

# Síndrome de *burnout* em docentes universitários dos cursos de saúde

## Burnout syndrome in university professors in health courses

Henry Johnson Passos de Oliveira, Victor Manoel Pereira da Silva, Raphael Alves da Silva, Selene Cordeiro Vasconcelos, Maria de Jesus Gabriela da Silva Oliveira, Antônio Sávio Inácio, Murilo Duarte da Costa Lima e Felicialle Pereira da Silva

Recebido 11 dezembro 2020 / Enviado para modificação 26 Outubro 2021 / Aceito 29 Outubro 2021

### RESUMO

**Objetivo** A síndrome de *burnout* é definida como um fenômeno psicossocial em resposta crônica aos estressores interpessoais no ambiente de trabalho. Avaliar a síndrome de *burnout* em docentes dos cursos da área de saúde.

**Método** Estudo descritivo, transversal, com abordagem quantitativa. Para coleta de dados foi utilizado o Maslach *Burnout Inventory*, além de um questionário socioeconômico. Utilizou-se do teste exato de Fisher para verificar se existe associação entre as variáveis sociodemográficas e a presença de *burnout*.

**Resultados** Participaram do estudo 57 docentes, a maior parte do sexo feminino (n=39; 68,4%) e com tempo de atuação profissional acima de 10 anos (n=30; 52,6%). A maioria possui outro vínculo (n=43; 75,4%) e dedica mais de 40 horas semanais ao trabalho (n=35; 61,4%). A variável lazer apresentou-se estatisticamente significativa em relação a ter ou não *burnout* evidenciando maior proporção de adoecimento entre os que referiram não sair a lazer. Observou-se percentuais elevados de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional revelando uma alta prevalência da síndrome de *burnout* entre os docentes.

**Conclusão** Esses achados merecem atenção para o acompanhamento dos fatores psicossociais e organizacionais do processo laboral que possam intervir na qualidade de vida e nas condições de saúde desse trabalhador.

**Palavras-Chave:** Esgotamento psicológico; docentes; psicopatologia (*fonte: DeCS, BIREME*).

### ABSTRACT

**Objective** To analyze the *burnout* syndrome in professors of health courses.

**Method** It is a descriptive, cross-sectional study with a quantitative approach. For data collection were used the Maslach *Burnout Inventory*, in addition, a socioeconomic questionnaire. That was used Fisher's exact test to verify the association between sociodemographic variables and the presence of *Burnout*.

**Results** 57 college professors participated in the study, most of them female (n=39; 68.4%) and with professional experience over 10 years (n=30; 52.6%). Most have another job (n=43; 75.4%) and devote more than 40 hours a week to work (n=35; 61.4%). The leisure variable is shown to be statistically significant in relation to have *burnout* or not, showing the highest proportion of problems among those who refer to not leaving leisure. High percentages of emotional exhaustion, depersonalization, and low professional achievement were observed, revealing a high prevalence of burnout syndrome between the professors.

**Conclusion** These findings deserve attention for monitoring psychosocial and organizational factors in the work process that may interfere with the quality of life and the health conditions of this worker.

**Key Words:** *Burnout*, psychological; faculty; psychopathology (*source: MeSH, NLM*).

HP: Enf. Esp. Saúde Coletiva. M. Sc. Saúde Pública. Instituto Aggeu Magalhães, Departamento de Saúde Coletiva. Recife, Brasil.

henry123johnson@hotmail.com

VP: Enf. Faculdade dos Guararapes, Departamento de Enfermagem. Recife, Brasil. victormanuelps123@gmail.com

RA: Enf. M. Sc. Enfermagem. Universidade Estadual da Paraíba. Recife, Brasil.

raphaelalves770@hotmail.com

SC: Enf. Ph. D. Neuropsiquiatria de Ciências do Comportamento. Universidade Federal da Paraíba, Departamento de Enfermagem em Saúde Coletiva. João Pessoa, Brasil.

selumares@gmail.com

MDS: Enf. M. Sc. Enfermagem. Universidade de Pernambuco. Universidade Estadual da Paraíba. Recife, Brasil.

mariajesus@obrademaria.com.br

AS: Enf. Esp. Neurologia e Neurocirurgia. M. Sc. Neuropsiquiatria e Ciências do Comportamento. Universidade Federal de Pernambuco. Recife, Brasil.

savio08ignacio@gmail.com

AM: MD. Ph. D. Medicina. Universidade Federal de Pernambuco, Departamento de Neuropsiquiatria e Ciências do Comportamento. Recife, Brasil.

murilocalima@ig.com.br

FP: Enf. Ph. D. Neuropsiquiatria e Ciências do Comportamento, Universidade de Pernambuco, Departamento de Enfermagem. Recife, Brasil.

cialle@hotmail.com

**RESUMEN****Síndrome de *burnout* en profesores universitarios de cursos de salud**

**Objetivo** El síndrome de *burnout* se define como un fenómeno psicosocial en respuesta crónica a estresores interpersonales en el lugar de trabajo. Valorar el síndrome de *burnout* en profesores de cursos del área de la salud.

