



Síndrome do Esgotamento Profissional em Professores do Curso de Educação Física

Ana Flavia Muniz Vieira, Maria de Fatima de Matos Maia, Celina Aparecida Gonçalves Lima, Jaime Tolentino Miranda Neto, Berenilde Valeria de Oliveira Sousa, Francielly Oliveira de Sá, Hugo Leonardo da Silva Pereira

Introdução

A Síndrome de Burnout em professores é conhecida como uma exaustão física e emocional que começa com um sentimento de desconforto e pouco a pouco aumenta à medida que a vontade de lecionar gradualmente diminui. Geralmente se reconhece pela ausência de alguns fatores motivacionais: energia, alegria, entusiasmo, satisfação, interesse, vontade, sonhos para a vida, idéias, concentração, autoconfiança e humor [1].

De acordo com Maslach e Jackson [2] a Síndrome de Esgotamento Profissional (SEP) é constituída por três componentes, a exaustão emocional que se caracteriza por falta de energia e um sentimento de esgotamento de recursos; a despersonalização caracterizada por se tratar os clientes, colegas e a instituição como objetos e o ultimo componente que é a diminuição da realização pessoal no trabalho, sendo esta fase caracterizada como uma forma de se auto-avaliar de forma negativa.

Segundo Santini e Molina Neto [3] apesar dos professores de Educação Física se sentirem realizados com sua atividade social que consegue realizar em suas aulas, eles apresentam comportamentos de cansaço, sem vontade e motivação para ensinar e trabalhar, levando aos alunos a um baixo nível de ensino.

O presente estudo tem como objetivo verificar a síndrome do esgotamento profissional em professores universitários atuantes no curso de educação física de uma Universidade Pública do Norte de Minas Gerais.

Materiais e métodos

Esta pesquisa é parte do Projeto Síndrome do Esgotamento Profissional: um estudo com professores do ensino básico e do ensino superior. Este é um estudo descritivo, quantitativo e de corte transversal. A população em estudo foi composta por 50 professores da Universidade Estadual de Montes Claros - Unimontes.

A amostra desse estudo foi composta por 25 professores de educação física da Unimontes, sendo 15 (60,0 %) do sexo masculino e 10 (40,0 %) do feminino, com idade entre 20 e 66 anos.

O projeto da pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Montes Claros (UNIMONTES) através do Parecer Consubstanciado nº 152.343 em 23 de novembro de 2012. Nos procedimentos para a coleta dos dados foi necessário a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido em Pesquisa (TCLEP). A todos que participaram foi garantido o sigilo quanto à sua participação e assegurado que os dados seriam utilizados somente para fins da investigação e com uma avaliação do grupo.

Para a coleta de dados utilizou-se um questionário estruturado e um Questionário Preliminar de Identificação do Burnout, (Síndrome do Esgotamento Profissional) MBI-ED *Maslach Burnout Inventory* para educadores. Foi traduzido para o Brasil por Maslach e Jackson [4] e elaborado e adaptado por Jbeili em 2008, que decorre sobre a instalação do Burnout no indivíduo através do escore obtido ao final do questionário respondido pelo docente. É utilizado para aferir o grau de incidência da síndrome nos participantes. Este questionário é uma Escala Lickert composto por 20 perguntas que avaliam índices da SEP/ Burnout com cinco opções de resposta, referentes à: 1 para “Nunca”, 2 para “Anualmente”, 3 para “Mensalmente”, 4 para “Semanalmente”, 5 para “Diariamente”. Os indivíduos respondem a perguntas relacionadas às características psicofísicas em relação ao trabalho. A pontuação total do questionário é o resultado da soma dos pontos da frequência, respondidas nas dimensões do construto, podendo ser: 0 a 20 pontos (não há síndrome), de 21 a 40 pontos, fase 1(há possibilidade de desenvolver a doença), de 41 a 60 pontos, fase 2(fase inicial da doença), de 61 a 80 pontos, fase 3(a síndrome começa a se instalar no indivíduo, sendo necessária a ajuda de um profissional para evitar um futuro agravamento da doença), de 81 a 100 pontos, fase 4(fase considerável, sendo possível sua reversibilidade, através de um tratamento realizado o quanto antes).

