

Síndrome de Burnout: um estudo comparativo-correlacional entre docentes que atuam em diferentes níveis do ensino

Burnout Syndrome: a comparative-correlational study between teachers working at different education levels

Síndrome de Burnout: un estudio comparativo-correlacional entre docentes que trabajan en distintos niveles educativos

*Flávia Karolinny Santos de Moraes, **Joyce Karen Lima Vale, ***Hudson Fabrícus Peres Nunes, ****Alexandre Jannota Drigo, *****Rodrigo Gomes de Souza Vale, *Claudio Joaquim Borba-Pinheiro

*Instituto Federal do Pará (Brasil), **Universidade Federal do Pará (Brasil), ***Instituto Federal de São Paulo (Brasil), ****Universidade Estadual de São Paulo (Brasil), *****Universidade do Estado do Rio de Janeiro (Brasil)

Resumo. O estudo teve como objetivo comparar e correlacionar os sinais da Síndrome de Burnout (SB) em docentes que atuam em diferentes níveis de ensino na educação, após o cenário de pandemia. Participaram do estudo docentes da rede pública de ensino municipal, estadual e federal nos níveis de ensino Infantil, fundamental, médio e superior atuantes no Município de Tucuruí-PA. estudo foi é caracterizado com uma abordagem quantitativa, de natureza descritiva com corte transversal e correlacional. A coleta de dados utilizou um instrumento de avaliação auto aplicado dividido em dois blocos de questões: 1-Dados demográficos e 2-Maslach Burnout Inventory (MBI) que avaliou Exaustão Emocional (EE), Baixa Realização Pessoal (BRP) e Despersonalização (D). Após a coleta dos dados foi realizada análise descritiva e de comparação de amostras independentes. Os resultados mostraram que houve no escore final a prevalência de risco médio para a SB, precisamente nos docentes do ensino fundamental e superior. A Despersonalização apresentou diferenças $p < 0,05$, onde os grupos superior e fundamental mostraram mais impactados comparados ao Infantil e Médio. Houve ainda, correlação significativa $p < 0,05$ entre EE, BRP e D. Portanto, há uma preponderância da SB, nos profissionais da educação das instituições públicas municipal, estadual e federal podendo indicar a presença da SB.

Palavras chave: Burnout; Esgotamento psicológico, Despersonalização; Docentes.

Abstract. The study aimed to compare and correlate the signs of Burnout Syndrome (BS) in teachers who work at different levels of teaching in education, after the pandemic scenario. Teachers from the municipal, state and federal public education network at the levels of kindergarten, elementary, middle and higher education, working in the municipality of Tucuruí-PA, participated in the study. The study was characterized with a quantitative approach, of a descriptive nature with cross-sectional and correlational. Data collection used a self-administered assessment instrument divided into two blocks of questions: 1-Demographic data and 2-Maslach Burnout Inventory (MBI) which assessed Emotional Exhaustion (EE), Low Personal Fulfillment (LPF) and Depersonalization (D). After data collection, descriptive analysis and comparison of independent samples were performed. The results showed that there was a prevalence of medium risk for BS in the final score, precisely in elementary and higher education teachers. Depersonalization showed $p < 0.05$ differences, where the superior and fundamental groups were more impacted compared to the Infantile and Medium groups. There was also a significant correlation $p < 0.05$ between EE, BRP and D. Therefore, there is a preponderance of BS in education professionals from municipal, state and federal public institutions, which may indicate the presence of BS.

Keywords: Burnout; Psychological exhaustion, Depersonalization; teachers.

Resumen. El estudio tuvo como objetivo comparar y correlacionar los signos del Síndrome de Burnout (SB) en docentes que actúan en diferentes niveles de enseñanza en la educación, después del escenario de la pandemia. Participaron del estudio docentes de la red de educación pública municipal, estatal y federal en los niveles de educación inicial, básica, media y superior, que actúan en el municipio de Tucuruí-PA. El estudio se caracterizó con un enfoque cuantitativo, de carácter descriptivo con corte transversal y correlacional. La recolección de datos utilizó un instrumento de evaluación autoadministrado dividido en dos bloques de preguntas: 1-Datos demográficos y 2-Maslach Burnout Inventory (MBI) que evaluó el Agotamiento Emocional (EE), Baja Realización Personal (BRP) y Despersonalización (D). Después de la recolección de datos, se realizó el análisis descriptivo y la comparación de muestras independientes. Los resultados mostraron que hubo una prevalencia de riesgo medio para SB en el puntaje final, precisamente en los docentes de educación básica y superior. La despersonalización mostró diferencias de $p < 0,05$, donde los grupos superior y fundamental fueron más impactados en comparación con los grupos Infantil y Medio. También hubo correlación significativa $p < 0,05$ entre EE, BRP y D. Por lo tanto, existe preponderancia de BS en profesionales de la educación de instituciones públicas municipales, estatales y federales, lo que puede indicar la presencia de BS.

Palabras clave: Burnout; Agotamiento psicológico, Despersonalización; Maestros.

Fecha recepción: 31-03-23. Fecha de aceptación: 29-06-23

Claudio Joaquim Borba-Pinheiro
claudioborba18@gmail.com

Introdução

A pandemia de COVID-19 causada pelo vírus *Sars-Cov2*, resultou em uma remodelação no estilo de vida adotado por toda a população, tendo em vista que, uma das principais formas de evitar a proliferação do vírus foi inibir o contato físico e assim, aumentar isolamento social (Schmidt *et al.*, 2020). Dessa forma, esse novo estilo de vida, resultou em aumento de doenças mentais, como a depressão e ansiedade, bem como, a exaustão mental e fadiga excessiva relacionados ao trabalho, especialmente, em profissionais da saúde e educação (Ornell *et al.*, 2020; Velandia-Zambrano, Cuevas-Rodriguez & Salvador-Soler, 2022; López de la

Varga, Muros Ruiz & Asín Izquierdo, 2023).