**Método** Estudio descriptivo, transversal con enfoque cuantitativo. Para la recolección de datos se utilizó el Inventario de *Burnout* de Maslach, además de un cuestionario socioeconómico. Se utilizó la prueba exacta de Fisher para verificar si existe asociación entre las variables sociodemográficas y la presencia de *burnout*.

**Resultados** Participaron 57 profesores, la mayoría mujeres (n=39; 68,4%) y con más de 10 años de experiencia profesional (n=30; 52,6%). La mayoría tenía otro vínculo (n=43; 75,4%) y dedicaba más de 40 horas semanales al trabajo (n=35; 61,4%). La variable ocio resultó estadísticamente significativa en relación con tener *burnout* o no tenerlo, mostrando una mayor proporción de enfermedad entre quienes informaron no salir por ocio. Se observaron altos porcentajes de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización profesional, revelando una alta prevalencia del síndrome de *burnout* entre los docentes.

**Conclusión** Estos hallazgos merecen atención para monitorear los factores psicosociales y organizacionales del proceso de trabajo que pueden afectar la calidad de vida y las condiciones de salud de estos trabajadores.

**Palabras Clave:** Agotamiento psicológico; docentes; psicopatología (*fuente: DeCS, BIREME*).

As transformações sociais, econômicas, jurídicas, organizacionais e técnicas do trabalho exercem influência sobre o processo saúde-doença e qualidade de vida nos contextos laborais. A principal resposta orgânica a essas transformações é o estresse, compreendido por reações complexas que produz disfunções fisiológicas quando o equilíbrio do indivíduo é rompido (1).

O estresse pode originar-se a partir de diversas situações internas e/ou externas, inerentes ao ser humano e que geram mudanças, sobretudo no ambiente laboral. Assim, o trabalho, considerado como uma necessidade básica em nossa sociedade, pode ser compreendido e conduzido como um veículo de prazer e dignidade, ou de sofrimento e estresse (2).

De acordo com os dados do boletim quadrimestral sobre benefícios por incapacidade publicado ano de 2017 pelo Ministério da Previdência Social, somente no ano de 2016, no Brasil, 75,3 mil trabalhadores foram afastados devido ao estresse ocupacional (3). Dentre as principais doenças associadas ao trabalho, destaca-se a síndrome de *burnout*, definida como fenômeno psicosocial que ocorre como resposta crônica aos estressores interpessoais ocorridos no ambiente de trabalho (4).

A síndrome se manifesta por meio de três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e sentimentos de reduzida realização profissional. A exaustão emocional é um estado de grande cansaço em decorrência dos esforços produzidos por contínuas interações dos trabalhadores no ambiente laboral; a despersonalização é caracterizada pelo distanciamento, desenvolvimento de atitudes cínicas e tentativas em culpar terceiros pela frustração diante do trabalho. Por fim, a reduzida realização profissional é produzida por autoconceito negativo e insatisfação com seu desempenho no trabalho (5).

No Brasil, um estudo realizado em 2012 pelo International Stress Management Association (ISMA), identificou que cerca de 30% dos mais de 100 milhões de trabalhadores brasileiros sofriam com a síndrome de *burnout* (6). A docência é identificada pela Organização Internacional do Trabalho como uma profissão de alto risco para doenças ocupacionais. Ademais, estudos descrevem altas prevalências da síndrome de *burnout* em docentes, enfatizando esta categoria profissional como uma das mais suscetíveis a este agravo (2,7,8).

A sobrecarga de trabalho, a falta de controle sobre o tempo, os problemas comportamentais dos estudantes, a burocracia excessiva, a implementação de novas iniciativas educacionais e a expectativa social de excelência, são fatores de desgaste no ambiente de trabalho. Além disso, também são apontados outros aspectos, tais como classes superlotadas, falta de autonomia e salários inadequados, considerando-os como potencializadores ao surgimento da síndrome de *burnout* em professores (9).

A falta de reconhecimento do adocimento e da relação entre este e o trabalho tem como consequência a manutenção do estresse, contribuindo para o aumento de casos da doença (8,10). Assim, estudos sobre a síndrome de *burnout* em professores universitários dos cursos de saúde fazem-se necessários para dar maior visibilidade às condições de trabalho dos docentes, que além da exposição aos fatores supracitados, estão diante da responsabilidade de preparar os profissionais de saúde que irão lidar com elevadas cargas de estresse em suas práticas laborais. Portanto, este estudo objetiva avaliar a síndrome de *burnout* em docentes universitários dos cursos de saúde visando contribuir para reflexão e planejamento de estratégias que reduzam a incidência desse agravo.

