

## FATORES PSICOSSOCIAIS E SÍNDROME DE *BURNOUT* EM PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA

Maira Cazeto Lopes de Souza <sup>1</sup>; Fábio Peron Carballo <sup>1</sup>; Sérgio Roberto de Lucca <sup>1</sup>

### RESUMO

A Síndrome de *Burnout* (SB) é uma doença resultante de estresse crônico no trabalho que acomete trabalhadores de diferentes áreas, inclusive professores. Este é um estudo de revisão sistemática com objetivo de verificar a associação entre os fatores psicossociais do trabalho (FPT), as características individuais e a SB em professores da rede de Educação Básica. Foram analisados artigos das bases de dados PubMed, Scielo e Periódicos Capes, publicados entre 2014 e 2018, e que utilizaram o *Maslach Burnout Inventory* na avaliação de SB. Os resultados evidenciaram prevalência variável de SB entre os docentes. Além dos problemas de infraestrutura, as elevadas demandas de trabalho, a falta de autonomia, a qualidade ruim dos relacionamentos e a violência física e psicológica vivenciada nas escolas foram os principais fatores de risco para a SB. Sugere-se considerar os fatores psicossociais e organizacionais do trabalho nas ações de prevenção da Síndrome de *Burnout*.

**Palavras-chave:** burnout; professores; educação básica.

### Psychosocial factors and Burnout Syndrome in Basic Education teachers

#### ABSTRACT

Burnout Syndrome is a disease resulting from chronic stress at work that affects workers from different areas, including teachers. This is a systematic review study with the objective of verifying the association between psychosocial factors at work (PFW) and burnout in basic school teachers. Articles from the PubMed, Scielo and Capes Journals databases, published between 2014 and 2018, that used the *Maslach Burnout Inventory* in the burnout evaluation were analyzed. The results showed a variable prevalence of burnout among teachers. In addition to infrastructure problems, high work demands, lack of autonomy, poor quality of relationships and physical and psychological violence experienced in schools were the main risk factors for burnout. It is suggested to consider the psychosocial and organizational factors of work in the prevention actions of Burnout Syndrome.

**Key words:** burnout; teachers; basic school.

### Factores psicossociales y síndrome de burnout en profesores de la enseñanza básica

#### RESUMEN

La Síndrome de *Burnout* (SB) es una enfermedad resultante de estrés crónico en el trabajo que acomete trabajadores de distintas áreas, incluso profesores. Este es un estudio de revisión sistemática con objetivo de verificar la asociación entre los factores psicossociales del trabajo (FPT), las características individuales y la SB en profesores de la red básica de enseñanza. Se analizaron artículos de las bases de datos PubMed, Scielo y Periódicos Capes, publicados entre 2014 y 2018, y que utilizaron el *Maslach Burnout Inventory* en la evaluación de SB. Los resultados evidenciaron prevalencia variable de SB entre los docentes. Además de los problemas de infraestructura, las elevadas demandas de trabajo, la falta de autonomía, la mala calidad de los relacionamientos y la violencia física y psicológica, vivenciados en las escuelas fueron los principales factores de riesgo para la SB. Se sugiere considerar los factores psicossociales y organizacionales del trabajo en las acciones de prevención de la Síndrome de *Burnout*.

**Palabras clave:** burnout; profesores; enseñanza básica.

<sup>1</sup> Universidade Estadual de Campinas – Campinas – SP– Brasil; mairamovimental@gmail.com; peronmg@hotmail.com; slucca@unicamp.br

## INTRODUÇÃO

De acordo com a literatura, as novas tecnologias de informação, as mudanças organizacionais, os modelos de gestão e os fatores psicossociais no trabalho (FPT) estão associados ao estresse laboral vivenciado pelos trabalhadores. O estresse crônico no trabalho contribui para o adoecimento físico e mental de trabalhadores de diversas áreas, inclusive dos professores, cujo segmento possui elevados índices de afastamentos por transtornos mentais como primeira causa de adoecimento associado ao trabalho (Carlotto, da Silva Dias, Batista, & Diehl, 2015; Cericato, 2017).

A partir da década de 90, o Brasil passou por reformas educacionais e maior autonomia pedagógica, administrativa e financeira nas escolas. Entre os aspectos organizacionais e de gestão das escolas destacam-se a adoção de critérios de excelência, eficácia e produtividade. Entretanto, as cobranças de desempenho e o elevado número de alunos por sala de aula também contribuíram para a sobrecarga de trabalho dos professores (Batista et al., 2016).

Por outro lado, ampliaram-se as atividades dos professores quanto à responsabilidade e diversidade, transformando sua atuação em mais técnica e administrativa do que profissional. Além disso, as expectativas da sociedade e as cobranças das instituições, dos pais de alunos e deles próprios fizeram dos docentes reféns e vítimas de enorme sobrecarga psicológica e, muitas vezes, adoecimento físico e mental (Diehl & Marin, 2016).