O trabalho é um afazer que pode gerar ocupação do indivíduo por um tempo determinado, bem como, um auxílio para suas formas de convívio com interação social. No entanto, nem todo trabalho executado significa realização profissional, em algumas situações, esse processo ocorre de forma tardia, o que pode causar insatisfação e exaustão profissional (Marques-Junior *et al.*, 2018; Comella *et al.*, 2021; González Valero *et al.*, 2022; Eirín-Nemiña, Sanmiguel-Rodríguez & Rodríguez Rodríguez, 2021).

Na década de 1970, Freudenberg (1974), originou a expressão *Staff Burnout*, para expressar um processo de exa-

ustão, isolamento e desilusão com afazeres profissionais, ligados à sua saúde mental. Assim, estudos demonstram que a instabilidade emocional de profissionais, pode acarretar em ausências do trabalho, bem como, licenças, nova demanda profissional, novos treinamentos, gerando custos de novas despesas. Sendo assim, a capacidade de trabalho é impactada, reduzindo o nível de produtividade e lucratividade (Trigo, Teng & Hallak, 2007).

Baseado em Freudenberger (1974) assegura-se que o significado da Síndrome de *Burnout* (SB) é multidimensional, compreendendo um acervo de três âmbitos essenciais que apontam e delineiam tal fenômeno, tais sendo: a exaustão emocional (EE), a despersonalização (D) e a diminuição da realização pessoal (DRP). Neste sentido, o primeiro âmbito é a EE, delimitada pelo ato da pessoa estar exaurida, com esgotamento e sem energia para novos projetos, além da incapacidade de recuperação do cansaço para lidar com as tarefas diárias (Maslach, Shaufeli & Leiter, 2001; La Rotta-Villamizar, Lizardo-Álvarez & Lara-Ángeles, 2021). Por conseguinte, a D foi definida como o ato comportamental adotado por descrença, distância, frieza e indiferença ao local de trabalho e com os colegas. Entretanto, a D, indica nesse ponto de vista, o profissional desinteressado e descompromissado em relação aos colegas de trabalho. Por último, a DRP, determinada pela visão pessoal de ineficiência, incapacidade e precisa que as suas tarefas profissionais não produzem diferença (Maslach, Shaufeli & Leiter, 2001; La Rotta-Villamizar et al., 2021).

À vista disso, os estudos realizados por Ferreira et al. (2015) analisaram a correlação entre os três aspectos da SB com demanda de trabalho e os estresses oriundos desse fator. Os autores realizaram analisaram as definições multidimensionais relacionados a SB, onde os resultados apresentaram correlação entre aspectos da SB com a demanda trabalhista e, assim puderam concluir que o caráter multidimensional do aspecto EE está diretamente ligado as altas demandas de trabalho, e os aspectos D e DRP, estão ligados aos baixos recursos ofertados pelo trabalho.

Desse modo, a SB é considerada como um problema de natureza social, uma vez que, é possível visualizar a crescente demanda de profissionais afetados (Comella et al., 2021). No Brasil e no mundo antes e após a pandemia de COVID-10, a docência tem sido uma das principais categorias profissionais, que apresentam maior número de doenças ocupacionais, perdendo apenas para os profissionais da saúde e especialmente, no Brasil os professores precisam são submetidos a jornadas de trabalho exaustiva, recursos didáticos precários, além dos fatores econômico-salarial desvalorizado, entre outros fatores (Moreira, 2015; Trevisan et al., 2022). Assim, uma das esferas mais atingidas pela SB foi a Educacional, uma vez que, durante a pandemia de COVID-19, os professores precisaram reinventar o processo didático-pedagógico e de ensino-aprendizado para continuar exercendo a profissão. Assim como, a inclusão de meios tecnológicos com aulas remotas, que aliado ao isolamento social trouxe consequências negativas, e que, em alguma medida ainda persistem nesta categoria profissional (Jowsey et al., 2020).

Nessa perspectiva, é válido ressaltar que muitos profissionais da educação não estavam preparados para as novas tecnologias no trabalho, considerando, que as suas formações não abrangeram os meios digitais necessários para as modernizações e aptidões exigidas subitamente no contexto das atividades de ensino-aprendizagem, o que em alguns casos gerou frustrações e descontentamento para exercer as obrigações manter a qualidade no trabalho (Riphagen et al., 2020). O que é reforçado pelo estudo realizado na China, pois revelou que professores se encontravam adoecidos mentalmente pelo processo de pandemia da COVID-19, a qual causou transtornos depressivos leves, afetivo-bipolar, ansiedade, transtorno adaptativo e a SB ou esgotamento profissional (Wang & Wang, 2020).

Por conseguinte, o estresse e o esgotamento em conjunto com acúmulos de exigências sobre o profissional, derivadas das mudanças e transformações no cenário profissional, ajudaram a aumentar o que se caracteriza como a SB. Assim, é necessário um cuidado com o educador, visando manter o equilíbrio emocional, a lucidez e o incentivo motivacional necessário para não desistir do trabalho (Wang & Wang, 2020). Diante deste contexto, surgiu a questão problema desta pesquisa: Existe sinais de SB em docentes que atuam em diferentes níveis de ensino na educação, após a pandemia, além disso, será que os domínios relacionados a síndrome são correlacionáveis?

Portanto, o estudo teve como objetivo comparar e correlacionar os sinais da SB em docentes que atuam em diferentes níveis de ensino na educação, após o cenário de pandemia.