## MÉTODO

Trata-se de um estudo descritivo, transversal, exploratório, com abordagem quantitativa, cujo local de estudo se deu no âmbito de uma instituição privada de ensino superior situado na região metropolitana do Recife, Brasil. A população foi composta por todo o corpo docente dos cursos de graduação em saúde, com o total de 91 professores.

Os professores que se encontravam de atestado médico [2], os que se recusaram a participar da pesquisa [9], e para evitar viés de seleção, os que conheciam o instrumento de coleta [23] foram excluídos da pesquisa. Portanto, a amostra final do estudo totalizou 57 professores.

Para coleta de dados foi utilizado a versão do Maslach *Burnout Inventory* (MBI) validado por Tamayo e Tróccoli (11). O MBI é um instrumento reconhecido internacionalmente, além de validado e amplamente utilizado no Brasil. Esse instrumento reúne 22 variáveis em que se atribui uma pontuação, segundo escala de Likert, que varia de um a cinco, sendo: 1. nunca, 2. algumas vezes no ano, 3. algumas vezes no mês, 4. algumas vezes na semana, 5. diariamente.

As variáveis compõem as três dimensões que caracterizam a síndrome de *burnout* e são distribuídas em nove questões referentes à exaustão emocional, cinco à despersonalização e oito à baixa realização profissional. Assim, o escore atribuído a cada indivíduo variou entre as dimensões de acordo com o número de questões e a pontuação atribuída por cada entrevistado às perguntas: exaustão emocional (9 a 45); realização profissional (8 a 40) e despersonalização (5 a 25).

Os pontos de corte foram definidos estatisticamente baseados nos tercís baixo, médio e alto da distribuição da pontuação, conforme recomendação do manual do MBI (11) (Tabela 1).

**Tabela 1.** Classificação dos níveis das dimensões de burnout

Dimensões	Níveis		
	Baixo	Médio	Alto
Exaustão emocional	< 24	24 - 31	> 31
Despersonalização	< 9	9 - 12	> 12
Realização profissional	< 32	32 - 35	> 35

Fonte: manual do MBI, 2002.

A análise que considera os níveis apresentados em cada uma das três dimensões neste estudo, foi realizada de acordo com os critérios apresentados por Grunfeld *et al.* (12), que define que o indivíduo apresenta *burnout* diante da identificação de pelo menos uma das três dimensões da síndrome, considerando-se: nível alto em exaustão emocional; nível alto em despersonalização; nível baixo em realização profissional ou ainda, mais de uma das três concomitantemente (12).

Além disso, foi utilizado um questionário composto por 20 variáveis, construído pelos pesquisadores para a investigação dos dados demográficos e socioeconômicos dos participantes. Aos entrevistados, foi disponibilizado um envelope contendo os instrumentos da pesquisa e duas vias do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, além das orientações adicionais sobre a pesquisa. Os envelopes foram entregues e recolhidos na sala dos professores por um dos pesquisadores nos horários de repouso e intervalo entre as aulas. O tempo de duração média de resposta foi de 25 minutos.

A variável idade foi agrupada em cinco classes, estas definidas matematicamente pela diferença entre a maior e a menor observação, dividida pelo número de classes. A variável estado civil foi agrupada em solteiro (solteiros e divorciados) e casado. Agrupou-se raça/cor em branca e preta (negros e pardos) devido à resistência social em se autointitular negro, além das semelhanças sociais entre os grupos.

Os dados foram registrados em planilha Excel® em dupla entrada para validação e eliminação de possíveis erros de digitação. Após a validação, fez-se uso do programa RStudio® versão 1.3.1 para análise dos resultados utilizando a estatística descritiva por meio da distribuição das frequências absolutas e relativas. Utilizou-se do Teste Exato de Fisher para verificar associação entre as variáveis sociodemográficas e a presença da síndrome de *burnout*. Foi estabelecido o valor de 95% de intervalo de confiança e p-valor <0,05 para definição da significância estatística.

A pesquisa foi regida pela resolução 466/2012 – Conselho Nacional de Saúde, sob o parecer nº 2.959.106 do Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Maurício de Nassau da cidade do Recife, Brasil, e CAAE: 89793618.1.0000.5193.

## RESULTADOS

Os resultados mostraram a caracterização sociodemográfica dos 57 docentes participantes da pesquisa, apresentando a maior frequência do sexo feminino (n=39; 68,4%), com faixa etária entre 33 a 40 anos (n=24; 42,1%) com idade média de 36,6 anos e desvio padrão de 6,8 anos, de cor branca (n=36; 63,1%) e casados (n=34; 59,6%). Apesar de haver predomínio em relação a residir com mais alguém (n=52; 91,2%), a maior parte afirma não possui filhos (n=31; 54,4%), (Tabela 2).

