



CONBRACE
CONICE 2021
DE 12/09 A 17/12

Educação Física e
Ciências do Esporte
no tempo presente:

Defender Vidas,
Afirmar as Ciências

A SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA¹

Vinícius Luís Pereira de Sousa,

Universidade Regional do Cariri (URCA)

Luan Gonçalves Jucá,

Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (APAE)

José Rodrigo Silva de Melo,

Universidade Regional do Cariri (URCA)

RESUMO

O objetivo desse estudo foi analisar a produção científica e identificar os principais fatores que influenciam na Síndrome de Burnout em professores da educação básica. Realizou-se uma revisão sistemática de abordagem descritiva. Evidenciou-se a partir da análise 10 artigos que a Síndrome de Burnout é derivada do conjunto de cansaços, exaustões e estresses crônicos. Esses sentimentos são propícios e derivados do ambiente de trabalho e principalmente pelo contato direto com pessoas.

PALAVRAS-CHAVE: Síndrome de Burnout; Educação Básica; Professores.

INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout (SB) pode ser entendida como um estresse crônico causado por desgastes psicológicos durante um longo tempo, gerados por diversos elementos contraproducentes relacionados ao ambiente de trabalho (SILVA; CARLOTTO, 2003). É um distúrbio emocional que tem como sintomas a exaustão extrema, estresses e esgotamento físico derivado de situações desgastantes provindas de uma extrema responsabilidade e/ou competitividade.

A SB se compõe em três dimensões, sendo elas: (a) exaustão emocional, que está relacionada a falta de vontade; (b) despersonalização, quando a pessoa não consegue seguir seus princípios e pode gerar uma insensibilidade de sentimentos; (c) desmotivação profissional, gerando sentimentos de incompetência e baixa autoestima no seu ambiente de trabalho (MERCES *et al.* 2016).

¹ O presente trabalho não contou com apoio financeiro de nenhuma natureza para sua realização.



Um dos profissionais que pode apresentar essa síndrome é o professor. Durante sua formação e carreira docente, pode passar por algumas dificuldades, dentre elas, a falta de apoio do estado e da gestão escolar, falta de respeito por parte dos alunos, falta de materiais e a desvalorização da profissão podem induzir os professores a estresses cotidianos maleficiando a sua carreira e vida social (SILVA; BOLSONI-SILVA; LOUREIRO, 2018).

Logo, entende-se que este conjunto de danos causados pelo estresse no cotidiano profissional durante um longo período de tempo, possa acarretar na exaustão do indivíduo para com o ambiente de trabalho (LEVY; NUNES SOBRINHO; SOUZA, 2009). Diante do exposto surge a questão norteadora deste estudo: quais são os fatores mais decisivos para uma possível manifestação da Síndrome de Burnout em docentes da educação básica?

O objetivo desse estudo foi analisar a produção científica e identificar os principais fatores que influenciam na Síndrome de Burnout em professores da educação básica. Justifica-se esse estudo pela importância de identificar na literatura as causas e motivações que possam acarretar essa doença nesse grupo de profissionais.

METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma revisão sistemática de literatura com abordagem descritiva e análise qualitativa. O levantamento dos dados na literatura aconteceu entre os meses de agosto e setembro de 2019. Foram utilizadas duas bases de dados para a busca e seleção das obras, sendo elas, Lilacs e SciELO. Os descritores utilizados na busca foram: “Síndrome de Burnout AND professores”, “Síndrome de Burnout AND docentes”, “Síndrome de Burnout AND educação básica”, “Síndrome de Burnout AND educação física”.

Logo após a aplicação dos descritores nos indexadores foram encontrados (50) artigos, em seguida ocorreu a seleção por meio da leitura do título, resumos. Aqueles selecionados nas fases anteriores e que atenderam os critérios de elegibilidade da pesquisa, foi feita a leitura do texto na íntegra. Por fim, restaram um total de 10 artigos para análise e discussão. O arco temporal utilizado na busca dos textos foi de setembro de 2009 até setembro de 2019. A coleta dos dados foi realizada no mês de setembro do respectivo ano.

Utilizou-se como critérios de inclusão: a) obras em português; b) obras que apresentam uma abordagem sobre a Síndrome de Burnout em professores da educação básica; c) artigos originais. Adotou-se como critérios de exclusão: a) indisponibilidade da obra

completa de forma gratuita em meio eletrônico; b) estudos pesquisados no ensino superior; c) Artigos de revisão; d) resumos de dissertações ou teses.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra final foi composta por um total de 10 artigos relacionados a Síndrome de Burnout na educação básica (DALCIN; CARLOTTO, 2018; SILVA *et al.* 2018; CARLOTTO *et al.* 2015; ESTEVES FERREIRA; SANTOS; RIGOLON, 2014; DIEHL; CARLOTTO, 2014; DALAGASPERINA; MONTEIRO, 2014; CARLOTTO, 2011; BATISTA *et al.* 2010; LEVY; NUNES SOBRINHO; SOUZA, 2009; MOREIRA *et al.* 2009). Assim, foram abordados neste tópico os principais pontos e descobertas, cometendo comparações e relações dos estudos.

