

BURNOUT ENTRE PROFESSORES DE UMA ESCOLA PÚBLICA DO ESPÍRITO SANTO: UM ESTUDO TRANSVERSAL

Sthefany Brito Salomão, Ana Clara Garcia Marton, Yohan Cancellieri Mazzini, Bruna Lopes Antonucci, Kimberly Domingos Schneider, Kérlin Stancine Santos Rocha, Dyego Carlos Souza Anacleto de Araújo.

Universidade Federal do Espírito Santo/Laboratório de Inovação para o Cuidado em Saúde,
Avenida Marechal Campos, 1468, Maruípe - 29047-105 - Vitória- ES, Brasil,
sthefany.salomao@edu.ufes.br, anacmarton@yahoo.com.br, yohan.mazzini@edu.ufes.br,
bruna.antonucci@edu.ufes.br, kimberly.schneider@edu.ufes.br, kerilin.rocha@ufes.br,
dyego.araujo@ufes.br.

Resumo

Este estudo transversal investigou a ocorrência de *burnout* entre professores de uma escola estadual em Vitória-ES. A pesquisa, que integra o projeto “Transtornos mentais em professores da rede estadual de ensino: inquérito de base populacional”, incluiu 36 professores e utilizou questionários para coletar dados sociodemográficos, laborais e medidas de *burnout*. A ocorrência de *burnout* encontrada foi de 52,8%. A análise estatística não revelou associações significativas entre *burnout* e variáveis como identidade de gênero, orientação sexual, cor da pele, estado civil, renda familiar, vínculo empregatício e carga horária. Os resultados indicam um alto nível de *burnout* entre os professores, sem associações estatisticamente significativas com as variáveis estudadas, evidenciando a necessidade urgente de intervenções focadas na saúde mental desses profissionais. Melhorias nas condições de trabalho, segurança no emprego e acesso a cuidados de saúde são medidas essenciais para mitigar o alto nível de esgotamento identificado.

Palavras-chave: Saúde Mental. Professores. Esgotamento Profissional.

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde – Farmácia.

Introdução

A síndrome de burnout, ou esgotamento profissional, é um fenômeno ocupacional caracterizado por exaustão emocional prolongada, decorrente do estresse crônico e da pressão no ambiente de trabalho (Diehl; Carlotto, 2015). Atualmente, essa condição tem sido uma das principais comorbidades relacionadas ao trabalho, levando a uma redução significativa na qualidade de vida e na saúde dos profissionais (Fu *et al.*, 2017). Os sintomas da síndrome de burnout incluem sensação de fadiga persistente, falta de energia, desmotivação e desenvolvimento de atitudes negativas em relação ao trabalho, culminando em insatisfação no contexto profissional e impactando negativamente as relações interpessoais (Perniciotti *et al.*, 2020). Além disso, as pessoas afetadas pela síndrome podem experimentar diversas condições, como estresse, insônia, depressão, sentimentos de isolamento e comportamentos antissociais (Montero-Marín, 2016; Aerosa; Queirós, 2020).

Essa condição afeta especialmente os profissionais que lidam diretamente com pessoas, como os professores, e está intimamente relacionada a ambientes promotores de estresse, frustração e pressão constantes (Schuster; Dias, 2018; Sokacheski, 2021). Como agentes formadores, os professores carregam múltiplas responsabilidades e expectativas, o que aumenta a carga emocional e psicológica do trabalho docente (Marwat *et al.*, 2012; Mariani; Piccini; Melchiori, 2020). Ademais, a pressão por resultados, a escassez de recursos, o aumento das demandas administrativas e a falta de reconhecimento financeiro e social levam muitos professores a experimentar sentimentos de desvalorização e exaustão (OECD, 2014; Forattini; Lucena, 2015; De Nobile, 2016; Carroll *et al.*, 2021). Por tudo isso, essa classe profissional está cada vez mais adoecida, o que afeta não apenas o próprio bem-estar, mas também a qualidade do ensino e o ambiente escolar (Carlotto; Câmara, 2015).