Materiais e métodos

Tipo de Pesquisa

O estudo é caracterizado com abordagem quantitativa, de natureza descritiva, de corte transversal e correlacional, apresentado como um estudo de investigação, visto que busca descrições quantitativas de uma população para identificar possíveis relações entre variáveis (Thomas, Nelson & Silvermam, 2012).

Participantes

O Universo amostral dos professores da cidade de Tucuruí-PA atualmente está sendo composto por $n=63$ na educação infantil, $n=360$ para ensino fundamental I e II, $n=356$ para o ensino médio e $n=110$ para o superior. Nesta perspectiva a amostra foi composta por 59 professores (25 homens e 34 mulheres) das redes públicas de ensino municipal, estadual e federal dos níveis de ensino de infantil, fundamental, médio e superior lotados no município de Tucuruí-PA.

Crterios de inclusão, exclusão e descontinuidade

Foram adotados como critérios de inclusão: a) ser docente de instituição pública de ensino; b) ser docente de instituição localizada na zona urbana; e c) ter mais de 3 anos de atuação como docente. Como critérios de exclusão: a) não estar atuando durante o período de pesquisa por qualquer

tipo de licença; b) ter respondido de forma parcial as avaliações, ou seja, incompleta.

Após a utilização dos critérios para seleção da amostra, foram formados quatro grupos, de forma não aleatória e não probabilística, caracterizado como uma amostra de conveniência, usando o critério da atuação no nível de ensino com maior carga horária, dessa forma com um total de 59 docentes, os grupos foram dispostos: educação infantil, n=8; ensino fundamental, n=28, ensino médio, n=10, ensino superior, n=13.

Instrumentos de avaliação

O processo de coleta de dados foi realizado levando em consideração duas etapas:

Etapa 1 (Anamnese): foi realizada com a utilização de dados demográficos e laborais, tais como idade, sexo, idade, carga horária semanal total, tempo de experiência e principal função profissional.

Etapa 2 (avaliação específica): Constituída pela aplicação do MBI, instrumento composto por 22 itens que contemplam os três indicadores: EE, DRP e D. Utilizou-se a versão traduzida e ajustada ao português-Brasil (Maslach et al., 2001). Este instrumento usa indicadores psicométricos que mostraram a sua validade fatorial, bem como a consistência interna para as avaliações e aplicabilidade relacionadas a SB no âmbito do Brasil. Assim, essa etapa consistiu em perguntas sobre SB, utilizando uma escala *Likert* entre: 1- nunca; 2- quase nunca; 3- as vezes; 4- quase sempre; e 5- sempre.

Para cada indicador (EE, D e BRP) foi gerado um escore médio por meio dos valores atribuídos nas respostas de cada participante. Em exaustão emocional existem nove itens, em baixa realização profissional existem oito itens e em despersonalização existem cinco itens. De acordo com Maslach e Jackson (1981) há três níveis de SB para cada uma de seus três indicadores: baixo (score médio até 2,0), médio (score médio de 2,1 a 3,5) e alto (score médio acima de 3,5). Além disso, foi calculado o escore geral (EG) do MBI pela seguinte fórmula:

$$EG = \frac{EE+D+BRP}{3}$$

Para a avaliação sobre a predominância de sinais da SB nos participantes deste estudo foram mensurados os critérios recomendados por Simões et al. (2012), nos quais todos os integrantes da pesquisa que classificaram em níveis médio ou alto em um ou outro indicador do MBI dispõem-se afetados pela SB e aqueles que pontuam grau baixo nos três indicadores não estariam afetados.

Forma de aplicação das avaliações

Todos questionários foram transcritos para o *Google Formulário*[®], plataforma gratuita para criação de formulários online, no qual o usuário pode produzir pesquisas com perguntas de múltipla escolha, fazer questões discursivas, solicitar avaliações em escala numérica, entre outras opções. Cada participante recebeu um link através do aplicativo de mensagens instantâneas *WhatsApp*[®] e por *Email* pessoal, que o redirecionava para a plataforma do *Google Formulário*[®].

Dessa forma, a estruturação do questionário foi dimensionada em duas fases: (i) apresentação do Termo Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE); (ii) exibição das questões a serem respondidas sobre Anamnese e as possíveis implicações para a SB, tendo em vista o objetivo da pesquisa.

Por fim, o questionário foi disponibilizado ao público-alvo para ser lido e respondido por meio da plataforma online *Google Formulário*[®], através do endereço de dados <https://forms.gle/TkmNZPScqLe9qnMM8>.

Ética da pesquisa

Todo o procedimento de investigação foi fundamentado aos preceitos éticos de pesquisa com seres humanos, dispostos na resolução nº 466/12 (Brasil, 2013). Além disso, o processo de coleta de dados seguiu as diretrizes contidas no documento intitulado “orientações para procedimentos em pesquisas com qualquer etapa em ambiente virtual”, divulgadas através do ofício circular nº 2/2021 da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP) publicado em 24 de fevereiro de 2021. Dessa forma, o estudo foi aprovado sob parecer nº 4398718 da Universidade Estácio de Sá- RJ.

Análise Estatística

Foi utilizado o software *BioStat* 5.3 para Windows aceitando um nível de significâncias de $p < 0,05$. A análise descritiva foi realizada levando em consideração: sexo, idade, estado civil, carga horária e tempo de serviço. As informações foram apresentadas através da distribuição de frequências (relativa e absoluta). Após verificação da distribuição normal dos dados pelo teste de *Shapiro Wilk*, para os grupos, foi usado a *ANOVA one way* para os dados paramétricos com *post-hoc* de *Bonferroni* para múltiplas análises (Gráfico 1). Ainda, utilizou-se o teste Binomial duas proporções e teste do *Qui-quadrado* de acordo com a adequação para comparação dos dados descritivos (Tabela 1). O teste *t student* para uma amostra foi usado para verificar a diferença entre os valores de classificação da SB, usando como valor de referência o nº 2 que caracteriza o valor de baixo estado de SB (Tabela 2). E finalmente, para a correlação bivariada foi usada, foi de Pearson (Tabela 3). A diferença percentual foi calculada usando a diferença do dado de um grupo pelo outro: $\Delta\% = \frac{\text{Grupo 1} - \text{Grupo 2}}{\text{Grupo 1}} \times 100$.

