



## CIÊNCIAS HUMANAS

**Estresse, Síndrome de *Burnout* e suas implicações na saúde docente*****Stress, Burnout Syndrome and their implications in teaching health***Vitor de Almeida Miguez<sup>1</sup>; Jacqueline Ramos Machado Braga<sup>1</sup>**RESUMO**

A profissão docente vem passando por desafios que envolvem desvalorização social, carga horária excessiva e baixa remuneração, que têm tornado a docência uma profissão pouco atraente e estressante. O presente estudo buscou verificar o nível de estresse e possíveis casos de Síndrome de *Burnout* nos professores atuantes em duas escolas do município de Cruz das Almas– BA, Brasil. Foi realizada uma pesquisa descritiva, com abordagem quali-quantitativa utilizando três questionários semiestruturados: de identificação social, o ISSL (Inventário de Sintomas de Stress de Lipp) e o Questionário JBEILI para identificação preliminar da Síndrome de *Burnout*, que foram aplicados em 23 professores. Os pesquisados eram de maioria feminina (n=22), entre 26 e 51 anos, e tempo de docência entre 5 e 21 anos. Verificamos que 50% dos docentes foram classificados na fase de resistência do estresse, e destes, 25% encontraram-se na fase inicial do *Burnout*. Houve relação entre tempo de docência e casos de estresse (pico entre 10-19 anos), mesmo naqueles profissionais com formação voltada para a docência. Os dados do presente estudo poderão servir de base norteadora para que município, sociedade e instituições de ensino repensem a saúde e as condições de trabalho na profissão docente, reduzindo assim os afastamentos laborais.

**Palavras-chave:** professor; esgotamento profissional; saúde.

**ABSTRACT**

*The teaching profession has been facing challenges that involve social devaluation, excessive hours and low pay, which have made teaching an unattractive and stressful profession. Objective: The present study aimed to verify the level of stress and possible cases of Burnout Syndrome in teachers working in two schools in the city of Cruz das Almas- BA, Brazil. A descriptive research was carried out, with a qualitative-quantitative approach, using three semi-structured questionnaires: social identification, ISSL (Lipp Stress Symptom Inventory) and the JBEILI Questionnaire for the preliminary identification of Burnout Syndrome, which were applied in two schools to 23 teachers. The respondents were female majority (n = 22), between 26 and 51 years, and teaching time between 5 and 21 years. We verified that 50% of the teachers were classified in the stress resistance phase, and of these, 25% were in the initial Burnout phase. There was a relation between teaching time and cases of stress (peak 10-19 years), even in those professionals with training oriented to teaching. The data of the present study can serve as a guiding base for county, society and educational institutions to rethink health and working conditions in the teaching profession, thus reducing work distances.*

**Keywords:** teacher; occupational exhaustion; health.

<sup>1</sup> UFRB - Universidade Federal do Recôncavo da Bahia - Cruz das Almas/BA - Brasil

## 1. INTRODUÇÃO

A desvalorização profissional, carga horária de trabalho excessiva e baixos salários, evidenciam o tamanho do problema enfrentado pelos profissionais docentes brasileiros. Muitos deles têm migrado para outras áreas em busca de melhores condições de trabalho, e onde possam obter um melhor retorno financeiro. Aqueles que ainda desejam continuar na docência sofrem diariamente com os diversos problemas vivenciados no ambiente escolar (COELHO; DINIZ-PEREIRA, 2017).

Esse quadro tem resultado em diversos transtornos de ordem médica e psicológica. Desta forma, o número de docentes, que se afastam de suas atividades por licença médica aumenta a cada dia. De acordo com Petto et al (2017, p. 80): "...o somatório da desmotivação e o excesso de trabalho podem resultar no desinteresse e na fadiga que retroalimenta o estresse físico e psicológico". Com isso, se faz necessária a identificação das fontes estressoras que interferem no bem-estar e no desempenho individual do professor (SADIR; LIPP, 2009).

Todo o desgaste ocasionado pelo estresse traz sintomas físicos que prejudicam o desempenho do docente em suas atividades diárias, gerando assim desconforto, cansaço, e reduzindo sua capacidade de manter uma vida equilibrada e saudável. Como consequência disso, podem ser desencadeados problemas de saúde, emocionais, interpessoais, transtornos como isolamento social, irritação e impaciência para lidar com as pessoas de convívio constante (LIMA, 2017). O estresse é a principal queixa dos docentes quando se diz respeito ao exercício da profissão, principalmente quando se trata de ensino a crianças e adolescentes (DA SILVA, 2009).

O estresse é uma psicopatologia que não afeta apenas aqueles que trabalham com o ensino regular. Professores do ensino superior também sofrem com o estresse ocupacional, em parte pelas mesmas razões que afetam os professores da rede básica (PETTO et al., 2017). No caso do docente do ensino superior, as situações de estresse são determinadas pelas constantes cobranças das instituições de ensino, do corpo discente, da sociedade e da comunidade científica (MARTINS; ZAFANELI, 2008).

A palavra "*stress*", de uso na língua inglesa, provém do latim "*stringere*" sendo utilizada pelos ingleses no século XVII para significar "adversidade" ou "infelicidade", antes de ser resgatada pelos teóricos da Física do século XIX para designar um conceito que remete a um "corpo submisso a uma força contrária" (NODARI et al, 2014, p. 62). Sob o prisma da Psicologia, o estresse pode ser definido como "um conjunto de forças externas que produzem efeitos transitórios ou permanentes sobre a pessoa" (MARTINS, 2004, p 257).