A prevalência de burnout entre professores varia de 2,81% a 70,9%, com uma mediana de 28,8%, estimando-se que entre 18,3% e 34,9% dos professores possam estar em risco ou ameaçados pela síndrome de esgotamento (Agyapong *et al.*, 2022). Santiago e colaboradores (2023) realizaram uma

revisão sistemática que avaliou o impacto da pandemia de Covid-19 no desenvolvimento de transtornos mentais e da síndrome de burnout entre professores, evidenciando taxas de prevalência entre 50% e 83% e uma associação significativa entre o contexto de trabalho durante a pandemia e o aumento da prevalência da síndrome. No contexto brasileiro, as investigações sobre a prevalência de *burnout* entre professores têm crescido (Silva *et al.*, 2018; Sokacheski, 2021), entretanto, no estado do Espírito Santo, a produção ainda é escassa. Diante disso, este trabalho teve como objetivo avaliar a ocorrência da síndrome de *burnout* entre professores de uma escola estadual localizada no município de Vitória-ES.

Metodologia

Este estudo faz parte do projeto de pesquisa intitulado “Transtornos mentais em professores da rede estadual de ensino: inquérito de base populacional”, que visa avaliar a qualidade da saúde mental dos professores estaduais. Trata-se de um estudo piloto, de delineamento transversal, realizado na Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio Elza Lemos Andreatta, localizada no bairro Ilha das Caieiras, região noroeste da cidade de Vitória-ES.

Participaram do estudo professores em efetivo exercício, sendo excluídos aqueles desviados de suas funções docentes. Dois pesquisadores treinados realizaram a apresentação do projeto para a sensibilização dos participantes, o convite para a participação, bem como a entrega do questionário de pesquisa e do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). A coleta de dados ocorreu nos meses de outubro e novembro de 2023.

O questionário de pesquisa continha duas seções. A primeira apresentava questões referentes aos dados sociodemográficos e laborais: informações sobre identidade de gênero, orientação sexual, idade, estado civil, cor da pele autorreferida, renda familiar, situação conjugal, escolaridade, número de filhos, vínculo com a escola, tempo de trabalho na docência, carga horária semanal, exercício de outras atividades além da docência e satisfação com o trabalho. A segunda seção incluía a versão brasileira da escala Oldenburg Burnout Inventory (OLBI). Essa escala, validada para o português do Brasil, avalia o índice de burnout por meio de treze questões. As perguntas são mensuradas em uma escala Likert de 4 pontos, variando de 1 (discordo plenamente) a 4 (concordo plenamente), e estão organizadas em duas dimensões: exaustão emocional (seis questões) e despersonalização (sete questões). Para a classificação do burnout, utilizou-se um ponto de corte definido pela média dos escores dos domínios de exaustão emocional e despersonalização, somado a um desvio padrão dos respectivos domínios. Um valor superior a esse ponto de corte em qualquer um dos domínios é considerado indicativo de burnout (Schuster; Dias, 2018).

Os dados coletados foram tabulados utilizando o software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). Foram aplicadas estatísticas descritivas com frequências absolutas e relativas para variáveis categóricas, e médias e desvios padrão para variáveis contínuas. A associação entre burnout e as variáveis categóricas foi avaliada utilizando o teste do qui-quadrado, enquanto a diferença de médias para variáveis contínuas foi analisada por meio do teste t.

O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Espírito Santo (CEP/CCS/UFES) sob CAAE: 70203023.4.0000.5060. Todos os participantes foram informados sobre os objetivos e a natureza voluntária da pesquisa, assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), em conformidade com a Resolução CNS nº 466/12 (Brasil, 2012).

Resultados

Participaram do estudo 36 professores cujos principais dados sociodemográficos estão expressos na Tabela 1.