As mudanças na organização do trabalho, o excesso de tarefas, o aumento no número de alunos por sala, a polivalência, o comportamento inadequado/ indisciplinado dos alunos, as más condições de trabalho, a falta de autonomia para resolver problemas institucionais e a falta de reconhecimento são alguns dos fatores psicossociais do trabalho da docência que contribuem para o adoecimento e o afastamento do trabalho dessa categoria profissional (Carballo, 2017; Desouky & Allam, 2017; Lima & Morais, 2018).

Os transtornos mentais comuns, incluindo depressão e a ansiedade, são as principais causas de afastamentos do trabalho dos professores (Desouky & Allam, 2017; Tostes, Albuquerque, Silva, & Petterle, 2018). Entre os transtornos mentais relacionados ao trabalho, a literatura aponta a associação entre os fatores psicossociais do trabalho e estresse laboral crônico no desencadeamento da Síndrome de *Burnout* (SB) (Maslach & Jackson, 1981; Esteves-Ferreira, Santos, & Rigolon, 2014; Dalcin & Carlotto, 2018).

A SB é um fenômeno psicossocial, composto por um conjunto de sintomas físicos e psíquicos, em resposta aos estressores crônicos no trabalho e caracterizada por três dimensões: exaustão emocional (EE), manifestada por sintomas de falta de energia e sentimento de esgotamento emocional; despersonalização (DE), quando ocorre distanciamento afetivo dos alunos ou pacientes

e colegas de trabalho e baixa realização profissional (RP), evidenciado pelo comportamento de baixa autoestima na competência profissional e tendência ao isolamento social. A Síndrome é mais prevalente nos profissionais que lidam com pessoas, entre eles as áreas da educação e saúde (Freudenberger, 1974; Maslach & Jackson, 1981; Esteves-Ferreira et al., 2014; Carlotto & Câmara, 2017).

Com relação aos professores, os estudos apontam o crescimento da prevalência de *burnout* em todos os níveis de ensino e sua associação com os FPT e estresse laboral. (Carvalho & Santos, 2016; Carlotto & Câmara, 2017).

A prevalência da SB entre os professores é muito variável porque existem vários instrumentos com critérios diferentes para conceituar o *burnout*. O *Maslach Burnout Inventory* MBI e o *MBI- Educators Survey* para professores são os instrumentos mais utilizados nos trabalhos de investigação científica (Maslach & Jackson, 1981; Maslach, Jackson, Leiter, Schaufeli, & Schwab, 1986). Este estudo utilizou como principal critério de inclusão a utilização do MBI e versão *Educators Survey* e o conceito de SB definido pelas autoras do instrumento: alta exaustão emocional, alta despersonalização e baixa realização profissional, concomitantemente.

A partir da revisão da literatura este estudo teve por objetivo verificar a prevalência da SB em professores da Educação Básica de ensino e as possíveis associações com os fatores psicossociais do trabalho e as características individuais dos docentes.

## MÉTODOS

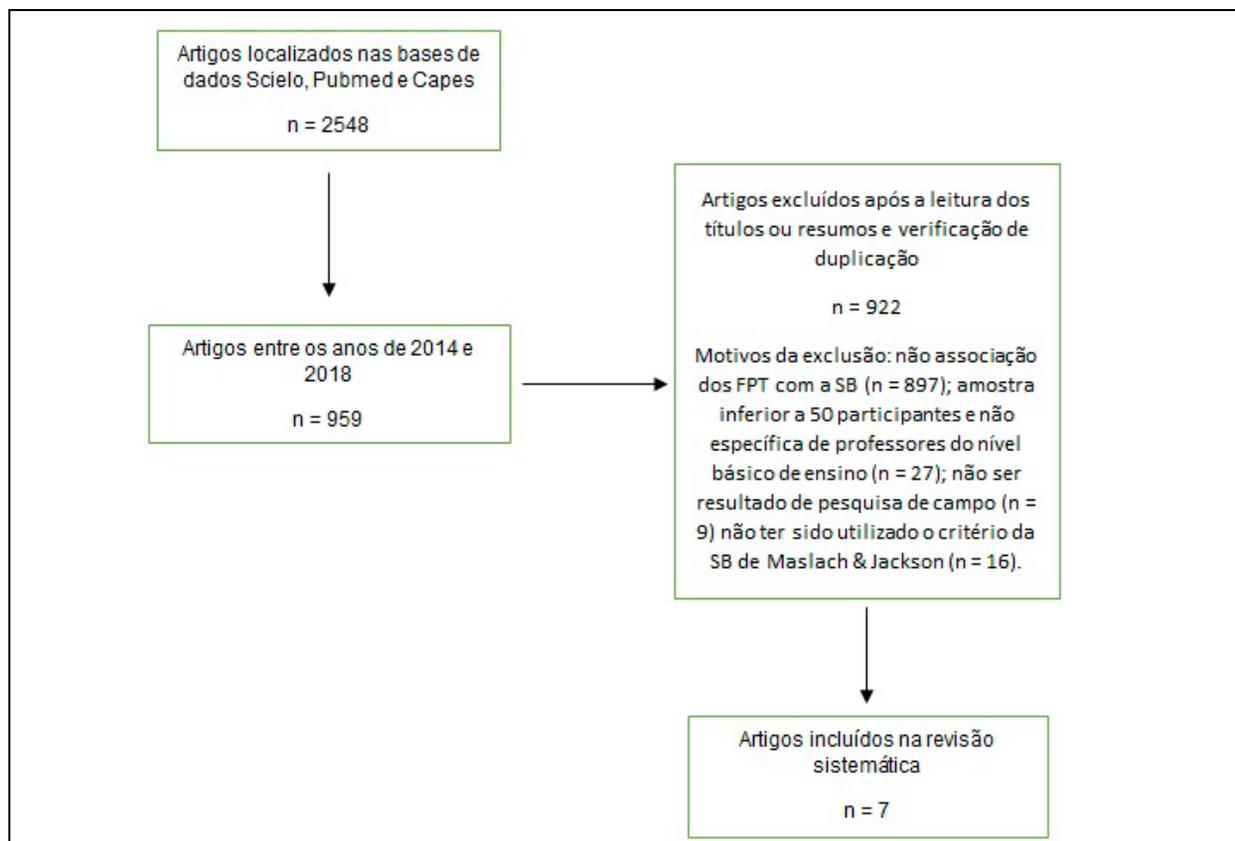
Realizou-se uma revisão sistemática da literatura, de acordo com os critérios PRISMA e os objetivos propostos quanto à prevalência de *burnout* e associações dos fatores psicossociais de risco e de proteção.