Diversos estudos na literatura abordam o tema estresse, suas causas, consequências, fenômenos correlatos e apontam para o impacto negativo desses fenômenos na produtividade dos indivíduos, o que justifica seu estudo também no âmbito da profissão docente (LIPP, 1984). A resposta de estresse deve ser compreendida não como uma reação isolada, mas como um processo, haja vista a instalação de longo mecanismo bioquímico no momento em que ele se inicia. Um fator estressor pode ser conceituado como qualquer agente que quebre a homeostase do organismo (MOTA et al, 2016). Assim, pode-se considerar o estresse como um processo, quando relacionado à tensão gerada por um desafio, ameaça ou conquista; ou como um estado, quando relacionado a um resultado positivo (eustress) ou negativo (distress) do esforço gerado pelo indivíduo (LAZARI; CODINHOTO, 2017).

Com base nos estudos de Lipp (2000) o estresse segue um modelo quadrifásico: a primeira fase, ou de alerta, é o momento positivo do estresse, quando o indivíduo tem o primeiro contato com o fator

estressor, quebrando a homeostase por um curto período de tempo, induzindo à motivação e ao aumento de produtividade. A fase de resistência ocorre quando o fator estressor se mantém constante, persistindo a fase de alerta, aonde a pessoa usa de toda sua energia para se reequilibrar, sendo comum a sensação de desgaste e a dificuldade de memorização.

Na fase de quase exaustão, a tensão chega ao limite e a resistência física e emocional começam a sucumbir, resultando em ansiedade excessiva. A fase de exaustão é a forma mais negativa do estresse, aonde o fator estressor perdura por muito tempo, podendo surgir depressão, insônia, problemas dermatológicos, estomacais, cardiovasculares, instabilidade emocional, apatia sexual, ansiedade aguda, irritabilidade e, em alguns casos, a morte (LIPP, 2000).

O mercado de trabalho atual tem demandado profissionais docentes flexíveis e polivalentes, exigindo que suportem as pressões oriundas das metas e prazos escolares, das relações com jovens da "geração Z", e de um volume de afazeres, que muitas vezes, implicam no sacrifício do tempo que poderia ser utilizado como forma de aliviar as tensões oriundas do seu exercício laboral (RODRIGUES; ZATZ, 2016). Este cenário tem levado muitos docentes a desenvolver sintomas de estresse e, em alguns casos, a transtornos mentais de ordens diversas (DA SILVA, 2009).

A literatura tem mostrado que são inúmeros os fatores que podem contribuir para o aumento expressivo do estresse docente: mudanças políticas (KYRIACOU; CHIEN, 2004) condições de trabalho, a falta de participação dos pais na educação dos filhos (RITA et al, 2010), carga horária elevada (ANTONIOU et al, 2009), o desinteresse para aprender; a elevada indisciplina escolar, a longa e desgastante jornada de trabalho, excesso de burocracia; falta de reconhecimento profissional (MALAGRIS; FIORITO, 2006; GOMES et al., 2006), dentre outros.

Entretanto, algumas atitudes poderiam ser adotadas na tentativa de reduzir o estresse docente: um sistema mais aberto de administração; o exercício de liderança mais democrático; um ambiente físico agradável; garantir satisfação no trabalho e motivar o profissional; desenvolver uma cultura organizacional positiva, além de ter equilíbrio na demanda de atribuições (WITTER, 2003).

O estresse ocupacional se constitui em uma experiência individual extremamente desagradável que pode ser associada a sentimentos de hostilidade, tensão, ansiedade, frustração e depressão, tudo isso gerado através da vivência diária no ambiente de trabalho. Todo esse quadro promove um esgotamento, e esse esgotamento é o que caracteriza a chamada Síndrome de *Burnout* (SB) ou Síndrome do Esgotamento Profissional (SEP) (NUNES-SOBRINHO, 2006; FERNANDES DA SILVA et al, 2017).

A Organização Internacional do Trabalho (OIT) considera o serviço exercido pelo docente como uma das funções mais estressantes do mercado, e com uma forte incidência dos fatores que influenciam e contribuem para a ocorrência da Síndrome de *Burnout* (SB), descrita como um fenômeno psicossocial diretamente ligado à ocorrência de estresse laboral crônico (GIL-MONTE, 2008). Segundo um jargão inglês, *Burnout* significa "queimar até a exaustão", ou seja, remete-se àquilo que deixou de funcionar por falta de energia absoluta, resultando em grande prejuízo ao desempenho físico ou mental (TRIGO et al., 2007).

A exposição progressiva aos fatores estressores emocionais e interpessoais resulta em esgotamento físico e mental, que uma vez cronicado, por falha dos mecanismos de enfrentamento, ocorre o surgimento da SB, atingindo principalmente os sujeitos que lidam diretamente com pessoas, e no

caso dos professores, isso afeta negativamente a qualidade de vida e do trabalho desenvolvido em sala de aula (DUTRA et al., 2016).

A SB é uma psicopatologia comportamental resultante dos esforços laborais gerados por desinteresse, desmotivação, irritação, frustração ou depressão<sup>26</sup>. As pessoas acometidas sentem-se infelizes e insatisfeitas com sua trajetória profissional, desmotivadas para continuar trabalhando e passam a ter relações pessoais superficiais. O processo da SB é único e depende das características próprias do indivíduo sendo seus sintomas gradativos e cumulativos com o passar dos anos (TRIGO et al, 2007).