Resultados

A tabela 1 mostra os dados descritivos dos grupos de docentes comparados sexo, estado civil, idade, principal atuação profissional, carga horária, tempo de atuação, apresentando diferenças ($p < 0,05$) na maior parte das variáveis nos grupos.

A tabela 2 apresenta os resultados para a classificação de SB dos grupos de docentes estudados. Os resultados mostraram que nenhum dos grupos apresentou classificação baixa para os três itens de classificação, portanto, todos os grupos em alguma medida podem estar atingidos pela SB, especialmente os docentes de nível ensino fundamental e superior que apresentaram classificação média em todos os

três itens: exaustão emocional, baixa realização e despersonalização. Além disso, foi verificado diferença $p < 0,05$ para EE, BRP e EG com maior prevalência para estado de SB para o ensino superior no EE e EG. Já para BRP a maior prevalência de estado de SB foi para o ensino médio.

Tabela 1. Resultados para os dados descritivos dos grupos de docentes estudados

	Ensino Infantil n = 8	Ensino Fundamental n = 28	Ensino Médio n = 10	Ensino Superior n = 13
Sexo				
Masculino	1 (12%)	10 (36%)	7 (70%)	7 (54%)
Feminino	7 (88%)	18 (64)	3 (30%)	6 (46%)
Total	8 (100%)	28 (100%)	10 (100%)	13 (100%)
p-valor	0,001	0,185	0,036	1,000
Faixa Etária (anos)				
20 - 39	4 (50%)	11 (39%)	5 (50%)	8 (61%)
40 - 59	4 (50%)	16 (57%)	4 (40%)	4 (31%)
+60	0 (0%)	1 (4%)	1 (10%)	1 (8%)
Total	8 (100%)	28 (100%)	10 (100%)	13 (100%)
p-valor	0,999	0,001	0,149	0,057
Estado civil				
Solteiro	3 (38%)	13 (46%)	6 (60%)	7 (54%)
Casado	3 (38%)	10 (36%)	2 (20%)	5 (38%)
União estável	2 (24%)	2 (7%)	1 (10%)	0 (0%)
Divorciado	0 (0%)	3 (11%)	1 (10%)	1 (8%)
Total	8 (100%)	28 (100%)	10 (100%)	13 (100%)
p-valor	0,492	0,006	0,510	0,499
Graduação				
Educação Física	5 (62%)	16 (57%)	5 (50%)	8 (61%)
Pedagogia	2 (25%)	8 (29%)	0 (0%)	2 (15%)
Biologia	1 (13%)	3 (11%)	3 (30%)	1 (8%)
Inglês	0 (0%)	0 (0%)	1 (10%)	1 (8%)
Física	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	1 (8%)
Química	0 (0%)	0 (0%)	1 (10%)	0 (0%)
Matemática	0 (0%)	1 (3%)	0 (0%)	0 (0%)
Total	8 (100%)	28 (100%)	10 (100%)	13 (100%)
p-valor	0,492	0,003	0,501	0,501
Carga horária (horas)				
20 - 40	5 (62%)	20 (71%)	8 (80%)	10 (77%)
+ 40	3 (38%)	8 (29%)	2 (20%)	3 (23%)
Total	8 (100%)	28 (100%)	10 (100%)	13 (100%)
p-valor	0,158	0,001	0,003	0,003
Tempo de serviço (anos)				
3 - 5	0 (0%)	7 (25%)	3 (30%)	6 (46%)
6 - 10	2 (25%)	10 (36%)	1 (10%)	1 (8%)
11 - 15	0 (0%)	2 (7%)	2 (20%)	2 (15%)
16 - 20	5 (62%)	3 (11%)	1 (10%)	1 (8%)
21 - 25	0 (0%)	4 (14%)	1 (10%)	1 (8%)
+ 25	1 (13%)	2 (7%)	2 (20%)	2 (15%)
Total	8 (100%)	28 (100%)	10 (100%)	13 (100%)
p-valor	0,498	0,498	0,493	0,496

Nota: Os números em negrito indicam um valor de $p < 0,05$. Fonte: autoria própria.

Tabela 2. Análise da classificação da síndrome de Burnet de docentes

Exaustão Emocional (EE)	Média	Classificação
Infantil, n=8	3,08	Médio Burnout
Fundamental, n=28	2,8	Médio Burnout
Médio, n=10	3,04	Médio Burnout
Superior, n=13	3,1*	Médio Burnout
p-valor	0,004	
Baixa Realização Pessoal (BRP)	Média	Classificação
Infantil, n=8	3,16	Médio Burnout
Fundamental, n=28	3,24	Médio Burnout
Médio, n=10	3,39*	Médio Burnout
Superior, n=13	3,34	Médio Burnout
p-valor	<0,0001	
Despersonalização (D)	Média	Classificação
Infantil, n=8	1,71	Baixo Burnout
Fundamental, n=28	2,38	Médio Burnout
Médio, n=10	1,79	Baixo Burnout
Superior, n=13	2,33	Médio Burnout
p-valor	0,392	
Escore Geral (EG)	EG = (EE+D+BRP)/3	Classificação
Infantil, n=8	2,65	Médio Burnout
Fundamental, n=28	2,81	Médio Burnout
Médio, n=10	2,74	Médio Burnout
Superior, n=13	2,92*	Médio Burnout
p-valor	0,004	

Os números em negrito indicam um valor de $p < 0,05$. O símbolo (*) indica maior prevalência. Fonte: autoria própria.