Os resultados das variáveis laborais e lazer evidenciaram que a maioria dos docentes possui outro vínculo empregatício (n=43; 75,4%) e com dedicação de mais de 40 horas semanais ao trabalho (n=35; 61,4%). A maioria atua profissionalmente por mais de 10 anos (n=30; 52,6%) e tirou férias no último ano (n=40; 70,2%). Mais

**Tabela 2.** Caracterização sociodemográfica dos entrevistados, Recife - PE, 2019

Variáveis	Total		Burnout				P-valor
	n	%	Sim		Não		
			n	%	n	%	
Sexo							0,388
Masculino	18	31,6	9	50,0	9	50,0	
Feminino	39	68,4	14	35,9	25	64,1	
Faixa etária <sup>(a)</sup>							0,266
26 a 32	16	28,1	9	56,3	7	43,7	
33 a 39	24	42,1	8	33,3	16	66,7	
40 a 46	9	15,8	4	44,4	5	55,6	
47 a 54	6	10,5	2	33,3	4	66,7	
Raça/cor <sup>(b)</sup>							1
Branca	36	63,1	15	41,7	21	58,3	
Preta	20	35,1	8	40,0	12	60,0	
Estado Civil							0,415
Solteiro	23	40,4	11	47,8	12	52,2	
Casado	34	59,6	12	35,3	22	64,7	
Reside com alguém							0,146
Sim	52	91,2	19	36,5	33	63,5	
Não	5	8,8	4	80,0	1	20,0	
Filhos							0,588
Sim	26	45,6	9	34,6	17	65,4	
Não	31	54,4	14	45,2	17	54,8	

Número e percentual de ignorados: <sup>(a)</sup> n=2; 3,5%, <sup>(b)</sup> n=1; 1,8%.

de 80% dos participantes não realizam, nem nunca realizaram atividades de relaxamento em seus ambientes laborais (n=47; 82,4%).

A maior parte dos docentes praticam atividades físicas (n=41; 71,9%) com frequência de até 3 vezes na semana

(n=30; 73,2%). Em quase sua totalidade, costumam realizar atividades de lazer (n=50; 87,7%) com uma maior proporção na frequência anual (n=16; 32%). A variável atividade de lazer (p-valor 0,030) apresentou significância estatística (Tabela 3).

**Tabela 3.** Caracterização laboral e lazer dos entrevistados, Recife - PE, 2019

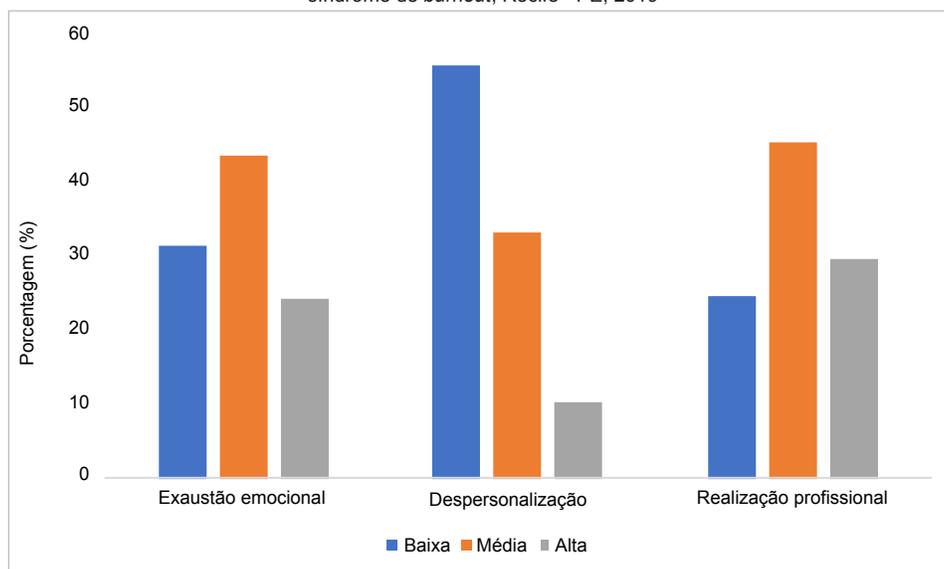
Variáveis	Total		Burnout				P-valor
	n	%	Sim		Não		
			n	%	n	%	
Possui outro vínculo <sup>(a)</sup>							0,753
Sim	43	75,4	17	39,5	26	60,5	
Não	13	22,8	06	46,2	7	53,8	
Horas semanais dedicadas ao trabalho <sup>(b)</sup>							0,576
≤ 40 horas	21	36,8	10	47,6	11	52,4	
> 40 horas	35	61,4	13	37,1	22	62,9	
Tempo de atuação profissional (Anos) <sup>(c)</sup>							0,182
≤ 10 anos	25	43,8	13	52,0	12	48,0	
> 10	30	52,6	10	33,3	20	66,7	
Tempo das últimas férias <sup>(d)</sup>							0,085
≤ 1 ano	40	70,2	13	32,5	27	67,5	
> 1 ano	11	19,3	7	63,6	4	36,4	
Realização de atividade de relaxamento em ambiente laboral <sup>(e)</sup>							0,458
Sim	9	15,8	2	22,2	7	77,8	
Não	47	82,4	20	42,6	27	57,4	
Pratica atividade física <sup>(f)</sup>							0,759
Sim	41	71,9	17	41,5	24	58,5	
Não	15	26,3	5	33,3	10	66,7	
Se Sim, qual a frequência semanal							1
≤ 3 vezes na semana	30	73,2	12	40,0	18	60,0	
> 3 vezes na semana	11	26,8	5	45,5	6	54,5	
Costuma sair a lazer <sup>(g)</sup>							0,030*
Sim	50	87,7	17	34,0	33	66,0	
Não	6	10,5	5	83,3	1	16,7	
Se sim, qual a frequência							0,801
Raramente	7	12,3	2	28,6	5	71,4	
Semanalmente	14	28,0	4	28,6	10	71,4	
Mensalmente	13	26,0	4	30,8	9	69,2	
Anualmente	16	32,0	7	43,7	9	56,3	