A SB é mais frequente na profissão docente talvez por encontrar nela um ambiente propício para seu desenvolvimento, considerando que o profissional trata diretamente com pessoas das mais variadas personalidades e visões de mundo, o que pode resultar numa enorme fonte de conflitos e estresse (CORDEIRO; DA SILVA, 2016). A SB ocorre nos professores graças a uma combinação de fatores, individuais, organizacionais e sociais que fazem com que o indivíduo tenha uma percepção negativa sobre si mesmo e se sinta profissionalmente desvalorizado (ARAÚJO et al., 2017). Apesar de ainda pouco conhecida, a SB vem sendo melhor estudada e diagnosticada, pois é também resultado da pressão atual por aumento de produtividade e maior carga horária em busca do lucro.

Quando se pensa em regiões como a do Recôncavo baiano, com suas discrepâncias socioeconômicas, podemos imaginar o quão importante são os estudos que revelam as condições de saúde e trabalho dos docentes. Somando isto a uma estrutura deficitária de ensino, e à precarização do trabalho docente no Brasil, podemos dimensionar o tamanho do problema que temos em mãos ao ampliarmos este olhar em âmbito nacional.

Esse estudo procurou levantar uma discussão reflexiva acerca da saúde ocupacional de professores de duas escolas do município de Cruz das Almas, região do Recôncavo baiano, com o objetivo de traçar um panorama sobre as relações estabelecidas entre as condições de saúde docente e o nível de estresse que acomete esses profissionais. Assim, para a realização do estudo, buscou-se respaldo nas considerações teóricas sobre o estresse e a Síndrome de *Burnout*, que forneceram subsídios para compreender as variáveis resultantes da aplicação de dois instrumentos validados: o Inventário de Sintomas de Estresse de Lipp (ISSL), e o Questionário JBEILI para identificação preliminar da Síndrome de *Burnout*.

## 2. METODOLOGIA

Cruz das Almas é um município do Estado da Bahia, Brasil, localizado na região do Recôncavo baiano, com população estimada para 2017 em 64.932 pessoas (BRASIL, 2017). O município conta com um total de nove escolas de Ensino Médio, sendo cinco privadas e quatro públicas estaduais (BRASIL, 2016).

Realizou-se um estudo de caráter analítico, de corte transversal e análise quali-quantitativa. A coleta de dados foi realizada a partir da aplicação de um questionário semiestruturado de dados sociodemográficos e dois inventários: o ISSL (Inventário de Sintomas de Stress de Lipp) e o Questionário JBEILI para identificação preliminar da Síndrome de *Burnout*, a professores do Ensino Médio de uma escola pública estadual e uma escola privada do município. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia, de acordo com o parecer CAAE nº106146/2015.

O instrumento do ISSL indica se há ou não estresse, em qual fase o indivíduo se encontra, e qual a sintomatologia prevalente (física ou psicológica) (LIPP, 2000). No inventário de Lipp, cada fase do estresse é caracterizada pelo número de sintomas marcados. Para o diagnóstico na Fase I de alerta, devem ser marcados sete ou mais sintomas; para a Fase II de resistência, quatro ou mais sintomas; e para a Fase III de exaustão, nove ou mais sintomas.

O Inventário JBEILI, inspirado no *Maslach Burnout Inventory* (MBI) para Síndrome de *Burnout* (SB), busca avaliar preliminarmente indícios da presença desta síndrome (JBEILI, 2008). O inventário é composto por 20 perguntas organizadas em três eixos: Cansaço ou Exaustão Emocional (EE), Despersonalização (DE) e Realização Pessoal (RP), cada uma com cinco opções de marcação (1- Nunca, 2- Anualmente, 3- Mensalmente, 4- Semanalmente e 5- Diariamente), sendo que o somatório total dos itens respondidos resultam numa pontuação usada para identificar preliminarmente a presença da SB de acordo com os escores: de 0 a 20 pontos: nenhum indício de SB; de 21 a 40 pontos, possibilidade de desenvolver SB; de 41 a 60 pontos, fase inicial; de 61 a 80 pontos, SB começa a se instalar; e de 81 a 100 pontos, SB instaurada.

Todos os dados foram tabulados em planilhas do Microsoft Excel®, sendo estes expressos em médias e desvio padrão ou em frequência absoluta e porcentagem. Foi utilizado o teste ANOVA para a análise dos dados e o teste de correlação de Pearson ( $\rho$ ), realizados pelo pacote estatístico BioEstat 5.0, sendo consideradas diferenças estatisticamente significantes quando  $p < 0,05$ .

