al.* (2006), o *burnout* afetaria somente o campo profissional, enquanto que a depressão atingiria todas as áreas da vida do indivíduo.

As diferenças são sistematizadas pela autora, quando comparados a indivíduos deprimidos, os que têm *burnout*: aparentam mais vitalidade; raramente apresentam perda de peso, retardo psicomotor ou ideação suicida; têm sentimentos de culpa mais realistas, se os têm; atribuem sua indecisão e inatividade à fadiga (e não à própria doença), e apresentam mais frequentemente insônia inicial, em vez de terminal (como na depressão).

Vieira *et al.* (2006, p. 353) sugerem que *burnout* e depressão poderiam compartilhar várias características “qualitativas”, especialmente nas formas mais graves de *burnout*, propondo que sejam aplicados os dois diagnósticos em certos casos, tais como: aqueles em

que haja maior grau de disfunção no trabalho do que de sintomatologia depressiva, início da disfunção antes do início da depressão maior ou a existência de uma atitude negativa em relação à profissão que não pode ser explicada como uma manifestação da depressão. Ainda conclui sobre uma situação hipotética, com a descrição acima:

*“A sobreposição, no caso apresentado, da síndrome de burnout com depressão leva-nos a duas hipóteses: 1) a demora no reconhecimento do problema poderia ter resultado no desenvolvimento de uma complicação (a depressão); ou 2) tal caso pertenceria a um subtipo de pacientes com maior vulnerabilidade ao desenvolvimento de burnout e que estaria associado com maior gravidade do quadro e semelhança fenotípica com depressão.”*

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

As novas formas de trabalho, impostas pelo modelo capitalista atual, configuram-se como uma intensificação marcante do ritmo de trabalho e uma carga de responsabilidades e exigências aos trabalhadores que ultrapassam a simples execução de uma tarefa. Há então o surgimento de doenças laborais, que afetam também o âmbito psicossocial. Manter o nexo entre as doenças psíquicas e o labor é uma ação primitiva para a aceitação social destas doenças e também para a garantia de oferecimento de atendimento adequado.

*Burnout* representa uma destas psicopatologias modernas ligadas ao trabalho, mas, sobretudo, à maneira como este se organiza, e tem como população alvo os sujeitos de profissões “altruístas”, como a docência. Porém, por se considerar uma doença psicossocial, a sua aceitação ainda é escassa, evidenciando, muitas vezes, a culpabilidade do próprio indivíduo acometido. Sato e Bernardo (2005) confirmam esta realidade quando dizem que o “fantasma” do desemprego e da perda do status adquirido, denominada “violências da calma”, pois os indivíduos e sociedade se acalmam devido a forças coercitivas subjacentes que passam despercebidas. Essa calma deposita no indivíduo a culpa e a estagnação, já que as verdadeiras razões do adoecimento, acidente ou pelo desemprego, ficam encobertos. Mesmo que haja condições de reconhecer as situações de risco do trabalho, estes não têm outra opção que a submissão a tais condições. Vasconcelos e Faria (2008) ainda evidenciam que a passividade e o silêncio dos trabalhadores resultam em um sofrimento, que muitas vezes não é falado, havendo uma maior probabilidade de surgir uma doença individual, com soluções também individuais, como o afastamento do trabalho, o desligamento das pessoas ou o medicamento próprio.

O ensino superior, apesar de ter uma configuração diferente, teoricamente pensada e investida pelo poder público ou privado, possui dados alarmantes de acometimento desta

síndrome. Talvez os dados estejam ligados às formas diretivas das universidades, às inconstantes interferências políticas na área, às exigências de aperfeiçoamento cognitivo, na maioria das vezes, sem o devido incentivo, à hostilidade de alunos e pais, a pouca participação nas decisões e nas distribuições de recursos da universidade, às atividades que lhes são atribuídas e que vão além do âmbito de sala de aula, e à desvalorização da classe perante a sociedade.

González e Domínguez (2009) ressaltam que a universidade é um campo gerador de criatividade e conhecimentos valiosos para a sociedade e, também, um campo onde se concentra todas as forças sociais e políticas. Saber adaptar-se a esse campo de conflito e combatê-lo com ações legais e culturais não é algo que está completamente preparado para o trabalhador docente. Sousa e Mendonça (2009) completam esse entendimento, demonstrando que, se a organização deixar claro os desafios que o trabalhador deve enfrentar, diminuirá os gastos de energia com a resolução dos conflitos, energia esta que poderia ser canalizada para o exercício da profissão, e ele, conseqüentemente, tenderá a ter menos estresses e irá comprometer-se mais com a instituição.