Número e percentual de ignorados: <sup>(a)</sup> n=1; 1,8% <sup>(b)</sup> n=1; 1,8% <sup>(c)</sup> n=2; 3,5% <sup>(d)</sup> n=6; 10,5% <sup>(e)</sup> n=1; 1,8% <sup>(f)</sup> n=1; 1,8%, 1,8%, <sup>(g)</sup> n=1; 1,8%.

Na distribuição das frequências em relação aos escores das três dimensões da síndrome de *burnout*, observa-se que os docentes apresentam, em sua maioria, níveis médios de exaustão emocional (43,9%) e de realização profissional (45,6%) e níveis baixos de despersonalização

(56,1%). No entanto, parte dos docentes possuem graus elevados de exaustão emocional (24,5%), despersonalização (10,5%) e baixa realização profissional (24,6%) caracterizando uma grande parte com a síndrome de *burnout* ( $n=23$ ; 40,4%), (Figura 1).

**Figura 1.** Distribuição da frequência relativa dos escores das dimensões da síndrome de *burnout*, Recife - PE, 2019



Fonte: dados da pesquisa, 2019.

## DISCUSSÃO

Os achados deste estudo corroboram com outras pesquisas que descrevem os professores como uma classe predominantemente feminina (13,14). As mulheres são mais vulneráveis ao adoecimento pelas cargas de trabalho que assumem. Culturalmente, além de cumprirem com a jornada de trabalho, a maior parte ainda se responsabiliza por tarefas do lar assumindo o papel de cuidadora (15,16). Além disso, as posições de liderança e remunerações mais altas são, com maiores frequências, atribuídas aos homens (17). Estes fatores podem tornar as mulheres preditoras da síndrome de *burnout* em relação aos homens.

Neste estudo, não houve significância estatística na maioria das variáveis indicando homogeneidade na distribuição da síndrome de *burnout* entre as categorias dessas variáveis. No entanto, a literatura afirma que os mais jovens ou recém-empregados possuem maiores risco de desenvolver a síndrome de *burnout*. Isso pode ser evidenciado devido à dificuldade do trabalhador em se inserir no grupo laboral, bem como para adaptação e execução de tarefas, além do sentimento de instabilidade no emprego. Este contexto também está associado à necessidade de aceitação e de reconhecimento, atrelado a pouca experiência na profissão e/ou o tempo na instituição (18).

Em relação ao estado conjugal e ambiente familiar, a estabilidade afetiva no âmbito familiar é considerada como fator de proteção para a síndrome. A paternidade pode equilibrar o indivíduo e possibilitar o uso de melhores estratégias de enfrentamento das situações problemáticas, diminuindo assim o risco para síndrome de *burnout* associado ao enfrentamento do estresse laboral (19). Em contrapartida, outro estudo aponta o grupo dos solteiros como aqueles com menores preocupações com questões familiares e conjugais, sendo mais propícios a realização profissional e menor risco de adoecimento (20).

A síndrome de *burnout* pode ter maior incidência no primeiro ano de ingresso profissional do indivíduo no mercado de trabalho (21). As pesquisas apontam maior incidência dessa doença no início das carreiras, pois os profissionais se frustram com maior frequência, uma vez que apenas a formação universitária não os fornece experiências suficientes para lidar com as diferentes e adversas situações ao qual estão expostos (22,23).

O desenvolvimento da síndrome de *burnout* é multicausal e envolve fatores individuais e laborais, sendo as variáveis socioambientais coadjuvantes no processo de adoecimento (7,8). O fato dos indivíduos terem mais de um vínculo empregatício pode representar análises divergentes, uma vez que apesar de complementar a renda

familiar, a literatura descreve que pode afetar o comprometimento das atividades laborais devido ao esgotamento físico gerado pelos múltiplos vínculos empregatícios e da exaustiva jornada de trabalho (24).