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

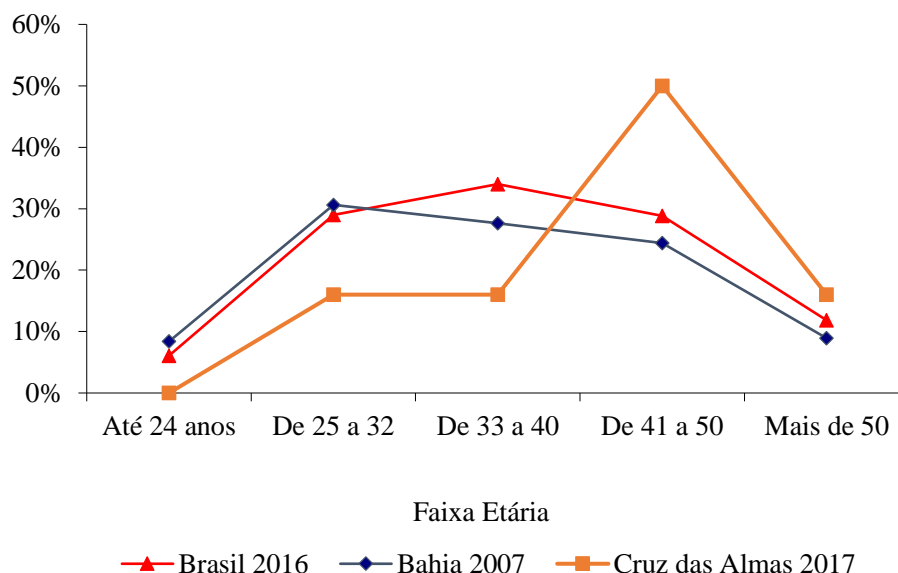
#### 3.1 Dados sociodemográficos

Participaram do estudo 50% dos docentes da escola estadual ( $n=10$ ), porém houve uma reduzida participação efetiva dos docentes da escola particular (20%), apesar de todos terem sido convidados. Isto pode ter afetado a detecção do *effect size* neste grupo. O motivo da falta de interesse na pesquisa não foi revelado pelos convidados, entretanto uma das hipóteses seria a pressão dos gestores escolares por temerem a exposição das condições de saúde de seus profissionais da educação. Em estudo realizado sobre o "medo docente", também foi encontrada resistência e negação por parte dos professores em participar da pesquisa. Os autores acreditam que um recurso usado pelos professores como uma forma de "manter-se vivo" na profissão, é negar e evitar defrontar-se com seus medos (POMPEU; ARCHANGELO, 2010).

Dos 12 professores participantes da pesquisa, 91,7% ( $n=11$ ) eram do sexo feminino. Com relação às variáveis intervalares, a idade dos docentes variou entre 25 e 70 anos ( $43,7 \pm 8,1$ ). Estes dados do estudo ratificam os resultados gerais do Censo Escolar da Educação Básica, realizado para o Brasil em 2016 ( $40,1 \pm 9,9$  anos), e para a Bahia (2007) (Gráfico 1).

**Gráfico 1.** Representação dos percentuais de faixa etária dos docentes pesquisados (n=12) no município de Cruz das Almas – BA (2017) em comparação com os resultados do Censo Educacional Nacional (2016) e para o Estado da Bahia (2007).

**Percentual de docentes por faixa etária**

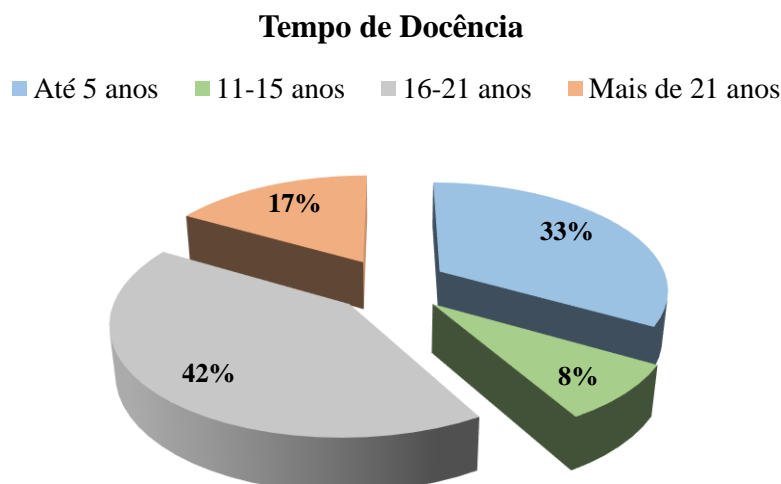


Em um censo realizado pelo Ministério da Educação (MEC) em 2007, constatou-se que no Brasil, 81% dos professores de todo o território nacional são mulheres. Quando os dados são estreitados para o Estado da Bahia (81,65%), reforça-se a ideia de que a docência ainda é considerada uma profissão de hegemonia feminina (BRASIL, 2009). Alguns estudos têm revelado que os professores do sexo masculino seriam mais susceptíveis ao desenvolvimento da síndrome de *Burnout* do que as professoras, provavelmente porque elas seriam mais compreensivas e abertas para lidar com as mais variadas situações que podem advir de uma sala de aula (CARLOTTO et al., 2014).

Com relação à variável “tempo de experiência na profissão”, a amostra pesquisada variou entre um e 28 anos ( $14,7 \pm 2,8$ ) (Gráfico 2). Os dados revelaram também que 91,7% (n=11) dos professores entrevistados possuem nível superior completo, sendo dois pós-graduados e um com nível superior incompleto. Estes números superam os dados do censo escolar realizado pelo Ministério da Educação, que mostraram que 77,5% dos docentes brasileiros possui nível superior, e destes 90% são licenciados, formação desejável para atuar na educação básica, segundo a legislação educacional vigente (MARTINS, 2007).

A faixa compreendida por docentes com até 5% de experiência (33%) pode ser um indicativo do interesse destes profissionais pela carreira docente, e que revela uma realidade esperançosa, pois apesar dos problemas e dificuldades encontrados, da baixa remuneração e da enorme desvalorização social, a profissão docente ainda se mantém em constante renovação. O estudo de Carlotto et al (2014) revelou que os professores mais velhos, e que já exerciam a profissão há muitos anos, demonstraram menor preocupação com os fatores potencialmente estressores como indisciplina, pouca valorização e descaso das políticas públicas.