O fato é que as doenças laborais psíquicas existem e precisam ser encaradas para serem aceitas e tratadas. Vasconcelos e Faria (2008) enaltecem o papel do setor de RH nesta propositura. De acordo com os autores, com as pressões do mercado de trabalho e das formas de gestão das instituições de ensino, este setor acaba relacionando a saúde do trabalhador em detrimento à ascensão da produtividade e da competitividade, afinal, trabalhador saudável falta menos e trabalha melhor. Os autores ainda ressaltam a importância de se rever esta lógica, já que o setor deveria supor uma ação de saúde preventiva pela organização.

Faltam ainda intervenções profiláticas primárias, partindo sempre do conhecimento dos fatores primitivos de risco que tornam os indivíduos vulneráveis a esta síndrome, para, então, dispôr dos recursos existentes a favor da saúde mental do trabalhador.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CARLOTTO, Mary Sandra; CAMARA, Sheila Gonçalves. Propriedades psicométricas do Maslach Burnout Inventory em uma amostra multifuncional. *Estud. psicol. (Campinas)*, Campinas, v. 24, n. 3, Setembro, 2007.

CARLOTTO, Mary Sandra; PALAZZO, Lílian dos Santos. síndrome de *burnout* e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 22, n. 5, Maio, 2006.

GOMES, A. Rui, SILVA, Maria João, MOURISCO, Salomé *et al.*. Problemas e desafios no exercício da actividade docente: Um estudo sobre o stresse, "*burnout*", saúde física e satisfação profissional em professores do 3º ciclo e ensino secundário. Rev. Port. de Educação, 2006, vol.19, no.1, p.67-93. ISSN 0871-9187.

GONZÁLES, Silvia Tamez; DOMÍNGUEZ, Josué Federico Perez. El trabajador universitario: entre el malestar y la lucha. Educ. Soc., Campinas, v. 30, n. 107, Agosto, 2009.

LARANJEIRA, Carlos A. O Contexto Organizacional e a Experiência de Estress: uma Perspectiva Integrativa. Rev. salud pública, Bogotá, v. 11, n. 1, Fevereiro, 2009.

LEOPARDI, Maria Tereza. Metodologia da Pesquisa na Saúde. Santa Maria: Pallotti,2001.

LEVY, Gisele Cristine Tenório de Machado; SOBRINHO, Francisco de Paula Nunes; SOUZA, Carlos Alberto Absalão de. Síndrome de *burnout* em professores da rede pública. Prod., São Paulo, v. 19, n. 3,

SÁNCHEZ, Antonio Ranchal; ABELLÁN, Manuel Vaquero. *Burnout*, variables fisiológicas y antropométricas: un estudio en el profesorado. Med. segur. trab. [online]. 2008, vol.54, n.210, pp. 47-55. ISSN 0465-546X.

SATO, Leny; BERNARDO, Márcia Hespanhol. Saúde mental e trabalho: os problemas que persistem. Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro, v. 10, n. 4, Dezembro, 2005.

SOUSA, Ivone Félix de; MENDONCA, Helenides. *Burnout* em professores universitários: impacto de percepções de justiça e comprometimento afetivo. Psic.: Teor. e Pesq., Brasília, v. 25, n. 4, Dezembro, 2009.

TRIGO, Telma Ramos; TENG, Chei Tung; HALLAK, Jaime Eduardo Cecílio. Síndrome de *burnout* ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. Rev. psiquiatr. clín., São Paulo, v. 34, n. 5, 2007.

VASCONCELOS, Amanda de; FARIA, José Henrique de. Saúde mental no trabalho: contradições e limites. Psicol. Soc., Florianópolis, v. 20, n. 3, Dezembro, 2008.

VIEIRA, Isabela *et al.* . *Burnout* na clínica psiquiátrica: relato de um caso. Rev. psiquiatr. Rio Gd. Sul, Porto Alegre, v. 28, n. 3, Dec. 2006.