Portanto, verifica-se que o período de férias é imprescindível para que o trabalhador tenha mais tempo para conviver com a família e realizar atividades de lazer e descanso, buscando reestabelecer o equilíbrio emocional. Esse período de pausa contribui para diminuição dos estressores laborais no ambiente de trabalho (25). O indivíduo, por possuir mais de um vínculo empregatício, pode inclusive não conseguir conciliar as férias de todos os vínculos, o que acarreta em, “pseudoférias”, visto que ainda estará vinculado a um ambiente laboral (20).

Além disso, a participação em outras atividades que não tenham relação com o contexto laboral contribui potencialmente para a redução das tensões e sofrimentos no trabalho e influencia diretamente na forma como o docente pensa, sente e age com relação ao seu trabalho (26). No presente estudo, o lazer apresentou associação estatística positiva em relação ao diagnóstico da síndrome de *burnout*, identificando uma distribuição proporcionalmente heterogênea com maiores frequências de adoecimento no grupo que não praticava o lazer. Este achado corrobora com outras literaturas que afirmam que o lazer possui um efeito protetor para o desenvolvimento da síndrome (27-29).

A realização de algum tipo de atividade física regular tem sido apontada pela literatura como fator de proteção ao estresse, por ser escolhida de acordo com interesses próprios que lhe são prazerosos, além de estimular endorfinas responsáveis pelo prazer e alívio das tensões. Assim, obtém-se o descanso reparador e a energia para executar as atividades cotidianas no ambiente laboral (30).

Um estudo apontou que, os indivíduos que praticam exercícios físicos, tem os sintomas da síndrome de *burnout* atenuados, além de atuar como medida preventiva (27). Estudo realizado com a aplicação de treinamento aeróbico durante três meses em voluntários com a síndrome revelou também uma diminuição nos sintomas, especificamente na exaustão emocional e no estado de humor. Para os autores, a prática regular de exercício físico pode promover melhora na qualidade de sono, diminuindo a exaustão emocional, além da melhora no comportamento cognitivo (31).

Neste estudo, verificou-se percentuais elevados de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional. Assim, semelhante a outros estudos também foi revelado uma alta prevalência da síndrome de *burnout* entre os docentes (8,14). Esses achados sugerem que os docentes possuem elevado sofrimento psíquico relacionado ao processo laboral, que apontam para a necessidade de intervenção de cuidados para esses profissionais, pois

o desenvolvimento dessa psicopatologia ocorre de forma gradual e insidiosa (32). Vale ressaltar que a prevalência varia muito entre os estudos por levar em consideração a população avaliada, bem como os valores de parâmetro utilizados como referência.

Portanto, ao se tratar de docentes dos cursos de saúde, deve ser levado em conta que alguns destes profissionais podem atuar conjuntamente em outros ambientes laborais inclusive assistenciais, fato este que pode contribuir para o desenvolvimento da síndrome (33). Muitas vezes a síndrome não é percebida pelo indivíduo no estágio inicial, pois o mesmo resiste em assumir que existe algo de errado que esteja interferindo em seu cotidiano (8). Além disso, os sinais e sintomas dos estágios iniciais são similares aos sintomas do estresse e depressão, dificultando assim o seu reconhecimento, pois as características próprias da síndrome são evidenciadas nos estágios mais avançados da doença, diferenciando-as das outras patologias (34).

Dessa forma, esses achados merecem atenção para o acompanhamento dos fatores psicossociais e organizacionais do trabalho que possam intervir na qualidade de vida no trabalho e nas condições de saúde desse trabalhador. Somente por meio da vigilância é que se pode reconhecer os problemas e refletir para novas possibilidades de promover a saúde e prevenir o aparecimento de doenças nessa categoria profissional.

Apesar de reconhecer que a influência dos aspectos culturais no contexto laboral também incide sobre a síndrome de *burnout*, no universo laboral existem outras variáveis que envolvem os valores sociais, as condições econômicas e momentos históricos como elementos decisivos para explicar os processos de desenvolvimento individual e coletivo dessa síndrome.

Destaca-se como limitações deste estudo seu delineamento transversal, que não permitiu a análise de relações causais. Também se verificou baixa adesão dos docentes em participar da pesquisa, o que dificulta uma análise mais precisa da população.

Este estudo mostrou elevados graus de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional, verificando-se uma alta prevalência da síndrome de *burnout* entre os participantes. Apesar de o estudo retratar a realidade de uma instituição privada de ensino superior em uma região do país, acredita-se que as características essenciais do processo de trabalho da carreira docente são semelhantes em outras realidades nacionais.

Os resultados desse estudo também verificaram a importância das atividades de lazer como fatores de proteção para o adoecimento dos docentes, enfatizando a relevância em refletir sobre os potenciais estressores no ambiente laboral do professor. Sabe-se que a dinâmica do deste ambiente envolve o desenvolvimento de habilidades com-

plexas que podem conduzir o profissional ao adoecimento. Portanto, a tomada de decisão no âmbito das medidas preventivas e de promoção de saúde deve ser adotada.