**Gráfico 2.** Percentuais do tempo de docência dos professores pesquisados (n=12) no município de Cruz das Almas -BA, Brasil, 2017.



### 3.2 Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL)

O presente estudo revelou que cerca de 50% dos docentes se encontrou na Fase de Resistência (luta) do estresse (Tabela 1). Esse número se assemelha aos de estudo mais recente, no qual cerca de 55,3% dos professores pesquisados também se encontravam nesta fase (GOMES et al, 2016). A fase de Resistência "é caracterizada pela resistência do organismo frente aos estímulos estressores, o que demanda grande energia e esforço adaptativo; por isso mesmo, existe maior vulnerabilidade aos agentes de risco"<sup>35</sup>. Caso o professor permaneça em contato com o fator estressor e nada seja feito, os sintomas tendem a piorar, com possibilidade de evolução para fases mais agudas de estresse (GOULART JUNIOR; LIPP, 2008).

Resultados similares foram encontrados em estudo que mostrou que o estresse estava presente nos professores que lecionavam entre 10 e 15 anos, diferentemente daqueles docentes com pouco tempo de docência e daqueles com uma larga experiência em sala, aonde a incidência do estresse era menor, provavelmente por lidar melhor com as adversidades da profissão, ou até mesmo pela expectativa da chegada da aposentadoria profissional (MARQUES et al, 2017).

A tensão muscular (66,6%) e a sensação de cansaço excessivo (50%) foram os sintomas físicos mais frequentes. Com relação aos sintomas psicológicos, podemos destacar a insônia (66,6%), problemas de memória (50%) e a irritabilidade excessiva (58,3%) (Tabela 1). Ao cruzarmos os dados coletados do ISSL com o tempo de docência, foi possível observar que os indivíduos mais afetados pelo estresse seriam as mulheres (100%) entre 10 a 20 anos de vivência em sala de aula. Foi possível ainda verificar que o estresse docente variou também com a idade, sendo os professores com faixa etária entre 40 e 50 anos os mais susceptíveis a desenvolver os sintomas.

Apesar de não ter sido questionado quais seriam os fatores estressores para cada pesquisado, é sabido que a indisciplina em sala de aula, o acúmulo de funções, os reduzidos salários e o baixo reconhecimento profissional são queixas comuns entre os professores que sofrem com esta psicopatologia (MALAGRIS; FIORITO, 2006). Uma pessoa estressada pode apresentar diversos sintomas físicos como dor de cabeça, insônia, taquicardia, falta de apetite, além de sintomas de cunho

psicológico como ansiedade, esquecimentos constantes, irritabilidade e desmotivação (PAGLIARONE; SFORCIN, 2016).

A psiconeuroimunologia demonstra que a resposta ao fator estressor resulta da ativação do eixo hipotálamo-pituitário-adrenal (HPA) e do sistema nervoso autônomo (SNA) responsáveis pelo equilíbrio dos chamados "hormônios do estresse", promovendo alterações no sistema imunológico, e conseqüentemente, levando ao desenvolvimento de depressão e câncer em pessoas com pré-disposição, além de doenças inflamatórias crônicas (SKAALVIK; SKAALVIK, 2016; PAGLIARONE; SFORCIN, 2016).

**Tabela 1.** Resultados do Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL) aplicado aos professores pesquisados (n=12) no município de Cruz das Almas -BA, Brasil, 2017.

	Frequência (%) $\pm \sigma$
<b>Presença de estresse</b>	
Com sintomas	50 $\pm$ 4,32
Sem sintomas	50 $\pm$ 4,4
<b>Fases do estresse</b>	
Alarme	-
Resistência	50 $\pm$ 3,3
Quase exaustão	-
Exaustão	-
<b>Sintomas</b>	
Hipertensão	8,3 $\pm$ 0,37
Dores de estomago	16,6 $\pm$ 1,1
Cansaço excessivo	25 $\pm$ 1,48
Tensão muscular	50 $\pm$ 3,39
Ansiedade	8,3 $\pm$ 0,4
Mudança de apetite extrema	16,6 $\pm$ 1,1
Hipersensibilidade emotiva	25 $\pm$ 1,5
Problemas de memória	50 $\pm$ 3,39
Irritabilidade excessiva	58,3 $\pm$ 4,4
Insônia	66,6 $\pm$ 5,56

$\sigma$  : Desvio Padrão

A profissão docente, pela sua complexidade e responsabilidade, é uma das mais estressantes, por esse motivo não é surpresa termos um número tão significativo de professores com sintomas de estresse. O estresse em altos níveis pode ser percebido pela quantidade de licenças médicas, queda na produtividade, dificuldade no relacionamento com pessoas, divórcios, problemas no sono,



impaciência e doenças físicas variadas. Ou seja, afeta toda a vida do indivíduo (SKAALVIK; SKAALVIK, 2016).