O processo para a seleção dos artigos obedeceu aos seguintes critérios: 1) seleção dos bancos de dados bases de buscas PubMed, Scielo e Periódicos Capes e dos descritores em português esgotamento profissional ou *burnout* e professores; estresse e professores e respectivos descritores na língua espanhola e inglesa, publicados no período de janeiro de 2014 a dezembro de 2018 ; 2) Seleção dos artigos dos banco de buscas, leitura dos títulos ou resumos e verificação de duplicação; 3) Exclusão de artigos duplicados, não ser resultado de pesquisa de campo, não utilização do instrumento MBI e do conceito da SB definido por Maslach e Jackson (1981), amostra inferior a 50 participantes e que não especificou a inclusão de professores do nível básico de ensino; 4) leitura dos artigos completos elegíveis e escolha dos estudos incluídos nas referências do presente estudo.

Dois pesquisadores independentes seguiram a busca dos estudos de acordo com os critérios previamente definidos. Um terceiro pesquisador arbitrou os artigos quando selecionado somente por um dos pesquisadores. Os artigos completos foram lidos pelos três pesquisadores.

A figura I representa o fluxograma ou percurso

Figura 1 Percurso Metodológico de Inclusão e Exclusão e Seleção dos Artigos Revisados



metodológico de inclusão ou exclusão e a identificação final dos estudos selecionados nesta revisão.

### RESULTADOS

Os resultados dos estudos selecionados na presente revisão totalizaram uma amostra de 5.361 professores de Ensino Médio e Fundamental. Houve a predominância dos professores do sexo feminino, com média de 72% da amostra, sendo que apenas o estudo de Bayani e Bagheri (2018) apresentou o número total de docentes homens maior que o de mulheres. A média de idade entre os professores foi de 42 anos (DP entre 7 e 9 anos). Todas as pesquisas apresentaram desenho transversal e a aplicação de formulário de autoperenchimento dos participantes, contendo informações biossociais e o *Maslach Burnout Inventory* (MBI).

Considerando-se que a Síndrome de *Burnout* é um desfecho final negativo para a saúde dos docentes é de fundamental importância identificar os fatores de risco, ou seja, as causas primárias de estresse no ambiente de trabalho das escolas e a situação de vulnerabilidade dos professores.

O quadro I evidencia os principais fatores psicossociais no trabalho, as condições de trabalho e algumas características individuais dos docentes e a associação dessas variáveis com a SB ou quais das dimensões (elevada Exaustão Emocional (EE), alta Despersonalização (DE) e baixa Realização Profissional (RP)) tiveram maior

prevalência.

Além dos dados acima, em três dos estudos revisados verificou-se que as amostras foram constituídas exclusivamente de professores de escolas públicas (Wang et al., 2015; Koga et al., 2015; Bernotaite & Malinauskiene, 2017). Em outro estudo, 81,8% da amostra foram de escolas públicas (Rey, Extremera, & Pena, 2016). Nos outros três estudos não foi possível obter essa informação (Skaalvik & Skaalvik, 2014; Szigeti, Balázs, Bikfalvi, & Urbán, 2017; Bayani & Bagheri, 2018).

No estudo de Koga et al. (2015) na dimensão EE, a idade não foi significativa; enquanto que na dimensão DE, os docentes com menos de 35 anos apresentaram prevalência quase duas vezes maior em relação aos mais velhos; já os professores nas faixas etárias com menos de 35 anos e de 35 até 44 anos apresentaram prevalência de cerca de três vezes maior do que os acima de 55 anos. Além disso, o estudo evidenciou que ter menos tempo de profissão se associou aos maiores índices da baixa realização profissional e que todos os fatores relacionados ao trabalho tiveram associação positiva com a SB, exceto o tempo de profissão e a carga horária semanal em sala.