Os artigos expostos demonstraram que a Síndrome de Burnout é derivada do conjunto de cansaços, exaustões e estresses crônicos. Esses sentimentos são propícios e derivados do ambiente de trabalho e principalmente pelo contato direto com pessoas. A profissão de professor expõe esses profissionais diariamente a situações de conflito com alunos, pais, direção das instituições, além das atividades extras que teoricamente não seriam de suas responsabilidades, gerando assim altas cargas de trabalhos e contribuindo para uma exaustão física e emocional. Em relação a estudos com professores de educação física, apenas um estudo foi encontrado e apresentou baixa relação com a doença.

Carlotto (2011) e Carlotto e Palazzo (2016) corroboram com o exposto ao enfatizar que a precariedade motivacional da administração escolar em possibilitar que o professor coopere da construção do cronograma e nas propostas pedagógicas, influencia diretamente no comportamento do docente, pois muitas vezes são tratados apenas como instrutores e funcionários, essa titulação pode gerar um desinteresse, menosprezo e a falta de personalidade do profissional.

A Burnout é compreendida por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal (MERCES *et al.* 2016). Essas três dimensões são os principais fatores compreensíveis que induzem os profissionais para este problema. Os resultados do presente estudo evidenciaram que entre as dimensões que compreende a Síndrome de Burnout, a exaustão emocional apresentou-se a mais elevada dentre as três em todos os artigos da matriz analítica. Esses achados indicam que esta dimensão é a principal precursora que influi as

peças para o desenvolvimento da doença. Holmes *et al.* (2014) apontou na sua pesquisa a exaustão emocional como o ponto precursor para o surgimento da síndrome, pois os danos emocionais causados a saúde do indivíduo interfere na qualidade de vida e trabalho, podendo até o afastar da profissão.

Em relação a estudos com professores de Educação Física, esses profissionais apresentaram baixas relações com a doença. Resultado esse, inesperado, visto que, como enfatiza Guedes e Gaspar (2016) em razão das características e particularidades do ofício, os professores de Educação Física também estão expostos a adentrarem na categoria de profissionais com maiores facilidades de estresse no trabalho. Essas facilidades podem estar ligadas e advindas do ambiente escolar, ou, preocupação em motivar os alunos para que os mesmos sintam-se prazer em participar das atividades propostas.

Algumas formas de tratamentos dessa doença foram demonstradas nos estudos, como a intervenção de outros profissionais junto ao professor, aumentando assim a realização pelo trabalho, autoeficácia que se mostrou eficaz na redução de sentimentos que ocasionam a síndrome. Salientando assim, a importância que os órgãos públicos desenvolvam políticas nacionais para estimular e apoiar os docentes.

Outros dados obtidos relevam a preocupação em buscar ajuda e formas de tratar essa doença que até pouco tempo atrás era desconhecida, e, hoje ainda encontram-se dificuldades para se autodiagnosticar, e, buscar atendimento médico, estendendo-se assim a recuperação desses profissionais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo do presente estudo foi analisar a produção científica e identificar os principais fatores que influenciam na Síndrome de Burnout em professores da educação básica. Notou-se que os principais fatores relacionados a essa doença estão relacionados à exaustão profissional, sendo eles, cansaços, exaustões e estresses crônicos advindo do ambiente e convivência de trabalho do profissional. Ressalta-se que somente um estudo foi desenvolvido com essa perspectiva com professores de Educação Física.

Tais problemas encontrados nos artigos que compuseram essa revisão sistemática deixam em evidência a necessidade de aprofundar estudos e pesquisas acerca dessa doença que atinge os mais variados profissionais. Diante da modernização e desenvolvimento da



CONBRACE
CONICE 2021
DE 12/09 A 17/12

Educação Física e
Ciências do Esporte
no tempo presente:

Defender Vidas,
Afirmar as Ciências

sociedade atual, o aumento de pessoas com doenças psicológicas cresce e em paralelo acontece o aparecimento da Síndrome de Burnout, fazendo-se necessário novas pesquisas de intervenção em vista de estimular a investigação acerca do tema.

BURNOUT SYNDROME IN BASIC EDUCATION TEACHERS: A SYSTEMATIC REVIEW

ABSTRACT

The objective of this study was to analyze the scientific production and identify the main factors that influence the Burnout Syndrome in basic education teachers. A systematic review with a descriptive approach was carried out. It was evident from the analysis of 10 articles that Burnout Syndrome is derived from a set of fatigue, exhaustion and chronic stress. These feelings are propitious and derived from the work environment and especially from direct contact with people.