O figura 1 apresenta os resultados para a variável de despersonalização entre os grupos de docentes, que é um dos itens de avaliação do protocolo sobre SB. As análises mostraram diferenças $p < 0,05$ entre os grupos, onde os docentes da educação do ensino fundamental e superior se apresentaram mais impactados neste item ($p < 0,05$) em comparação ao ensino infantil e médio.

Para os outros dois domínios: exaustão emocional: Grupo educação infantil ($3,06 \pm 0,22$); Ensino fundamental ($2,80 \pm 0,10$); ensino médio ($3,04 \pm 0,17$); ensino superior ($3,1 \pm 0,19$) e baixa realização profissional: ensino infantil ($3,16 \pm 0,13$); Ensino fundamental ($3,24 \pm 0,06$); ensino médio ($3,39 \pm 0,14$); ensino superior ($3,34 \pm 0,10$) não houve diferenças estatísticas ($p < 0,05$) entre os grupos, onde os resultados foram considerados semelhantes. A *Anova One way* foi $F=12,87$; $p < 0,001$.

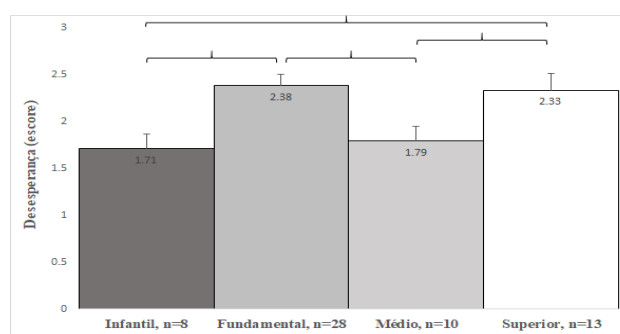


Figura 1. Resultados para o domínio despersonalização do protocolo de avaliação da síndrome de Burnet. O símbolo () indica um valor de $p < 0,05$. Fonte: autoria própria

A tabela 3 apresenta os resultados para a correlação bivariada entre exaustão emocional e realização profissional; exaustão emocional e despersonalização; realização profissional e despersonalização, onde foram verificadas correlação moderada negativa para a associação inversamente proporcional entre exaustão emocional e despersonalização; e também associação positiva diretamente proporcional entre exaustão emocional e despersonalização.

Tabela 3. Resultados para correlação bivariada de Pearson

Correlação Bivariada de Pearson	r	IC 95%	IC 99%	Poder	p-valor
EM vs. RP	-0,5	-0,67 a -0,28	-0,71 a -0,20	0,99	<0,0001
EM vs. Despersonalização	0,41	0,17 a 0,60	0,09 a 0,65	0,94	0,001
RP vs. Despersonalização	-0,17	-0,42 a 0,09	0,48 a 0,17	0,36	0,190

EM= Exaustão Emocional; RP= Realização Profissional; r= correlação de Pearson; IC= intervalo de confiança. Os números em negrito indicam um valor de $p < 0,05$. Fonte: autoria própria.

Discussão

Os resultados apresentados neste estudo mostraram que os docentes apresentaram classificação média SB para o escore geral em todos os níveis de atuação docente, quais sejam: infantil, fundamental, médio e superior. De forma específica, para o domínio D, os docentes do ensino fundamental e superior se mostraram mais impactados em comparação ao infantil e médio. Além disso, foi mostrado uma correlação negativa entre EE e BRP, ou seja, quanto maior o EE pior o BRP, outra correlação estatística foi entre EE e

D, isto é, quanto maior o EE maior a D.

Vale ressaltar que estudos anteriores a pandemia de COVID-19, já mostravam que a docência é a segunda categoria profissional, em nível mundial, a apresentar mais doenças de caráter ocupacional, tendo em vista que problemas de insatisfação com o trabalho. Assim, estudos sobre SB mostram potencial impacto em profissionais que possuem convívio direto com o público, como os da educação e da saúde (Moreira, 2015).

Isto posto, um estudo realizado por Trevisan *et al.* (2022) realizaram uma análise para caracterizar o perfil epidemiológico de agravos à saúde mental em professores no âmbito nacional e internacional, através de uma Revisão sistemática nos anos de 2008-2017, os resultados mostraram que a sobrecarga de trabalho é um fator de risco psicossocial. Assim é necessário ressaltar, que a SB é um fenômeno multifatorial associado a aspectos de interação individual, coletiva e com forte reflexo no ambiente de trabalho.

Ainda neste contexto, os ambientes escolares passaram a exigir jornadas de trabalho excessiva, falta de recursos didáticos, além de fatores econômicos relacionados à redução e/ou estagnação salarial que não acompanha taxas de inflação, aliado, ao estresse gerado pela cobrança de pais e/ou responsáveis, além dos fatores associados à ansiedade e frustração pessoal. Diante deste quadro, a possibilidade de redução da realização profissional e pessoal é aumentada, desencadeando cobranças externas e a auto cobrança excessiva (Benítez-González & Glavinich, 2022). A Tabela 2 da presente pesquisa mostra uma classificação de risco médio, e isso é significativa para uma predisposição da SB, observando maior impacto entre os docentes do ensino fundamental e superior. Assim, o docente predisposto a desenvolver a SB, terá uma forte tendência a desenvolver as atividades laborais de forma precária, criando um quadro de fadiga, cansaço e angústia, gerando afastamentos no ambiente de trabalho, culminando em isolamento social, estresse e possíveis aposentadorias precoces (Benítez-González & Glavinich, 2022).