Tabela 1 – Dados sociodemográficos e comparação da presença de *Burnout* entre grupos

Grupos	n		%	χ ²	Valores estatísticos
	Não Possui Burnout	Possui Burnout			
Identidade de gênero					

Tabela 1 – Dados sociodemográficos e comparação da presença de *Burnout* entre grupos

Grupos	n		%	χ^2	Valores estatísticos
	Não Possui Burnout	Possui Burnout			
Homem cisgênero	7	6	37,1	0,55	p = 0.46
Mulher cisgênero	9	13	62,9		
Orientação sexual					
Heterossexual	14	16	83,3	0,02	p = 0.88
Minorias sexuais*	3	3	16,7		
Cor					
Branco	8	11	54,3	0,22	p = 0.64
Não branco**	8	8	45,7		
Situação conjugal					
Solteiro	9	6	41,7	1,68	p = 0.19
Possui parceiro	8	13	58,3		
Renda familiar					
Até 5 salários mínimos	11	11	68,8	0,28	p = 0.60
Maior que 5 salários mínimos	4	6	31,2		
Vínculo empregatício					
Efetivo	5	5	27,8	0,04	p = 0.83
Temporário	12	14	72,2		
Satisfação com o trabalho					
Insatisfeito	13	9	61,1	3,20	p = 0.07
Satisfeito	4	10	38,9		
Possui outro trabalho					
Não	7	12	54,3	2,29	p = 0.13
Sim	10	6	45,7		
Possui plano de saúde					
Sim	5	11	44,4	2,95	p = 0.09
Não	12	8	55,6		

*Minorias sexuais: homossexuais, bissexuais, assexuais, pansexuais e outros.

**Não brancos: pretos, pardos, amarelos e indígenas.

Fonte: Os autores.

A ocorrência de *burnout* entre os professores na escola foi de 52,8% (n=19). O teste qui-quadrado não encontrou associação estatisticamente significativa entre a presença de *burnout* e as variáveis sociodemográficas e ocupacionais. O teste t para amostras independentes não revelou diferença

significativa nas médias de carga horária semanal ($p=0,48$) e tempo de carreira ($p=0,92$) entre os grupos com e sem *burnout* (Tabela 1).

Discussão

Os resultados desta pesquisa revelaram uma ocorrência significativa de *burnout* na amostra, o que destaca um problema crítico de saúde mental entre os educadores. Agyapong *et al.* (2022) encontraram prevalência de *burnout* variando entre 2,81% e 70,9% em uma revisão de escopo que avaliou setenta artigos. No que se refere às características laborais, os participantes apresentavam fatores que podem predispor ao *burnout*, como uma alta taxa de vínculo empregatício temporário, o que pode contribuir para insegurança laboral e estresse. Além disso, a maioria dos professores não possui plano de saúde, o que pode indicar uma vulnerabilidade adicional no acesso a cuidados de saúde.

Este estudo não encontrou associação estatisticamente significativa entre *burnout* e diversas variáveis sociodemográficas, como identidade de gênero, orientação sexual, cor da pele, estado civil, ter filhos, renda familiar, vínculo empregatício, titulação acadêmica, carga horária semanal, tempo de carreira, possuir outro emprego e ter plano de saúde. No entanto, uma revisão da literatura identificou essas mesmas variáveis como fatores associados ao *burnout* entre professores (Patrício; Dantas; Barros, 2020). Contrariando os achados deste estudo, Ribeiro, Martins e Dalri (2020) relataram que as pontuações de *burnout* variaram significativamente em função do tempo de serviço, da experiência de ensino, do tipo de contrato de trabalho e da carga horária semanal dos professores.

A ausência de associação com fatores conhecidos por sua relação com o *burnout* pode ser atribuída às limitações amostrais deste estudo, que resultaram em baixa representatividade estatística da população analisada. Isso é particularmente importante, considerando que este é um estudo piloto, o que restringe o poder estatístico para detectar associações robustas. O tamanho reduzido da amostra e a heterogeneidade limitada entre os participantes podem ter contribuído para a falta de significância estatística. Futuros estudos com amostras maiores e mais diversificadas são necessários para confirmar ou refutar esses achados.

Conclusão

A prevalência de *burnout* entre os professores foi elevada, sem que variáveis sociodemográficas e ocupacionais tenham se mostrado significativamente associadas à síndrome. Esses resultados destacam a urgente necessidade de intervenções voltadas à saúde mental dos professores, com ênfase no manejo do *burnout*. Implementar programas de apoio psicológico, melhorar as condições de trabalho, garantir maior segurança no emprego e ampliar o acesso a planos de saúde são medidas essenciais para mitigar o alto nível de esgotamento identificado.