Análises qualitativas deste fenômeno podem contribuir para o melhor entendimento dos fatores estressores, o que favorece o processo de compreensão e intervenção, bem como da organização do ambiente de trabalho, de forma que este possa ser fonte de saúde e bem-estar.

Evidencia-se dessa forma a necessidade de suporte para outras pesquisas sobre esse tema de tão importante repercussão social. Para saúde coletiva o tema é relevante no tocante à saúde do trabalhador, para reflexão e implementação de estratégias de cuidado nos ambientes laborais, sobretudo nos que envolvem os docentes dos cursos de saúde, tendo em vista o risco para o adoecimento ♦

## REFERÊNCIAS

- Silva JO da, Ferreira SKA, Silva SF, Bergamini GB, Samuelsson E, Joner C, et al. A correlação existente entre o estresse no ambiente de trabalho e doenças psicossomáticas. *Rev Cient Fac Educ e Meio Ambient*. 2017; 8(2):177-91. <https://doi.org/10.31072/rf.v8i2.552>.
- Llorent VJ, Ruiz-Calzado I. El Burnout y las variables sociodemográficas en los profesionales de la educación que trabajan con personas con discapacidad en Córdoba (España). *Ciênc Saúde Colet*. 2016; 21(10):3287-95. <https://doi.org/10.1590/1413-812320152110.00732015>.
- Brasil. Ministério da Previdência Social. 1º Boletim Quadrimestral sobre Benefícios por Incapacidade em 2017. Rio de Janeiro: Ministério da Previdência Social; 2017 [cited 2019 Sep 29]. <https://bit.ly/3haW2FT>.
- Schaufeli WB. Burnout: A short socio-cultural history. In: Neckel S, Schaffner A, Wagner G (eds), *Burnout, fatigue, exhaustion*. London: Palgrave Macmillan; 2017. p. 105-27.
- Maslach C, Leite MP. Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*. 2016; 15(2):103-11. <https://doi.org/10.1002%2Fwps.20311>.
- Rossi AM, Meurs JÁ, Perrewé PL. Stress e Qualidade de Vida no Trabalho - melhorando a saúde e o bem-estar dos funcionários. Barueri: Atlas; 2013.
- Molero PP, Ortega FZ, Jiménez JLU, Valero GG. Influence of emotional intelligence and burnout syndrome on teachers well-being: a systematic review. *Soc Sci*. 2019; 8(6):185. <https://doi.org/10.3390/socsci8060185>.
- Zhao X, Ding S. Phenomenology of burnout syndrome and connection thereof with coping strategies and defense mechanisms among university professors. *Eur J Invest Health Psychol Educ*. 2020; 10(1):82-93. <https://doi.org/10.3390/ejihpe10010008>.
- Aronsson G, Theorell T, Grape T, Hammarström A, Hogstedt C, Martensdottir I, et al. A systematic review including meta-analysis of work environment and burnout symptoms. *BMC Public Health*. 2017; 17(1):264. <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4153-7>.
- Anomneze EA, Ugwu DI, Enwereuzor IK, Ugwu LI. Teachers' Emotional Labour and Burnout: Does Perceived Organizational Support Matter? *Asi Soc Science*. 2016; 12(2):9-22. <https://doi.org/10.5539/ass.v12n2p9>.
- Tamayo MR, Tróccoli BT. Exaustão emocional: Relações com a percepção de suporte organizacional e com as estratégias de coping no trabalho. *Estud Psicol*. 2002; 7(1):37-42. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2002000100005>.
- Grunfeld E, Whelan TJ, Zitzelsberger L, Willan AR, Montesanto B, Evans WK. Cancer care workers in Ontario: prevalence of burnout, job stress and job satisfaction. *CMAJ*. 2000; 163(2):166-9.
- Araújo TM, Pinho PS, Masson MLV. Teachers' work and health in Brazil: thoughts on the history of research, strides, and challenges. *Cad Saúde Pública*. 2019; 35(Suppl 1):e00087318. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00087318>.
- Arvidsson I, Håkansson C, Karlson B, Björk J, Persson R. Burnout among Swedish school teachers - a cross-sectional analysis. *BMC Public Health*. 2016; 16(1):823. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3498-7>.
- Marchand A, Blanc M-E, Beauregard N. Do age and gender contribute to workers' burnout symptoms? *Occup Med (Lond)*. 2018; 68(6):405-11. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqy088>.
- Yang S, Liu D, Liu H, Zhang J, Duan Z. Relationship of work-family conflict, self-reported social support and job satisfaction to burnout syndrome among medical workers in southwest China: A cross-sectional study. *PLoS One*. 2017; 12(2):e0171679. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0171679>.
- Beschoner P, Braun M, Schönfeldt-Lecuona C, Freudenmann R W, von Wietersheim J. [Gender aspects in female and male physicians: occupational and psychosocial stress]. *Bundesgesundheitsblatt Gesundheitsforschung Gesundheitsschutz*. 2016; 59(10):1343-50. <https://doi.org/10.1007/s00103-016-2431-7>.
- Tavares GEB. Prática docente associada à síndrome de burnout [trabalho de graduação]. Cuiabá: Universidade Federal do Mato Grosso; 2018.
- Chatani Y, Nomura K, Horie S, Takemoto K, Takeuchi M, Sasamori Y, et al. Effects of gaps in priorities between ideal and real lives on psychological burnout among academic faculty members at a medical university in Japan: a cross-sectional study. *Environ Health Prev Med*. 2017; 22(1):22-32. <https://doi.org/10.1186/s12199-017-0626-7>.
- Massa LDB, Silva TSS, Sá ISVB, Barreto BCS, Almeida PHTQ, Pontes TB. Síndrome de Burnout em professores universitários. *Rev Ter Ocup Univ São Paulo [Internet]*. 2016 [cited 2021 Oct 2]; 27(2):180-9. <https://bit.ly/3fxVVRU>.
- Arborelius L, Rudman A, Gustavsson P. Will an early episode of career burnout have long term consequences on cognitive functions, emotions and depressive symptoms? A longitudinal study among newly graduated nurses. 2017.
- Lourenço VP. Absenteísmo, presenteísmo, síndrome de Burnout, liderança ética e estratégias de enfrentamento em professores no Distrito Federal [tese de maestria]. Brasília: Centro Universitário de Brasília; 2016.
- Pereira RC, Ribeiro LAC, Reis EF, Fernandes PS. Síndrome de Burnout em professores de medicina: revisão sistemática. *Revista EDaPECI [Internet]*. 2018 [cited 2021 Oct 3]; 18(3):115-26. <https://bit.ly/3NxHRa2>.
- Grover S, Sahoo S, Bhalla A, Avasthi A. Psychological problems and burnout among medical professionals of a tertiary care hospital of North India: A cross-sectional study. *Indian J Psychiatry*. 2018; 60(2):175-88. [http://dx.doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry\\_254\\_17](http://dx.doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_254_17).
- Cândido J, Souza LR. Síndrome de burnout: as novas formas de trabalho que adoecem. *Psicologia.pt [Internet]*. 2016 [cited 2021 Oct 3]. <https://bit.ly/2nmN2Cl>.
- Chemiss C. Beyond burnout: Helping teachers, nurses, therapists and lawyers recover from stress and disillusionment. London: Routledge; 2016.
- Moueleu Ngalagou PT, Assomo Ndemba PB, Owana Manga LJ, Bangda Ekanga Y, Guessogo WR, Ayina Ayina CN, et al. Syndrome du burnout chez le personnel soignant paramédical au Cameroun: impact des activités physiques et sportives et des loisirs. *Arch des Mal Prof et de l'Environnement*. 2018; 79(1):55-63. <https://doi.org/10.1016/j.admp.2017.10.006>.
- Maciel RH, Martins JCO, Pimentel FHP, Pinheiro AAG. Leisure experience as prevention for Burnout syndrome. *Psic ver [Internet]*. 2015 [cited 2021 Oct 3]; 24(2):311-26. <https://bit.ly/3UIJfVh>.
- Sonnentag S, Arbeus H, Mahn C, Fritz C. Exhaustion and lack of psychological detachment from work during off-job time: moderator effects of time pressure and leisure experiences. *J Occup Health Psychol*. 2014; 19(2):206-16. <https://doi.org/10.1037/a0035760>.
- Lemes V, Fochesatto GF, Vian F, Mello JHP, Caporal GC, Moreira RB, et al. Efeitos da educação física sobre indicadores de saúde cardiometabólica