Nesse sentido, estudos realizados antes da Pandemia, como de Baldaçara *et al.* (2015), mostrou através de uma revisão sistemática entre os anos de 2008 a 2011 no Brasil, o perfil epidemiológico dos agravos à saúde mental em professores e apresentou, no estado de Tocantins 24 casos de afastamento de professores do ensino básico de escolas municipais, provocado por transtornos mentais. Na mesma pesquisa, foi mostrado uma incidência de 34,8% para sinais de transtornos mentais de professores do ensino básico da cidade porto alegre, em um dos estudos selecionados na revisão citada a cima. Reforçado pelos resultados encontrados por Fu *et al.* (2017) mostrando alta prevalência de indicadores de SB em docentes do ensino básico, que podem ser associados a falta de reconhecimento social, bem como, da execução de altas demandas, não se enquadradas nas competências de formação acadêmica dos docentes, resultando em uma sobrecarga mental de trabalho.

Os resultados para a categoria de ensino superior, mos-

trou que os docentes apresentaram índice médio, que também é considerado significativo para predisposição de SB. Esses resultados contribuem para a discussão com o estudo de Batista *et al.* (2016), que analisou 476 prontuários de docentes em João Pessoa-PB, dos quais 254 tiveram o diagnóstico de agravos mentais, destes cerca de 80% dos docentes apresentaram diagnóstico de transtorno de humor bipolar, ansiedade, estresse por trabalho e exaustão. O que vem ao encontro da presente pesquisa, que indica possibilidades aumentadas de SB nos docentes desta pesquisa, e por esse motivo merecem maior atenção e cuidados das instituições a qual trabalham.

Por conseguinte, os resultados mostrados (gráfico 1) apontam que a classificação média é significativa para o risco de SB, indicando que o ensino fundamental e superior foram os mais impactados para o item D da avaliação, corroborando com o estudo de Hurtado-Pardos *et al.* (2017) que verificou em uma revisão sistemática que profissionais da educação são impactados por sinais preocupantes de SB, tendo em vista, a alta demanda de exigências profissionais, que ocasiona a despersonalização pessoal e o torna um dos principais indicadores para SB. O que também pode ser associado a correlação estatística entre EE e D (Tabela 3), indicando que quanto pior o estado de exaustão emocional pior o estado de despersonalização pessoal dos docentes estudados.

Os estudos que foram realizados durante e após pandemia, vem ao encontro do que está sendo apresentado na presente pesquisa, pois também mostram que os docentes podem ter agravado as condições de saúde ocupacional, podendo potencializar os sintomas de SB (Trevisan *et al.*, 2022; La Rotta-Villamizar *et al.*, 2021; González Valero *et al.*, 2022; Eirín-Nemiña *et al.*, 2021).

O estudo que avaliou a QV, comparando 66 docentes do Chile e 51 da Colômbia de instituições públicas e privadas, mostrou em ambos os países, que o quadro emocional foi a dimensão de QV mais afetada, seguida da vitalidade e do papel físico, enquanto a dimensão com melhor pontuação foi a Função física. Ao comparar os países, a Colômbia apresentou melhores pontuações em 6 das 8 dimensões comparado ao Chile, porém as diferenças não foram estatisticamente significativas. Houve diferenças estatísticas para saúde mental favorável ao sexo feminino. Os achados desta pesquisa sugerem que o confinamento vivido durante a pandemia aliado às rápidas adaptações que os professores tiveram de fazer nas competências digitais tiveram impacto na parte emocional e sobretudo na a saúde mental dos professores do sexo feminino (Velandia-Zambrano *et al.*, 2022).

Outra pesquisa mostrou em uma análise multivariada que professores manifestaram desconforto com a situação laboral durante a pandemia com sobrecarga de trabalho associada à passagem do trabalho presencial para o remoto. A sobrecarga afetou a função física e mental dos professores, concluindo que a sobrecarga de trabalho e o cansaço estão associados a uma tendência pré-pandêmica ligada à chamada “dívida histórica” e precariedade laboral sofrida por um segmento da profissão docente do Chile. Assim, o estresse não

seria uma variável determinada apenas pela pandemia, mas sim um fenômeno de longa data (Matheu Pérez *et al.*, 2023).

Diante do exposto, destaca-se a indispensabilidade de atenção para esses profissionais, uma vez que, ao correlacionar os aspectos multifatoriais da SB, os docentes apresentaram indicativos significativos para predisposição a SB, bem como mostram que esse problema tem se tornado recorrente na esfera educacional, em dimensões que acarretam prejuízos significativos na vida profissional (Benítez-González & Glavinich, 2022; De Sousa *et al.*, 2022).

De acordo com Bravo-Moya *et al.* (2023) existe correlação estatística entre o nível de atividade física com as dimensões função física, papel físico e saúde geral, além de associação moderada entre nível de atividade física e dores corporais. Resultados semelhantes foram observados ao separar a amostra por sexo, considerando que os professores estão atualmente expostos a uma alta carga de trabalho mental que acarreta dor, alterações físicas e emocionais, sendo necessário promover a prática regular e sistemática de atividade física nessa população. Neste sentido o estudo de Estrada-Fernandez *et al.* (2022) mostrou correlação estatística para as dimensões clareza e reparação emocional que estão correlacionadas à percepção subjetiva de saúde e, além disso, a SB atua como variável mediadora contra uma melhor percepção de saúde. Os resultados destacam a importância dos cuidados psicológicos para um melhor desempenho e gestão emocional eficiente para prevenir a SB.