Por outro lado, Bernotaite e Malinauskiene (2017) verificaram que as diferentes faixas etárias não influenciaram nos níveis de estresse dos professores da amostra estudada. Além disso, foi observado que

**Quadro 1:** Principais resultados e associações entre variáveis psicossociais e individuais dos docentes nos estudos revisados.

| <b>Autores</b>                             | <b>Tipo de Estudo</b> | <b>Amostra</b>   | <b>Resultados</b>   |
|--|-----------------------|--|---|
| Skaalvik e Skaalvik, 2014 (Noruega)        | Transversal           | 2.569 professores dos Ensinos Fundamental e Médio                                    | Houve associação positiva entre a auto eficácia (auto percepção de competência) e a percepção de autonomia dos professores com a RP, quando analisadas separadamente; a EE apresentou associação negativa com tais variáveis.   |
| Koga et al., 2015 (Brasil)                 | Transversal           | 804 professores de instituições públicas e privadas, dos Ensinos Fundamental e Médio | Houve associação positiva entre os piores níveis das três dimensões da SB com o fator relacionamento ruim/regular com os alunos; os fatores relacionamento ruim/regular com os pais e falta de tempo para a família ou lazer teve uma associação positiva significativa com EE e com a DE, a qual foi também associada positivamente com a violência física, quantidade de alunos considerada ruim/regular e infraestrutura ruim da escola e a baixa RP com a falta de oportunidade para expressar a opinião no trabalho.   |
| Wang et al., 2015 (China)                  | Transversal           | 559 professores de escolas primárias e secundárias                                   | Houve associação positiva entre o estresse laboral com a SB; 11,98% dos professores apresentaram EE e essa dimensão se associou positivamente com alta demanda de trabalho, alto comprometimento e baixa habilidade para resolver problemas; 5,5% apresentaram DE, que se associou à baixa recompensa (baixa autoestima, baixa remuneração, dificuldades de crescimento na carreira), baixa habilidade para resolver problemas, alto comprometimento e baixo suporte dos supervisores, 26,85% apresentaram baixa RP, que se associou ao baixo suporte dos colegas, baixa recompensa, baixa habilidade para resolver problemas, alta demanda de trabalho e conseqüentemente, tempo insuficiente com a família. |
| Rey, Extremera, e Pena, 2016 (Espanha)     | Transversal           | 489 professores da Educação Básica   | Houve associação positiva da EE e da DE ao estresse e à menor competência emocional. A RP se associou negativamente ao estresse. Concluiu-se que quanto menor a competência emocional do professor, maior o estresse, aumentando a chance do desenvolvimento da SB.   |
| Bernotaite e alinauskiene, 2017 (Lituânia) | Transversal           | 517 professores do Ensino Médio  | 25,6% da amostra apresentou EE, 33,7% baixa RP e estas duas dimensões se associaram positivamente ao fator estresse psicológico; 10,6% dos professores apresentaram DE. Houve correlação significativa entre assédio moral no trabalho e as dimensões exaustão emocional e despersonalização, porém com valores muito baixos. Quase metade dos entrevistados (47,4%) relatou tensão no trabalho e 59,6% baixo apoio social no trabalho.   |
| Szigeti et al., 2017 (Hungria)             | Transversal           | 211 professores da Educação Básica   | Houve associação positiva entre os sintomas de depressão e <i>burnout</i> no geral, porém não houve associação significativa específica entre uma das três dimensões e tais sintomas. Os índices das dimensões foram: 13% de EE, 11% de DE e 17% de baixa realização profissional.  |
| Bayani e Bagheri, 2018 (Irã)               | Transversal           | 212 professores da Educação Básica   | Houve associação positiva dos fatores individuais e organizacionais no trabalho com as três dimensões da SB (47% de EE, 28% de DE e 54% de baixa RP). A baixa eficácia se associou positivamente com a DE e baixa RP, a baixa autoestima com a EE, DE e baixa RP. A pesquisa sugeriu que a interação entre fatores psicossociais e organizacionais com as características individuais podem estar levando os professores ao desenvolvimento da SB.  |

Fonte: dados da pesquisa.

o estresse psicológico associado ao assédio moral no trabalho acometeu mais as docentes mulheres do que os homens. Outro aspecto verificado foi uma associação significativa entre o estresse psicológico e as situações de tensão no trabalho, baixo apoio social no trabalho e as três dimensões de *burnout* (EE, DE e baixa RP). Em todas as análises ajustadas foi encontrada associação significativa entre o assédio moral no trabalho e estresse psicológico.

No estudo de Szigeti et al. (2017) houve significativa associação dos sintomas de depressão com a SB e entre *burnout* e o sentimento de excessivo comprometimento dos professores.

Wang et al. (2015) demonstraram em seu estudo que as mulheres apresentaram maiores escores de EE em relação aos homens. Outro aspecto também observado, foi que os docentes que relataram ter companheiro/a apresentaram menores índices de EE ao serem comparados aos solteiros, divorciados e viúvos. Em relação à idade, verificou-se que entre 30 e 40 anos foi a faixa etária com escores mais elevados da EE. Quanto ao tempo de profissão, os professores que lecionam entre 10 e 20 anos e os que trabalham mais de 40 horas semanais foram os que apresentaram os níveis mais elevados de EE em comparação com as outras categorias. Foi ainda apontado que as altas demandas emocionais e de trabalho exigidas na profissão docente aumentam o risco de *burnout*.