- em jovens e adultos com diferentes ocorrências de estresse. *Revista Ciência e Conhecimento*. 2017; 2177(3483):47.
31. Gerber M, Brand S, Elliot C, Holsboer-Trachsler E, Pühse U, Beck J. Aerobic exercise training and burnout: a pilot study with male participants suffering from burnout. *BMC Res Notes*. 2013; 6:78. <https://doi.org/10.1186/1756-0500-6-78>.
32. Zomer FB, Gomes KM. Síndrome de burnout e estratégias de enfrentamento em profissionais de saúde: uma revisão não sistemática. *Revista de Iniciação Científica [Internet]*. 2017 [cited 2021 Oct 3]; 15(1):55-68. <https://bit.ly/3U9U9rN>.
33. Koutsimani P, Montgomery A, Georganta K. The relationship between burnout, depression, and anxiety: A systematic review and meta-analysis. *Front Psychol*. 2019; 10:284. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00284>.
34. Reis ACBP, Cardoso CQ, Arataque GP, Bernardes RR, Souza VCR, Schoepfer YD, et al. Avaliação dos principais sintomas na detecção precoce da síndrome de burnout em professores. *CIPEEX [Internet]*. 2018 [cited 2021 Oct 3]; 2:1127-37. <https://bit.ly/3NzZuGq>.