Os procedimentos utilizados para a análise estatística foram os recursos da estatística descritiva com frequência simples e porcentagem. Utilizou-se o pacote estatístico *Statistical Package for the Social Science* (SPSS), versão 20.0.

Resultados e Discussão

A tabela 1 apresenta a descrição da amostra, sendo que predomina a idade de 40 a 49 anos (56,0%), estado conjugal, casado (64,0%), com mestrado(44,0%), tempo de atuação na área, acima de 10 anos (88,0%), trabalha em outro local(64,0%), jornada semanal, 40 horas ou mais (72,0%), não possui doença(88,0%) e religioso(92,0%).

Quanto à síndrome de esgotamento profissional (SEP), já se encontram na fase inicial da síndrome (44,0%) dos professores, (36,0%) têm a possibilidade de se instalar a doença e (16,0%) a síndrome começa a se instalar.

Para Benevides-Pereira [5] conforme avança a idade o professor adquire maior experiência em sua profissão, maior segurança e confiança nas tarefas ministradas e menor vulnerabilidade a tensão laboral. A pouca experiência no trabalho ocasiona insegurança ou ao choque diante da realidade do trabalho levando a apresentarem maiores chances de desenvolver a doença. Para Codo e Vasquez-Menezes [6] a síndrome atinge os valores mais elevados entre 10 e 15 anos de experiência na função docente, decrescendo posteriormente, sendo que esta começa a se manifestar nos primeiros anos de trabalho profissional, podendo, entretanto, vir a exteriorizar-se mais adiante.

Em relação ao estado civil não existe concordância na literatura, Benevides-Pereira [5] trazem autores que atribuem ao casamento uma menor propensão ao Burnout e ao Estresse, enquanto outros autores afirmam não haver correlações entre a doença e o estado civil. Quanto ao nível educacional, Benevides-Pereira [5] afirma que quanto maior o nível educacional, maior é a propensão para o Burnout, devido às responsabilidades impostas, expectativas e a realização profissional.

Em relação ao gênero, os estudos de Maslach e Jackson [2] apresentam resultados em que mostra que as mulheres toleram melhor do que os homens as situações conflitivas no trabalho, ou seja, a síndrome em mulheres é relacionada a sua própria falta de competência, tempo livre e reconhecimento social, já nos professores homens a síndrome é resultado da conduta dos alunos e ao marco estritamente laboral.

A jornada semanal está diretamente acoplada à sobrecarga de trabalho, sendo a sobrecarga é uma das variáveis mais predisponentes ao Burnout, tal sobrecarga esta relacionada tanto a quantidade quanto a qualidade de demandas, ultrapassando a capacidade de desempenho, seja por causas técnicas, tempo, ou infra estrutura organizacional [7].

Jiménez, Gutiérrez, Hernandez [8] cita alguns conflitos causadores da Síndrome de Esgotamento Profissional em professores, sendo estes os principais: a tentativa de solucionar problemas disciplinares dos alunos quando estes não têm o apoio necessário dos pais ou superiores, a sobrecarga de trabalho (falta de tempo, excessivo trabalho administrativo, etc.), administração impassível no ambiente de trabalho, salários inadequados, falta de perspectivas de ascensão na carreira, isolamento em relação a outros adultos ou falta de uma rede social de apoio, são estes os fatores que têm se apresentado associados à síndrome.