Nos estudos de Skaalvik e Skaalvik (2014) e Rey et al. (2016) foram evidenciados que a percepção de competência emocional (autoeficácia) pode reduzir a percepção do estresse em professores, diminuindo a chance do desenvolvimento da SB, independentemente da idade, do sexo e dos níveis de ensino que atuam. Ainda no estudo de Rey et al. foi observado que os professores que relataram ter mais dificuldade em gerenciar as emoções ao lidar com situações de estresse tinham maiores chances de desenvolver sentimentos de esgotamento e maior distanciamento e cinismo (DE) em relação ao seu trabalho e aos alunos.

## DISCUSSÃO

A docência é permeada por situações que podem levar à exaustão, tanto física como emocional, devido às precárias condições de trabalho, associados à infraestrutura, características próprias da organização do sistema educacional em escolas públicas e privadas e fatores psicossociais que contribuem para o adoecimento do docente e o desenvolvimento da SB.

As pesquisas internacionais e nacionais sobre Síndrome de *Burnout* revelaram elevada prevalência dessa ocorrência entre os professores (Campelo & Oliveira, 2014; Kidger et al., 2016; da Silva, Menezes, & Cassundé, 2016). Os resultados dos artigos pesquisados nesta revisão evidenciaram a relevância dos fatores psicossociais e organizacionais do trabalho entre as principais causas desencadeantes de estresse ocupacional e adoecimento

psíquico dessa categoria profissional, incluindo a SB.

Em relação às dimensões da SB nos estudos revisados, a Exaustão Emocional (EE) apresentou forte associação com os FPT e com algumas características individuais dos professores. Nesse sentido, foram encontradas correlações positivas da dimensão Exaustão Emocional (EE) com as seguintes variáveis: alta demanda de trabalho e alto comprometimento (Wang et al., 2015); baixa competência emocional/ baixa habilidade para resolver problemas (Wang et al., 2015; Rey et al., 2016); relacionamento ruim/regular com os pais e falta de tempo para a família ou lazer (Koga et al., 2015); estresse (Rey et al., 2016; Bernotaite & Malinauskiene, 2017); assédio moral no trabalho (Bernotaite & Malinauskiene, 2017); sintomas de depressão (Szigeti et al., 2017) e baixa autoestima (Bayani & Baghery, 2018).

Resultados similares foram encontrados em outros estudos (Esteves-Ferreira et al., 2014); Diehl & Marin, 2016; Lima & Morais, 2018). Aspectos relacionados com a falta de interesse dos alunos, condições inadequadas, alta demanda de trabalho e sentimentos de desvalorização foram apontados como responsáveis pela redução do entusiasmo e risco de adoecimento dos professores. A perda do entusiasmo é um sintoma usual na exaustão emocional, assim como a falta de energia e a percepção do esgotamento de recursos (Maslach et al., 1986).

A elevada Despersonalização (DP) correlacionou-se com os seguintes fatores: baixa autoestima e menor competência emocional/ baixa habilidade para resolver problemas (Wang et al., 2015; Rey et al., 2016; Bayani & Baghery, 2018); alto comprometimento e baixo suporte dos supervisores (Wang et al., 2015); relacionamento ruim/regular com os pais e falta de tempo para a família ou lazer, quantidade de alunos considerada ruim/regular e infraestrutura ruim da escola e violência física (Koga et al., 2015); estresse e sintomas de depressão (Rey et al., 2016; Szigeti et al., 2017).

A baixa Realização Profissional (RP) foi associada aos fatores: baixa habilidade para resolver problemas (Wang et al., 2015; Bayani & Baghery, 2018); baixo suporte dos colegas, alta demanda de trabalho e falta de tempo para o lazer e para família (Wang et al., 2015); falta de oportunidade para expressar a opinião no trabalho (Koga et al., 2015); estresse (Rey et al., 2016; Bernotaite & Malinauskiene, 2017); sintomas de depressão (Szigeti et al., 2017); baixa autoestima (Bayani & Baghery, 2018). No estudo de Skaalvik e Skaalvik (2014), a RP teve associação com a autoeficácia e com a autonomia dos professores.

A autoeficácia ou competência exerce uma função mediadora entre o estresse no trabalho e a SB e auxilia os professores a criarem um ambiente de trabalho mais favorável para lidarem com os estressores laborais, além de atenuar os efeitos das demandas psicológicas solicitadas em seu trabalho (Carlotto et al., 2015).

Com relação à resiliência, os estudos de Skaalvik e Skaalvik (2014), Rey et al. (2016) e Capelo e Pochinho

(2016) apontaram que os professores que apresentaram maior competência/habilidade eram mais eficazes ao lidar com os comportamentos inadequados/indisciplina dos alunos e apresentaram níveis de estresse mais baixo, notadamente, os homens com mais de 10 anos na profissão docente.