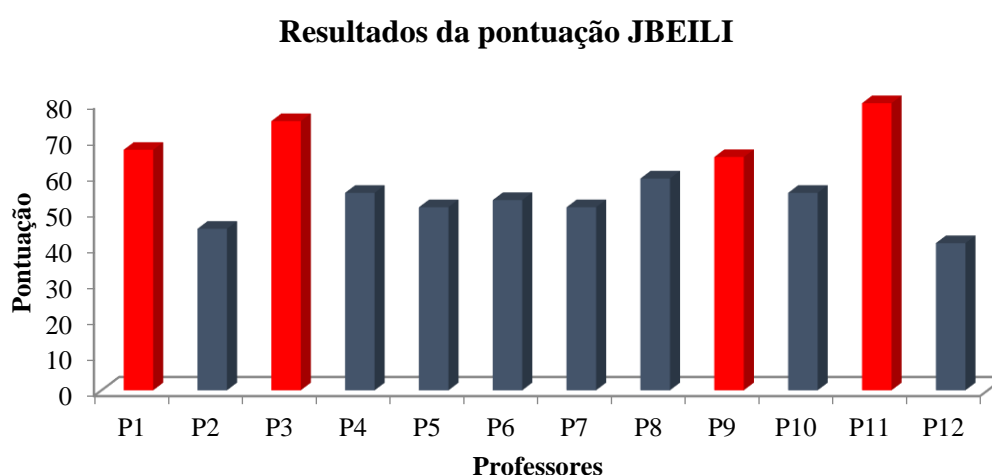
Todos os sintomas que foram elencados pelos professores do presente estudo podem interferir em seu rendimento profissional e na sua vida pessoal. Essas doenças identificadas podem desaparecer sem deixar nenhuma seqüela, caso o fator estressor seja eliminado, porém é sabido que a maioria das escolas dos municípios brasileiros não disponibiliza qualquer tipo de apoio psicológico para o professor e, na maioria dos casos, o docente precisa enfrentar sozinho toda essa dificuldade (CARLOTTO et al., 2014).

### 3.3 Questionário JBEILI para identificação preliminar da Síndrome de Burnout

De acordo com o resultado do questionário JBEILI, observamos no Gráfico 3 que a pontuação média obtida pelos professores participantes desta pesquisa foi de  $58,1 \pm 11,7$  pontos, sendo que 66,7% (n=8) dos docentes têm possibilidade de desenvolver a Síndrome de *Burnout* (SB) (41-59 pts.) e 33,3% (n=4) se encontram na fase inicial da SB (65-80 pts.). Dentre os docentes com maiores pontuações no questionário, todos eram do gênero feminino, sendo o de pontuação mais alta (80 pontos), o mais jovem.

Um fator agravante poderia ser o total desconhecimento dos próprios docentes sobre a presença desta patologia. A SB na docência é um fenômeno complexo e multidimensional que resulta da interação entre indivíduo e trabalho, envolvendo a instituição, as políticas educacionais e a sociedade como um todo (BRASIL, 2009).

**Gráfico 3.** Pontuação individual obtida pelos professores no Questionário JBEILI para identificação preliminar da Síndrome de *Burnout*. Em azul, os docentes que apresentam altas chances de desenvolver a SB (41-59 pts.). Em vermelho, aqueles que já se encontram na Fase inicial da SB (65-80 pts.).



Quando comparados os dados das variáveis demográficas e do questionário JBEILI, por análise de correlação de Person ( $\rho$ ), verificou-se uma associação moderada significativa negativa da idade com a Exaustão Emocional (EE) ( $r = -0,68$ ), ou seja, quanto maior a idade, menor o entusiasmo e maior esgotamento de recursos psíquicos. Com relação à Despersonalização (DE) e à idade, houve uma fraca associação negativa ( $r = -0,36$ ), ou seja, quanto maior a idade menor seria a possibilidade de um contato pessoal em relação aos colegas do ambiente escolar. Com relação à Realização

Profissional (RP) ( $r = 0,71$ ) e a idade, verificou-se uma forte correlação negativa, ou seja, o docente tende a se auto avaliar de forma negativa, mostrando insatisfação com seu desenvolvimento profissional.

Apesar de o estresse e a da SB estarem sempre associados, existe uma diferença relevante entre eles. O estresse é uma manifestação que pode desaparecer, caso o fator estressor seja combatido. Entretanto, na SB isso não ocorre. Esta síndrome se apresenta em um formato crônico, não diminuindo apenas com o afastamento do trabalho (fator estressor) (MOREIRA et al., 2012).

#### 4. CONCLUSÃO

O perfil sociodemográfico da amostra de professores estudada no município de Cruz das Almas – BA revelou que o grupo era composto em sua maioria por mulheres entre 40 e 50 anos de idade, com 16 a 21 anos de experiência profissional, e nível superior completo. O ISSL revelou que 50% dos docentes encontravam-se na fase de Resistência do estresse e apresentavam como sintomas físicos principais a tensão muscular e a sensação de desgaste físico constante; e como sintomas psicológicos, destacam-se a insônia, problemas de memória e esquecimento e a irritabilidade excessiva, que podem interferir em seu rendimento profissional e na sua vida pessoal.

A análise do questionário JBEILI foi preocupante com relação às dimensões Exaustão Emocional e Realização Pessoal, haja vista estes dados sugerirem menor entusiasmo no exercício da docência, maior esgotamento, e insatisfação com seu desenvolvimento profissional. Os dados mostraram ainda que mais de 30% dos docentes se apresentaram na fase inicial da SB, e desconhecem tal psicopatologia. Tais resultados são relevantes, considerando os danos gerados aos acometidos, aos estudantes e às escolas envolvidas.