Nesta perspectiva a pesquisa o estudo experimental de De Sousa *et al.* (2022) mostrou que uma intervenção com um método de meditação foi eficaz para todas as variáveis de saúde mental: estado de ansiedade e depressão, domínio físico, psicológico, relações sociais, bem como na percepção da QV geral dos participantes que incluem professores em um período com 15 dias de *Lockdown*, durante a pandemia de COVID-19 em 2020, o que mostra a necessidade de ações que protejam a saúde mental de profissionais, em especial da educação e saúde.

Contudo, Dantas-Mota *et al.* (2022) considera que a ergonomia no trabalho, pode reduzir possíveis problemas associados a saúde do profissional no ambiente ocupacional, aliado aos cuidados com a ginástica laboral e outras atividades físicas terapêuticas, pois foi verificado que a falta de atividade física no ambiente de trabalho e no tempo livre foram associados com o esgotamento emocional. Além disso, investigações sobre os agravos de saúde ocasionados pelas atividades trabalhistas, mostram que atividade física laboral, esportes, no lazer, meditação devem ser usadas como recurso para a redução dos sinais e sintomas a SB no trabalho (Vazquez *et al.*, 2019; De Sousa *et al.*, 2022; Estrada-Fernandez *et al.* 2022; Bravo-Moya *et al.* 2023).

Limitações e Recomendações

No presente estudo as principais limitações, associam-se ao pequeno n amostral, a ausência de uma investigação bioquímica a qual viesse complementar os dados coletados

neste estudo. À vista disso, recomendam-se novos estudos que possam conter análises bioquímica de indicadores de saúde e com o número amostral superior de docentes utilizados nesta pesquisa que contemplem as limitações citadas acima.

Conclusão

Portanto, é possível concluir com este estudo que os profissionais da educação apresentaram pré-disposição a sintomas relacionados a fadiga e excesso de trabalho, além dos docentes que atuam nas categorias de ensino fundamental e superior, apresentarem classificação Média nos itens da SB. Os ensinos, superior e fundamental apresentaram maiores prevalências para estado de SB no escore geral. Para a exaustão emocional o ensino superior também apresentou maior prevalência e para baixa realização pessoal o ensino médio foi mais prevalente. E, para a correlação bivariada, houve significativa associação para os níveis de ensino e Despersonalização. Por fim, verificou-se uma prevalência de SB média, nos profissionais da educação das instituições públicas no município estudado.

Referências

- Baldaçara, L., Silva, Á. F., Castro, J. G. D., & Santos, G. D. C. A. (2015). Common psychiatric symptoms among public school teachers in Palmas, Tocantins, Brazil. An observational cross-sectional study. *São Paulo Medical Journal*, 133(5), 435-438. Doi: <https://doi.org/10.1590/1516-3180.2014.8242810>.
- Batista, J. B. V., Carlotto, M. S., Oliveira, M. N., Zaccara, A. A. L., Barros, E. O., Duarte, M. C. S. (2016). Transtornos mentais em professores universitários: estudo em um serviço de perícia médica. Mental disorders in university teachers: Study in a service of medical investigation. *Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online*, 8(2), 4538-4548. Doi: <https://doi.org/10.9789/2175-5361.2016.v8i2.4538-4548>.
- Benítez-González, M. C., & Glavinich, N. (2022). The challenge of virtuality vs burnout syndrome in education professionals. *Revista Científica de la UCSA*, 9(3), 46-58. Doi: <http://dx.doi.org/10.18004/ucsa/2409-8752/2022.009.03.046>.
- Brasil. Ministério da Saúde (BR). (2013) Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. *Diário Oficial da União [da] República Federativa do Brasil*, 150(112), 59-62. Disponível em: <https://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>
- Bravo-Moya, J., Baeza Arellano, B., Valdes Retamal, P., & Concha-Cisternas, Y. (2023). Nivel de actividad física y calidad de vida relacionada con la salud en profesores de educación primaria (Physical activity level and health-