Em dois estudos revisados as professoras apresentaram maior prevalência de estresse psicológico e EE quando realizada a análise ajustada por sexo (Wang et al., 2015; Bernotaite & Malinauskiene, 2017). Na maioria das sociedades a mulher possui dupla jornada de trabalho em seu cotidiano, assumindo mais responsabilidades do que os seus cônjuges, pois se divide entre vida profissional e os afazeres domésticos (Wang et al., 2015). Além disso, segundo Carvalho e Santos (2016) a dificuldade na conciliação entre trabalho-casa sentida pelas mulheres se constitui uma dimensão psicossocial relevante como preditora da SB.

Outro fator relevante a se considerar na SB é a idade dos professores. No estudo de Koga et al. (2015) os professores mais jovens da amostra apresentaram altos índices das três dimensões de *burnout*, com maior impacto na despersonalização e baixa realização profissional. No estudo de Wang et al. (2015) a maior prevalência de EE entre os docentes de 30 e 40 anos foi atribuída à falta de experiência dos professores com menos de 30 anos e o fato daqueles acima de 40 anos estarem ocupando posições mais altas (cargos de chefia).

Os sintomas de estresse e depressão podem ser também considerados preditores de *Burnout*, pois apareceram associados à SB em três dos sete artigos revisados (Rey et al., 2016; Bernotaite & Malinauskiene, 2017; Sziget et al., 2017). Outros estudos também encontraram associações positivas entre estresse e depressão com a SB (Cezar-Vaz et al., 2015; Capelo & Pocinho, 2016). Estudo realizado com professores do ensino fundamental e médio identificou a depressão em 23% dos participantes, a qual também se correlacionou positivamente com *burnout* (Silva, Bolsoni-Silva, & Loureiro, 2018).

Além disso, as mudanças no perfil dos professores no ensino público caracterizado pela predominância de mulheres, com 40 anos de idade e salários superiores aos professores da rede privada também evidenciam que as professoras estão adoecendo (Hirata, Oliveira, & Mereb, 2019). Em seis estudos desta revisão, o sexo feminino foi predominante entre os docentes e variou de 67% a 87% (Skaalvik & Skaalvik, 2014; Koga et al., 2015; Wang et al., 2015; Rey et al., 2016; Bernotaite & Malinauskiene, 2017; Sziget et al., 2017).

No estudo de Esteves-Ferreira et al. (2014), os professores de escolas públicas apresentam mais características preditoras à SB quando comparados aos de escolas da rede privada. Além disso, foram apontadas diferenças de infraestrutura, condições socioeconômicas, número de alunos em salas de aula e de cobrança institucional sobre os resultados, conforme verificado também no estudo de

Koga et al. (2015) na presente revisão. No entanto, outros estudos como o de Borba, Diehl, dos Santos, Monteiro e Marin (2015) não encontraram diferenças estatísticas significantes entre os dois tipos de instituições. A elevada proporção do número de matrículas por docentes é outro fator que pode contribuir para a alta prevalência da SB em docentes das escolas públicas, quando comparado com as escolas privadas, notadamente no Ensino Médio, entre 16,9 e 9,4 alunos matriculados, respectivamente (Hirata et al., 2019). Como membro da Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico-OCDE, o Brasil participa da avaliação internacional de desempenho escolar dos alunos. Este programa representa uma sobrecarga a mais nas atividades dos professores das escolas públicas, porém não são discutidas melhorias das condições de trabalho (Lenkeit & Caro, 2014).

A SB se caracteriza pela exposição crônica aos fatores psicossociais no trabalho desencadeantes de estresse entre os professores, e conforme evidenciado nos estudos selecionados, o *burnout* nos professores não aparece de forma brusca, mas com desfecho final de resistência individual ao processo contínuo de inadequações no ambiente de trabalho.

Entre as situações precárias objetivas apontadas pelos docentes se destacaram a falta de material didático e de recursos e equipamentos áudio visuais, as salas de aulas mal dimensionadas e o elevado número de alunos. Já entre os aspectos subjetivos, como o significado e sentido do trabalho, os docentes apontaram o assédio moral por parte dos alunos, pais de alunos e da própria instituição, a falta de apoio, a dificuldade em lidar com os problemas em sala e em conciliar o trabalho com a família e o lazer como contribuintes para a baixa autoestima e insatisfação da categoria.

Por outro lado, entre os fatores psicossociais se destacam as exigências de trabalho, uma vez que os professores ministram um número cada vez maior de horas-aula para manter as exigências e as pressões existentes. Desse modo, o estresse vivenciado no cotidiano do professor tem como desfecho negativo os problemas físicos e emocionais e a SB.

Apesar das diferenças econômicas e socioculturais dos países investigados nessa revisão os estudos sugerem um aumento do risco de adoecimento mental em professores e uma associação significativa dos FPT ao desenvolvimento da SB. Os FPT e as condições de trabalho nas escolas, quando associados às características individuais e subjetivas dos docentes contribuem para o desencadeamento de estresse crônico vivenciado por estes, notadamente nas escolas públicas.