Portanto, não é possível suprimir os fatores de estresse que intervêm na área de atuação do professor, mas é possível prevenir o estresse, através de propostas de prevenção possam melhorar as competências dos sujeitos para lidar com tais situações e reestruturar a gestão educativa em questão, o que torna a tarefa complexa e de longo prazo. Este é o grande desafio, pois não depende somente de um setor da comunidade educativa, mas, simultaneamente, do professor, da administração pública e da investigação educativa [2].

Considerações finais

Pelos resultados encontrados, percebe-se que existe uma alta prevalência da síndrome do esgotamento profissional nos professores já que 44% estão na fase inicial. Tal resultado pode ser em decorrência de que a maioria atua há mais de 10 anos na docência, trabalha em outros locais (dupla jornada) e possuem uma jornada semanal de mais de 40 horas semanais.

É necessário realizar mais estudos sobre esse tema, para compreender melhor suas causas, prováveis consequências e possíveis formas de prevenção, e transmitir as orientações aos professores, na tentativa de uma melhoria em seu desempenho profissional e em sua qualidade de vida.

Referências

- [1] BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. Burnout: Como o Trabalho Pode Levar ao Adoecimento. GEPEB – Grupo de Estudos e Pesquisas sobre Estresse e Burnout. Universidade Estadual de Maringá; Pontifícia Universidade Católica do Paraná; Universidade Autónoma de Madri, 2010.
- [2] MASLACH, C.; JACKSON, S.E. The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, New Jersey, v.2, p.99-113, 1981.
- [3] SANTINI, J.; MOLINA NETO, V. A síndrome do esgotamento profissional em professores de educação física: um estudo na rede municipal de ensino de Porto Alegre. *Rev. bras. Educ. Fis. Esp.*, São Paulo, v.19, n.3, p.209-22, jul./set. 2005.
- [4] MASLACH, C.; JACKSON, S. E. *Maslach Burnout Inventory*. Palo Alto, 2ª ed. CA: Consulting Psychologist Press. 1986.

- [5] BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. (Org.). Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.
- [6] CODO, W. ; VASQUES-MENEZES, I. O que é burnout? In: CODO, W. (Org.). Educação: carinho e trabalho. Petrópolis: Vozes, p.237-54, 1999.
- [7] VALÉRIO, F. J.; AMORIM, C.; MOSER, A. M. A Síndrome de Burnout em Professores de Educação Física. Revista de Psicologia da IMED, vol.1, n.1, p. 127-136, 2009
- [8] JIMÉNEZ, M. B., GUTIÉRREZ, J. L. G., HERNÁNDEZ, E. G. Burnout docente, sentido de la coherencia y salud. Revista de Psicopatología Clínica, (4), 3, p. 163 - 180. Faculdade de Psicologia. Universidade Autónoma de Madrid, s/d.

Tabela 1. Análise descritiva da amostra

Variável	n	%
Sexo		
Masculino	15	60,0
Feminino	10	40,0
Faixa etária		
20 a 29 anos	1	4,0
30 a 39 anos	8	32,0
40 a 49 anos	14	56,0
50 anos ou mais	22	8,0
Estado conjugal		
Casado	16	64,0
Solteiro	4	16,0
Outro	5	20,0
Formação		
Graduação	2	8,0
Especialização	9	36,0
Mestrado	11	44,0
Doutorado	3	12,0
Quanto tempo atua na área		
1 a 5 anos	1	4,0
6 a 10 anos	2	8,0
Acima de 10 anos	22	88,0
Trabalha em outro local		
Sim	16	64,0
Não	9	36,0
Jornada semanal		
20 horas	7	28,0
40 horas	8	32,0
60 horas	6	24,0
Acima de 60 horas	4	16,0
Possui algum tipo doença		
Sim	3	12,0
Não	22	88,0
É religioso		
Sim	23	92,0
Não	2	8,0
Síndrome de Esgotamento Profissional (SEP)		
Há possibilidade de desenvolver a síndrome	9	36,0
Fase inicial	11	44,0
Síndrome começa a se instalar	4	16,0
Possível reversibilidade com tratamento	1	4,0