Vale ressaltar que a amostra pesquisada representa um baixo percentual dos docentes do município, sendo importante a ampliação do estudo para as demais escolas. Entretanto, os dados do presente estudo poderão servir de base norteadora para que gestores municipais e estaduais identifiquem os profissionais que estejam sofrendo com sintomas de estresse. A partir desses resultados, será possível melhorar as condições de trabalho na profissão docente, reduzindo assim os afastamentos laborais.

#### 5. REFERÊNCIAS

ANTONIOU, Alexander-Stamatios; POLYCHRONI, Fotini; KOTRONI, Christina. Working with students with special educational needs in Greece: teachers stressors and coping strategies. **International Journal of Special Education**, v.24, n.1, p.100 – 111, 2009.

ARAÚJO, Valéria Alaide; FREIRE, Jéssica Magalhães; DE OLIVEIRA, Marcos Vinícius Macedo. Síndrome de *Burnout* em professores das escolas públicas do município de Buenópolis, MG. **Revista de Atenção à Saúde**, v.15, n.52, p.5-10, 2017.

BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Coordenação de População e Indicadores Sociais. **Estimativas da população residente com data de referência 1º de julho de 2017**. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv100923.pdf> Acesso em: 10 Dez. 2017.

BRASIL. Ministério da Educação, Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais - INEP - **Censo Educacional 2016**. Disponível em <http://portal.inep.gov.br/web/guest/sinopses-estatisticas-da-educacao-basica> Acesso em 13 Dez. 2017.

BRASIL. Ministério da Educação. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. **Estudo exploratório sobre o professor brasileiro**. Brasília: Inep, 2009. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/dmdocuments/estudoprofessor.pdf> Acesso em: 07 Dez. 2017.

CARLOTTO, Mary Sandra; BRAUN, Ana Claudia; RODRIGUEZ, Sandra Yvonne Spiendler; DIEHL, Liciane. *Burnout* em professores: diferença e análise de gênero. **Revista Contextos Clínicos**, v.7, n.1, p. 86-93, 2014.

COELHO, Ana Maria Simões; DINIZ-PEREIRA, Júlio Emílio. Olhar o magistério " no próprio espelho": o conceito de profissionalidade e as possibilidades de se repensar o sentido da profissão docente. **Revista Portuguesa de Educação**, v.30, n.1, p.7-34, 2017.

CORDEIRO, Ana Paula Pessanha; DA SILVA, Josemara Henrique. O trabalho de ensinar como fator de stress para professores municipais. **Revista Crítica de Humanidades**, v.225, p. 37-48, 2016.

DA SILVA, Ednaldo Antônio. Stress ocupacional dos professores. **Enciclopédia Biosfera**, v.5, n.8, p. 4-5, 2009.

DUTRA, Loreni Bruch; AERTS, Denise; ALVES, Geysa Guimarães; CÂMARA, Sheila Gonçalves. A Síndrome de *Burnout* (SB) em docentes do ensino superior de instituições privadas de Santarém, PA. **Actas de Saúde Coletiva**, v.10, n.3, p.115-136, 2016.

SILVA, Adelson Fernandes; MAIA, Maria de Fatima de Matos; LIMA, Celina Aparecida Gonçalves; GUEDES, Izulina Torres; PEDREIRA, Karoline Costa; SILVA, Diego Augusto Santos; PETROSKI, Edio Luiz. Fatores que prevalecem ao esgotamento profissional em professores. **Brazilian Journal of Occupational Therapy**, v.25, n.2, p. 333-339, 2017.

GIL-MONTE, Pedro R. El síndrome de quemarse por el trabajo (*Burnout*) como fenómeno transcultural. **Informació Psicológica**, v.91, n.92, p.4-11, 2008.

GOMES, Cármen Marilei; CAPELLARI, Claudia; PEREIRA, Daniele dos Santos Guidotti; VOLKART, Paulo Roberto; MORAES, Ana Paula; JARDIM, Valquíria; BERTUOL, Maiara. Stress and cardiovascular risk: multi-professional intervention in health education. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v.69, n.2, p. 329-36, 2016.

GOMES, Rui; SILVA, Maria João; MOURISCO, Salomé; SILVA, Susana; MOTA, Alfredo. Problemas e desafios no exercício da atividade docente: Um estudo sobre o stresse, "*burnout*" saúde física e satisfação profissional em professores do 3.º ciclo e ensino secundário. **Revista Portuguesa de Educação**, v.19, n.1, p. 67-93, 2006.

GOULART JUNIOR, Edward; LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. Estresse entre professoras do ensino fundamental de escolas públicas estaduais. **Psicologia em Estudo**, v.13, n.4, p.847-857, 2008.