Quanto aos limites do estudo, pontua-se que esta pesquisa foi realizada com estudos de corte transversal. Neste tipo de estudo não é possível estabelecer nexo causal, limitando-se a apontar associações entre as variáveis estudadas. Outra limitação desta revisão foi quanto à restrição do número de estudos selecionados devido

à seleção das pesquisas, para fins de comparação, que utilização somente o MBI de Maslach para avaliação da SB, e o período relativamente curto (cinco anos).

Evidencia-se a partir dos estudos que há um consenso de que existe uma interação entre os fatores psicossociais e organizacionais do trabalho docente com as características individuais dos professores da rede de Educação Básica de ensino pode estar levando-os ao desfecho da SB e que tal síndrome se apresenta de diferentes formas, dependendo também dos fatores sociais e culturais vivenciados pelos docentes.

Os resultados desta revisão assentados no desfecho final negativo da Síndrome de *Burnout* e as respectivas associações são importantes como diagnóstico da situação dos professores nas escolas da Educação Básica; entretanto, a prevenção dessas ocorrências requer ações sobre os fatores psicossociais do trabalho.

### CONCLUSÃO

Esta revisão verificou que os professores da Educação Básica, principalmente de escolas públicas, se encontram em sofrimento físico e emocional devido aos problemas de infraestrutura e os fatores psicossociais do trabalho relacionados com as elevadas demandas de trabalho, a falta de autonomia, a qualidade ruim dos relacionamentos e a violência, que contribuíram para o desenvolvimento da SB

Evidenciou-se também que os docentes mais comprometidos, com baixa resiliência e autoestima e que apresentaram sintomas de ansiedade e depressão se apresentaram com maior risco de SB, embora não tenha sido possível estabelecer nexos causais devido aos desenhos transversais dos estudos selecionados

Em relação aos fatores sociodemográficos, o fator mais relevante evidenciado nos estudos é em relação ao sexo, pois as mulheres demonstraram estar mais vulneráveis à *Burnout*. Os outros fatores (idade, situação conjugal, tempo de profissão) apresentaram resultados variados, não nos permitindo traçar um panorama.

Os resultados sugerem que se desenvolvam estudos longitudinais sobre a prevalência da SB entre os professores da rede de Educação Básica, com ações de intervenção e acompanhamento dos resultados para estabelecimento de nexos de causalidade entre os fatores psicossociais do trabalho e as características biossociais e profissionais dos docentes.

### REFERÊNCIAS

Batista, J. B. V.; Carlotto, M. S.; de Oliveira, M. N.; Zaccara, A. A. L.; de Oliveira Barros, E.; Duarte, M. C. S. (2016). Transtornos mentais em professores universitários: estudo em um serviço de perícia médica. *Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental*, 8 (2), 4538-4548. <https://doi.org/10.9789/2175-5361.2016.v8i2.4538-4548>

Bayani, A. A.; Bagheri, H. (2018). Exploring the Influence of Self-Efficacy, School Context and Self-Esteem on Job Burnout of Iranian Muslim Teachers: A Path Model Approach.

*Journal of religion and health*, 59(1):154-162. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2014.11.004>

Bernotaite, L.; Malinauskiene, V. (2017). Workplace bullying and mental health among teachers in relation to psychosocial job characteristics and burnout. *International journal of occupational medicine and environmental health*, 30 (4), 629-640. <https://doi.org/10.13075/ijomeh.1896.00943>

Borba, B. M. R.; Diehl, L.; dos Santos, A. S.; Monteiro, J. K.; Marin, A. H. (2015). Síndrome de Burnout em professores: estudo comparativo entre o ensino público e privado. *Psicologia Argumento*, 33(80). <https://doi.org/10.7213/psicol.argum.33.080.A004>

Campelo, M. P. S.; de Oliveira, S. M. (2014). Análise da Produção sobre a Síndrome de Burnout em professores, de 2002 a 2013. *Id on Line Revista de Psicologia*, 8 (23), 243-253.

Capelo, R.; Pocinho, M. (2016). Estratégias de coping: contributos para a diminuição do stress docente. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 17(2), 282-294. <http://dx.doi.org/10.15309/16psd170213>

Carballo, F. (2017). *Qualidade de Vida, Saúde do Trabalhador e a Síndrome de Burnout: A Docência em Alerta*. Curitiba: CRV.

Carlotto, M. S.; Câmara, S. G. (2017). Riesgos psicossociales asociados con el síndrome de burnout en profesores universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 35(3), 447-457. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.4036>

Carlotto, M. S.; da Silva Dias, S. R.; Batista, J. B. V.; Diehl, L. (2015). O papel mediador da autoeficácia na relação entre a sobrecarga de trabalho e as dimensões de Burnout em professores. *Psico-USF*, 20(1), 13-23. <https://doi.org/10.1590/1413-82712015200102>

Carvalho, G. L.; Santos, W. L. (2016). Síndrome de Burnout em professores da facesa-faculdade de ciências educação sena aires. *Revista de Divulgação Científica Sena Aires*, 5 (2), 150-157. Recuperado de <http://revistafacesa.senaaires.com.br/index.php/revisa/article/view/266>