KEYWORDS: *Burnout Syndrome; Basic Education; Teachers.*

EL SÍNDROME DE BURNOUT EN LOS PROFESORES DE EDUCACIÓN BÁSICA: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA

RESUMEM

El objetivo de este estudio fue analizar la producción científica e identificar los principales factores que influyen en el Síndrome de Burnout en profesores de educación básica. Se realizó una revisión sistemática con un enfoque descriptivo. Del análisis de 10 artículos se desprende que el Síndrome de Burnout se deriva de un conjunto de fatiga, agotamiento y estrés crónico. Estos sentimientos son propicios y se derivan del entorno de trabajo y, especialmente, del contacto directo con las personas.

PALABRAS CLAVES: *Síndrome de Burnout; Educación Básica; Profesores.*

REFERÊNCIAS

BATISTA, Jaqueline Brito Vidal et al. 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**, v. 13, p. 502-512, 2010.



CARLOTTO, Mary Sandra et al. O papel mediador da autoeficácia na relação entre a sobrecarga de trabalho e as dimensões de Burnout em professores. **Psico-usf**, v. 20, p. 13-23, 2015.

CARLOTTO, Mary Sandra; PALAZZO, Lílian dos Santos. Síndrome de Burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 22, p. 1017-1026, 2006.

CARLOTTO, Mary Sandra. Síndrome de Burnout em professores: prevalência e fatores associados. **Psicologia: teoria e Pesquisa**, v. 27, p. 403-410, 2011.

DALCIN, Larissa; CARLOTTO, Mary Sandra. Avaliação de efeito de uma intervenção para a Síndrome de Burnout em professores. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 22, p. 141-150, 2018.

DALAGASPERINA, Patrícia; MONTEIRO, Janine Kieling. Preditores da Síndrome de Burnout em docentes do ensino privado. **Psico-USF**, v. 19, p. 263-275, 2014.

DIEHL, Liciane; CARLOTTO, Mary Sandra. Conhecimento de professores sobre a Síndrome de Burnout: processo, fatores de risco e consequências1. **Psicologia em estudo**, v. 19, p. 741-752, 2014.

FERREIRA, Alberto Abrantes Esteves; SANTOS, Douglas Elias; RIGOLON, Rafael Gustavo. Avaliação comparativa dos sintomas da Síndrome de Burnout em professores de escolas públicas e privadas. **Revista Brasileira de Educação**, v. 19, p. 987-1002, 2014.

GOMES, Isabelle Sena; CAMINHA, Iraquitã de Oliveira. Guia para estudos de revisão sistemática: uma opção metodológica para as Ciências do Movimento Humano. **Movimento (ESEFID/UFRGS)**, v. 20, n. 1, p. 395-411, 2014.

GUEDES, Dartagnan; GASPAR, Eron. “Burnout” em uma amostra de profissionais de Educação Física brasileiros. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 30, p. 999-1010, 2016.

HOLMES, Ericka Silva et al. Síndrome de Burnout em enfermeiros na atenção básica: repercussão na qualidade de vida. **Revista de pesquisa cuidado é fundamental online**, v. 6, n. 4, p. 1384-1395, 2014.

LEVY, Gisele Cristine Tenório de Machado; NUNES SOBRINHO, Francisco de Paula; SOUZA, Carlos Alberto Absalão de. Síndrome de Burnout em professores da rede pública. **Production**, v. 19, p. 458-465, 2009.

DAS MERCES, Magno Conceição et al. Síndrome de Burnout em trabalhadores de Enfermagem da Atenção Básica à Saúde. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 30, n. 3, 2016.



CONBRACE
CONICE 2021
DE 12/09 A 17/12

Educação Física e
Ciências do Esporte
no tempo presente:

Defender Vidas,
Afirmar as Ciências

MOREIRA, Hudson de Resende Moreira et al. Qualidade de vida no trabalho e Síndrome de Burnout em professores de educação física do estado do Rio Grande do Sul, Brasil. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v. 14, n. 2, p. 115-122, 2009.

SILVA, Graziela Nascimento da; CARLOTTO, Mary Sandra. Síndrome de Burnout: um estudo com professores da rede pública. *Psicologia Escolar e Educacional*, v. 7, p. 145-153, 2003.

SILVA, Jorge Luiz Lima et al. Prevalência da Síndrome de Burnout entre professores da Escola Estadual em Niterói, Brasil. *Enfermería Actual de Costa Rica*, n. 34, p. 14-25, 2018.

SILVA, Nilson Rogério; BOLSONI-SILVA, Alessandra Turini; LOUREIRO, Sonia Regina. Burnout e depressão em professores do ensino fundamental: um estudo correlacional. *Revista Brasileira de Educação*, v. 23, 2018.