JBEILI, Chafic. **A síndrome do esgotamento profissional**. 2008. Disponível em: <http://sosindromes.blogspot.com.br/2008/04/sndrome-do-esgotamento-profissional.html> Acesso em: 22 Ago. 2017

- KYRIACOU, Chris; CHIEN, Pei-Yu. Teacher stress in Taiwanese primary schools. **The Journal of Educational Enquiry**, v.5, n.2, p. 86-104, 2004.
- LAZARI, Eliana Cristina Cruz; CODINHOTO, Elizangela. O estresse de professores em sala de aula. **Revista Farol**, v.2, n.2, p.98-112, 2017.
- LIMA, Socorro. Indisciplina em sala de aula: concepções, interação social e ação docente-uma análise qualitativa. **CIAIQ**, v. 1, p. 836-846, 2017.
- LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. Stress e suas implicações. **Estudos de Psicologia**, v.1, p. 5-19, 1984. LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. **Manual do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL)**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000, 76p.
- MALAGRIS, Lúcia Emmanoel Novaes; FIORITO, Aurineide Canuto Cabraíba. Avaliação do nível de estresse dos técnicos da área de saúde. **Estudos de Psicologia**, v.23, p.391-398, 2006.
- MARQUES, Antônio Luiz; DE MORAES, Lúcio Flávio Renault; PEREIRA, Luciano Zille; PEREIRA, Fernanda Pinto; FERREIRA, Juliana Rodrigues, ... DA COSTA, P. F. Implicações do treinamento e desenvolvimento de pessoal na qualidade de vida e estresse no trabalho. **Revista de Psicologia, Saúde Mental e Segurança Pública**, v.2, n.3, p. 115-122, 2017.
- MARTINS, Andreza Maria Marques Sakuno; ZAFANELI, Cacilda. Professor universitário: aprendendo a lidar com o estresse. **Educere**, v.6, n.1, p.7-32, 2008.
- MARTINS, Maria da Conceição de Almeida. Factores de risco psicossociais para a saúde mental. **Millenium**, v.29, p. 255-268, 2004.
- MARTINS, Maria das Graças Teles, Sintomas do estresse em professores brasileiros. **Revista Lusitana de Educação**, v.10, p.109-128, 2007.
- MOREIRA, Hudson de Resende; FARIAS, Gelcemar Oliveira; BOTH, Jorge; DO NASCIMENTO, Juarez Vieira. 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 e Saúde**, v.14, n.2, p. 115-122, 2012.
- MOTA, Nyanne Ingrid Farias; ALVES, Estela Rodrigues Paiva; LEITE, Gerlaine de Oliveira; DE SOUSA, Brena Stefani Meira Acioly; FERREIRA FILHA, Maria de Oliveira. Estresse entre graduandos de enfermagem de uma universidade pública. **Revista Eletrônica de Saúde Mental Álcool e Drogas**, v.12, n.3, p. 163-170, 2016.
- NODARI, Natália Lenzi; FLOR, Sthefany Ramayane de Araújo; RIBEIRO, Alessandro Sampaio; DE CARVALHO, Gutemberg Jailson; HAYASIDA, Nazaré Maria de Albuquerque. Estresse, conceitos, manifestações e avaliação em saúde: revisão de literatura. **Revista Saúde e Desenvolvimento Humano**, v.2, n.1, p. 61-74, 2014.
- NUNES-SOBRINHO, Francisco de Paula O stress do professor do ensino fundamental: o enfoque da ergonomia. In: Lipp MEN. (Org.) **O stress do professor**. Campinas: Papyrus, p.81-94, 2006.
- PAGLIARONE, Ana Carolina.; SFORCIN, José Maurício. Estresse: revisão sobre seus efeitos no sistema imunológico. **Biosaúde**, v.11, n.1, p.57-90, 2016.
- PETTO, Jefferson; SANTOS, Guilherme Moraes; NONATO, James Batista; SANTIAGO, Marcus Vinícius; MOTA, Vitor da Silva; DO NASCIMENTO, Weris Lany Carapiá; DOS SANTOS, Alan Carlos Nery; LADEIA, Ana Marice Teixeira. Percepção de estresse em docentes do ensino superior. **Diálogos Possíveis**, v.15, n.1, p. 70-84, 2017.

POMPEU, Maria Lígia; ARCHANGELO, Ana. Medos no âmbito educacional. In: O declínio dos saberes e o mercado do gozo. São Paulo, v. 8, 2010. **Proceedings online...** FE/USP, Disponível em: [http://www.proceedings.scielo.br/scielo.php?pid=MSC0000000032010000100047&script=sci\\_arttext](http://www.proceedings.scielo.br/scielo.php?pid=MSC0000000032010000100047&script=sci_arttext) Acesso em 27 Set. 2017.

RITA, Joana Santos; PATRÃO, Ivone Alexandra Martins; SAMPAIO, Daniel. *Burnout*, stress profissional e ajustamento emocional em professores portugueses do ensino básico e secundário . In **Anais do VII Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia**. Universidade do Minho, Portugal, 4 a 6 de Fevereiro de 2010.

RODRIGUES, **André Iribure**; ZATZ, Fernando Zatz. A escola contemporânea e o diálogo com a Geração Z: estudo de caso de educomunicação no ensino médio do Colégio Israelita Brasileiro. **Educação, Cultura e Comunicação**, v.7, n.13, p. 37-52, 2016.

SADIR, Maria Angélica; LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. As fontes de stress no trabalho. **Revista de Psicologia da IMED**, v.1, n.1, p. 114-126, 2009.

SKAALVIK, Einar M.; SKAALVIK, Sidsel. Teacher stress and teacher self- efficacy as predictors of engagement, emotional exhaustion, and motivation to leave the teaching profession. **Creative Education**, v.7, n.13, p. 1785-1799, 2016.

TRIGO, Telma Ramos; TENG, Chei Tung; HALLAK, Jaime Eduardo Cecílio. Síndrome de *burnout* ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 34, n. 5, p. 223-233, 2007.

WITTER, Geraldina Porto. Professor-estresse: análise de produção científica. **Psicologia Escolar e Educacional**, v.7, n.1, p. 33-46, 2003.