Cericato, I. L. (2017). Sentidos e Significados da Docência, segundo uma Professora Iniciante. *Educação & Realidade*, 42(2). <https://doi.org/10.1590/2175-623657738>

Da Silva, Q. L.; Menezes, T. F. A.; Cassundé, F. R. S. A. (2016). Esgotamento Psicológico no Trabalho: uma análise sob a ótica da Síndrome de Burnout em Professores do Ensino Fundamental. *Id on Line Revista de Psicologia*, 10(29). 37-50. <https://doi.org/10.14295/idonline.v10i1.383>

Dalcin, L.; Carlotto, M. S. (2018). Avaliação de efeito de uma intervenção para a Síndrome de Burnout em professores. *Psicologia Escolar e Educacional*, 22(1), 141-150. <https://doi.org/10.1590/2175-35392018013718>

Desouky, D.; Allam, H. (2017). Occupational stress, anxiety and depression among Egyptian teachers. *Journal of epidemiology and global health*, 7(3), 191-198. <https://doi.org/10.1016/j.jegh.2017.06.002>

Diehl, L.; Marin, A. H. (2016). Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 7(2), 64-85. <https://doi.org/10.5433/2236-6407.2016v7n2p64>

- Esteves-Ferreira, A. A.; Santos, D. E.; Rigolon, R. G. (2014). Avaliação comparativa dos sintomas da síndrome de burnout em professores de escolas públicas e privadas. *Revista Brasileira de Educação*, 19(59). <https://doi.org/10.1590/S1413-24782014000900009>.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of social issues*, 30(1),159-165.
- Hirata, G.; Oliveira, J. B. A.; Mereb, T. M. (2019). Professores: quem são, onde trabalham, quanto ganham. *Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação*, 27 (102), 179-203. <https://doi.org/10.1590/S0104-40362018002701888>
- Kidger, J.; Brockman, R.; Tiling, K.; Campbell, R.; Ford, T.; Araya, R.; King, M.; Gunnell, D. (2016). Teachers' wellbeing and depressive symptoms, and associate risk factors: a large cross sectional study in English secondary schools. *J Affect Disorders*; (192),76-82. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.11.054>
- Koga, G. K. C.; Melanda, F. N.; dos Santos, H. G.; Sant' Anna, F. L.; González, A. D.; Mesas, A. E.; de Andrade, S. M. (2015). Fatores associados a piores níveis na escala de Burnout em professores da educação básica. *Caderno Saúde Coletiva*, 23(3), 268-275. <https://doi.org/10.1590/1414-462X201500030121>
- Lenkeit, J.; Caro, D. H. (2014). Performance status and change-measuring education system effectiveness with data from PISA 2000–2009. *Educational Research and Evaluation*, 20(2), 146-174.
- Lima, C. D. N. M. B.; Morais, A. N. (2018). Prevalência e fatores de risco do burnout nos docentes universitários. *Revista Contemporânea de Educação*, 13(27),453-471. <https://doi.org/10.5327/Z1679443520190385>
- Maslach, C.; Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of organizational behavior*, 2(2), 99-113.
- Maslach, C.; Jackson, S. E.; Leiter, M. P.; Schaufeli, W. B., Schwab, R. L. (1986). *Maslach burnout inventory* (Vol. 21, pp. 3463-3464). Palo Alto, CA: Consulting psychologists press.
- Rey, L.; Extremera, N.; Pena, M. (2016). Emotional competence relating to perceived stress and burnout in Spanish teachers: a mediator model. *PeerJ*, 4, 2087-2101. <https://doi.org/10.7717/peerj.2087>
- Silva, N. R.; Bolsoni-Silva, A. T.; Loureiro, S. R. (2018). Burnout e depressão em professores do ensino fundamental: um estudo correlacional. *Revista Brasileira de Educação*, 23, 2- 18. <https://doi.org/10.1590/S1413-24782018230048>
- Skaalvik, E. M.; Skaalvik, S. (2014). Teacher self-efficacy and perceived autonomy: Relations with teacher engagement, job satisfaction, and emotional exhaustion. *Psychological reports*, 114(1), 68-77.
- Szigeti, R.; Balázs, N.; Bikfalvi, R.; Urbán, R. (2017). Burnout and depressive symptoms in teachers: Factor structure and construct validity of the Maslach Burnout inventory-educators survey among elementary and secondary school teachers in Hungary. *Stress and Health*, 33(5), 530-539. <https://doi.org/10.1002/smi.2737>
- Tostes, M. V.; Albuquerque, G. S. C. D.; Silva, M. J. D. S.; Petterle, R. R. (2018). Sofrimento mental de professores do ensino público. *Saúde em Debate*, 42, 87-99. <https://doi.org/10.1590/0103-1104201811607>
- Wang, Y.; Ramos, A.; Wu, H.; Liu, L.; Yang, X.; Wang, J.; Wang, L. (2015). Relationship between occupational stress and burnout among Chinese teachers: a cross-sectional survey in Liaoning, China. *International archives of occupational and environmental health*, 88(5), 589-597. <https://doi.org/10.1007/s00420-014-0987-9>

Recebido em: 16 de março de 2020

Aprovado em: 23 de maio de 2020