Referências

- AEROSA, J.; QUEIRÓS, C. *Burnout*: uma patologia social reconfigurada na era COVID-19? **International Journal on Working Conditions**. 2020. ISSN: 2182-9535.
- AGYAPONG, B. *et al.* Stress, *burnout*, anxiety and depression among teachers: A scoping review. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 19, n. 17, p. 10706, 2022.
- BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Brasília, 2012.
- CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Prevalence and risk factors of common mental disorders among teachers. **Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones**, v. 31, n. 3, p. 201-206, 2015.
- CARROLL, A. *et al.* In their words: listening to teachers' perceptions about stress in the workplace and how to address it. **Asia-Pacific Journal of Teacher Education**, v. 49, n. 4, p. 420-434, 2021.
- DE NOBILE, J. Organizational communication and its relationships with occupational stress of primary school staff in Western Australia. **The Australian Educational Researcher**, v. 43, p. 185-201, 2016.

DIEHL, L.; CARLOTTO, M. S. Síndrome de *Burnout*: indicadores para a construção de um diagnóstico. Rio de Janeiro: **Psicologia Clínica**, v. 27, n. 2, p. 161-179, 2015.

FORATTINI, C. D.; LUCENA, C. A. Adoecimento e sofrimento docente na perspectiva da precarização do trabalho. **Laplage em Revista**, v. 1, n. 2, p. 32-47, 2015.

FU, A. *et al.* A Mental Health Survey of Different Ethnic and Occupational Groups in Xinjiang, China. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 14, n. 46, 2017.

MARIANI, A. M.; PICECI, L.I.; MELCHIORI, F. M. Protective factors for teachers' work stress: psychoeducational programs based on self-efficacy and hope to reinforce personal resources. **Italian Journal of Educational Research**, n. 25, p. 127-136, 2020.

MARWAT, A. K. *et al.* Teachers' stress, performance & resources: the moderating effects of resources on stress & performance. **International Review of Social Sciences and Humanities**, v. 2, n. 2, p. 21-29, 2012.

MONTERO-MARÍN, J. El síndrome de *burnout* y sus diferentes manifestaciones clínicas: una propuesta para la intervención. **Anestesia Analgesia Reanimación**, v. 29, n. 1, p. 4-4, 2016.

OLIVEIRA, M. T. B. *et al.* Síndrome de *Burnout* em professores universitários: revisão integrativa da literatura. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 12, n. 9, p. e3688, 30 jul. 2020.

ORGANIZATION FOR ECONOMIC CO-OPERATION AND DEVELOPMENT (OECD). TALIS 2013 results: An international perspective on teaching and learning. OECD, 2014.

PATRÍCIO, D. R.; R. R. DANTAS; BARROS, A. O. A. Fatores associados à síndrome de *burnout*: uma revisão sistemática da literatura. **Revista interdisciplinar em saúde**, v. 7, n. Único, p. 62–79, 2020.

PERNICIOTTI, P. *et al.* Síndrome de *Burnout* nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. **Rev. SBPH**, v. 23, n. 1, São Paulo, jan.jun. 2020.

RIBEIRO, B. M. S. S.; MARTINS, J. T.; DALRI, R. C. M. B. Burnout syndrome in primary and secondary school teachers in southern Brazil. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 18, n. 3, 2021.

SANTIAGO, I. S. D. *et al.* The Impact of the COVID-19 Pandemic on the Mental Health of Teachers and Its Possible Risk Factors: A Systematic Review. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 20, n. 3, 2023.

SCHUSTER, M. S.; DIAS, V. V. *Oldenburg Burnout Inventory* - validação de uma nova forma de mensurar *Burnout* no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, n. 2, p. 553–562, fev. 2018.

SILVA, J. L. L. *et al.* Prevalência da síndrome de Burnout entre professores da Escola Estadual em Niterói, Brasil. **Enfermería Actual de Costa Rica**, San José, n. 34, p. 14-25, jun. 2018.

SOKACHESKI, M. F. **Síndrome de *Burnout* em professores no Brasil: uma revisão narrativa.** Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) - Biologia, Centro de Ciências Biológicas, Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, p. 43. 2021.