- related quality of life in primary school teachers). *Retos*, 49, 29–34. <https://doi.org/10.47197/retos.v49.97989>
- Comella, A., Casas-Baroy, J.-C., Comella-Company, A., Galbany-Estragués, P., Pujol, R., & Marc-Amengual, J.-M. (2021). Burnout y rendimiento académico: efecto de la combinación de la actividad laboral remunerada e iniciar los estudios de grado universitario. *Retos*, 41, 844–853. <https://doi.org/10.47197/retos.v41i0.85971>
- Dantas da Mota I, Both J, Vaz de Campos Pereira MP, Zilch GR, Correia C knierim, Cardoso AA, Farias GO. Asociación entre la prevalencia del Síndrome de Burnout y el nivel de actividad física de estudiantes de una universidad pública del sur de Brasil. *Retos* [Internet].2022;45:842-50. Disponible en: <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/90262>
- De Sousa, C. A. A., Vale, R. G. de S., De Oliveira, L. M., Vale, J. K. L., Drigo, A. J., Pernambuco, C. S., & Borba-Pinheiro, C. J. (2022). Meditación Vipassana sobre el estado de ansiedad, depresión y calidad de vida de los profesionales en aislamiento social en el período de confinamiento-2020/COVID-19 (Vipassana meditation on anxiety state, depression and quality of life of professionals in social isolation in the lockdown period - 2020/COVID-19). *Retos*, 46, 705–713. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.93434>
- Eirín Nemiña, R., Sanmiguel-Rodríguez, A., & Rodríguez Rodríguez, J. (2021). Las razones del cambio de desempeño laboral en los docentes de Educación Física en el contexto gallego. *Retos*, 41, 153–161. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i41.81815>
- Estrada Fernandez, X., Priego-Ojeda, M., Ros Morente, A., & Alsinet Mora, C. (2022). Relación entre inteligencia emocional, burnout y percepción subjetiva de salud en árbitros españoles de fútbol. *Retos*, 44, 960–975. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.91642>
- Ferreira, M. C., Milfont, T. L., Silva, A. P. C., Fernandes, H. A., Almeida, S. P., & Mendonça, H. (2015). Escala para avaliação de estressores psicossociais no contexto laboral: construção e evidências de validade. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 28, 340-349. Doi: <http://dx.doi.org/10.1590/1678-7153.201528214>.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of social issues*, 30(1), 159-165. Doi: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>.
- Fu, A., Liu, B., Jiang, Y., Zhao, J., Zhang, G., & Liu, J. (2017). A mental health survey of different ethnic and occupational groups in Xinjiang, China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(1), 46. Doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph14010046>
- González Valero, G., Bastida Castillo, A., Gómez Carmona, C. D., Corral Pernía, J. A., Melguizo Ibáñez, E., & Puertas-Molero, P. (2022). Condición psicossocial de los profesores de Educación Física según las características sociodemográficas. *Retos*, 44, 1090–1098. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.91907>
- Hurtado-Pardos, B., Moreno-Arroyo, C., Casas, I., Lluch-Canut, T., Lleixà-Fortuño, M., Farrés-Tarafa, M., & Roldán-Merino, J. (2017). Positive mental health and prevalence of psychological ill-being in university nursing professors in Catalonia, Spain. *Journal of psychosocial nursing and mental health services*, 55(7), 38-48. Doi: <http://dx.doi.org/10.3928/02793695-20170619-06>.
- Jowsey, T., Foster, G., Cooper-Ioelu, P., & Jacobs, S. (2020). Blended learning via distance in pre-registration nursing education: A scoping review. *Nurse education in practice*, 44, 102775. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2020.102775>
- La Rotta Villamizar, D. R., Lizardo Álvarez, D., & Lara Ángeles, D. (2021). Validación al contexto de la República Dominicana del cuestionario Maslach burnout inventory, en maestros de educación física (MBI-ED). *Retos*, 41, 380–386. <https://doi.org/10.47197/retos.v41i0.79319>
- López de la Varga, S., Muros Ruiz, B., & Asín Izquierdo, I. (2023). Los efectos del confinamiento por COVID-19 a través de la educación física y su impacto en la felicidad. Un análisis desde la percepción del profesorado de España y México. *Retos*, 47, 744–752. <https://doi.org/10.47197/retos.v47.95193>
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of organizational behavior*, 2(2), 99-113. Doi: <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual review of psychology*, 52(1), 397-422. Doi: <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Matheu Pérez, A., Muñoz, M., Escobar, N., Irarrazabal Santana, I., Loyola Figueroa, A., Juica Martínez, P., & Dehnhardt, M. (2023). Análisis estadístico multivariante al fenómeno de estrés laboral presente en los docentes escolares durante el reciente contexto de pandemia en Chile. *Retos*, 49, 1011–1017. <https://doi.org/10.47197/retos.v49.98898>
- Ornell, F., Halpern, S. C., Kessler, F. H. P., & Narvaez, J. C. D. M. (2020). The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of healthcare professionals. *Cadernos de saude publica*, 36, e00063520. Doi: <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311x00063520>
- Riphagen, S., Gomez, X., Gonzalez-Martinez, C., Wilkinson, N., & Theocharis, P. (2020). Hyperinflammatory shock in children during COVID-19 pandemic. *The Lancet*, 395(10237), 1607-1608. Doi: [http://dx.doi.org/10.1016/s0140-6736\(20\)31094-1](http://dx.doi.org/10.1016/s0140-6736(20)31094-1).
- Schmidt, B., Melo, B. D., Lima, C. C., Pereira, D. R., Serpeloni, F., Katz, I., ... & Magrin, N. P. (2020). Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19: a quarentena na COVID-19-orientações e estratégias de

- cuidado. Disponible em: <https://www.arca.fio-cruz.br/handle/icict/42360>
- Simões, A. S., Klüppel, B., & Sousa, S. (2012). Bem-Estar Espiritual e Síndrome de Burnout em Psicólogos de Hospitais Públicos em João Pessoa. *Logos & Exis-tência, 1*, 192-202. Disponible em: <https://periodicos.ufpb.br/index.php/le/article/view/14240>
- Thomas, J.R., Nelson, J.K., & Silverman, S.J. (2012) *Métodos de pesquisa em atividade física Artmed*.
- Trevisan, K. R.R., Cruz, R. M., Dalagasperina, P., Ariño, D. O., & Steil, A. V. (2022). Revisão sistemática internacional sobre agravos à saúde mental de professores. *Avances en Psicología Latinoamericana, 40*(1), 18-32. Doi: <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.7532>
- Trigo, T. R., Teng, C. T., & Hallak, J. E. C. (2007). Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo), 34*, 223-233. Doi: <http://dx.doi.org/10.1590/s0101-60832007000500004>.
- Vazquez, A. C., dos Santos, A. S., da Costa, P. V., de Freitas, C. P. P., De Witte, H., & Schaufeli, W. B. (2019). Trabalho e bem-estar: evidências da relação entre burnout e satisfação de vida. *Avaliação Psicológica: Interamerican Journal of Psychological Assessment, 18*(4), 372-381. Doi: <http://dx.doi.org/10.15689/ap.2019.1804.18917.05>.
- Velandia-Zambrano, V., Cuevas-Rodriguez, G., & Salvador-Soler, N. (2022). Calidad de vida de docentes de Chile y Colombia durante la pandemia de Covid-19. *Retos, 45*, 978-985. <https://doi.org/10.47197/retos.v45i0.92277>
- Wang, J., & Wang, Z. (2020). Strengths, weaknesses, opportunities and threats (SWOT) analysis of China's prevention and control strategy for the COVID-19 epidemic. *International journal of environmental research and public health, 17*(7), 2235. Doi: <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph17072235>.