

**FACULDADES INTEGRADAS SANTA CRUZ DE CURITIBA - FARESC  
CURSO DE PEDAGOGIA**

**ESTEFANY GONÇALVES FICAGNA  
PAULA FERNANDA DE SOUZA SILVERIO**

**SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES**

**CURITIBA  
2015**

**ESTEFANY GONÇALVES FICAGNA**  
**PAULA FERNANDA DE SOUZA SILVERIO**

**SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES**

Trabalho de conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura Plena em Pedagogia das Faculdades Integradas Santa Cruz de Curitiba - Faresc, como requisito parcial à obtenção do título de Licenciado em Pedagogia.

Orientador(a): Prof.<sup>a</sup> Me. Viviane Schueda Stacheski

**CURITIBA**

**2015**

**ESTEFANY GONÇALVES FICAGNA  
PAULA FERNANDA DE SOUZA SILVERIO**

**SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura Plena em Pedagogia das Faculdades Integradas Santa Cruz de Curitiba – FARESC, como requisito parcial à obtenção do título de Licenciado em Pedagogia.

**COMISSÃO EXAMINADORA**

---

Professora Mestre Viviane Schueda Stacheski  
Faculdades Integradas Santa Cruz de Curitiba - FARESC

---

Professora Mestre Carolina Zanella de Queiroz  
Faculdades Integradas Santa Cruz de Curitiba - FARESC

---

Professora Mestre Marcia Bacelo Patella  
Faculdades Integradas Santa Cruz de Curitiba - FARESC

Curitiba, 26 de novembro de 2015

Dedicamos a nossa família por todo apoio  
aos nossos estudos e sonhos. E aos  
professores pela dedicação e persistência  
na educação.

## AGRADECIMENTOS

Eu Paula Fernanda de Souza Silvério, agradeço a Deus, à minha família, em especial à minha mãe Inez Souza por todo amor e cuidados mesmo não estando perto, mas sempre presente, ao meu padrasto Airton Dantas por todo apoio. À minhas Irmãs, Fabricia Souza e Fabíola Souza pela paciência e parceria.

Meu agradecimento especial à minha companheira Estefany Gonçalves por toda dedicação e parceria para a realização desta monografia. Aos professores da instituição que muito contribuíram para minha formação acadêmica, em especial à mestre Viviane Schueda, que nos orientou e nos incentivou. A todos colegas de classe que contribuíram de alguma maneira à minha formação.

Eu Estefany, agradeço primeiramente a Deus, por ter me dado força, coragem e determinação todos os dias para que eu não desistisse pelo meio do caminho.

Agradeço a minha família minha mãe Irani, meu pai Eron, e meus irmãos Nathan e Nathaly, vocês são minha base forte em todo tempo me apoiando, incentivando e ajudando sempre a correr atrás dos meus sonhos.

Agradeço imensamente minha amiga e companheira Paula Fernanda pela parceria, paciência e dedicação na construção desse trabalho. Agradeço também minhas amigas e fiéis companheiras desses quatro anos de jornada Silvia Lazarini e Rafaele Scmidt, sou grandiosamente grata as todas as manhãs e finais de semana passamos fazendo trabalhos juntas. Valeu a pena todo o nosso esforço, empenho e dedicação.

Agradeço todos professores que fizeram parte dessa trajetória, vocês são verdadeiros mestres na arte de ensinar. Em especial agradeço as minhas professoras mestres Carolina Queiroz, Heloisa Pereira, Maria Eugenia Bertoldi e Viviane Schueda, por toda paciência, apoio e auxílio, exigindo sempre o meu melhor me mostrando que era capaz de ir mais longe do que eu imaginava ser capaz.



“Devemos compreender de modo dialético a relação entre a educação sistemática e a mudança social, a transformação política da sociedade. Os problemas da escola estão profundamente enraizados nas condições globais da sociedade, sobretudo no que diz respeito a essas questões de disciplina e alienação.”

(FREIRE, 1986, p.157)

## RESUMO

O presente trabalho tem como objetivo compreender a síndrome de Burnout e informar aos profissionais da educação as consequências geradas por ela em sua vida, fazendo uma reflexão das atitudes que podem ser melhoradas para se evitar a doença. Traz também uma retrospectiva histórica sobre as diversas mudanças sociais que acabaram refletindo em novas atribuições e responsabilidades do professor, ocasionando estresse, exaustão emocional, esgotamento, entre outros sintomas considerados como fatores estressores que desencadeiam a síndrome de Burnout. Aborda o papel da mulher dentro dessa sociedade que está em constante mudança, já que a profissão de professor é exercida na maioria dos casos por ela. A síndrome de Burnout é diferente da depressão, porém seu diagnóstico é comumente confundido por semelhanças nos sintomas, o que dificulta o tratamento. Ao se divulgar a relevância desta síndrome aos interessados, principalmente aos educadores pretende-se destacar as consequências geradas na saúde e bem-estar do professor e o que isso acarreta na educação, pois por vezes, o professor por apresentar-se doente pode tornar o processo de ensino e aprendizagem desmotivador e monótono tanto a ele que a exerce como profissão, quanto aos alunos que dependem do docente para sua formação educacional e social. Para alertar da prevenção aos professores, foi divulgado no trabalho o que o sindicato dos trabalhadores em educação do Paraná proporciona como lazer aos seus sócios. É necessário que, sejam repensadas as funções docentes e prevenções a essa patologia, bem como os espaços destinados aos momentos de lazer dos docentes. O trabalho em conjunto com a família, destacando o papel fundamental que ela tem no processo de educação, para que se obtenha resultados satisfatórios, também seria uma boa atitude de prevenção à síndrome, pois assim o professor não necessitaria exercer funções que historicamente não pertenciam a ele.

**Palavras-chave:** Burnout. Esgotamento. Professores. Prevenção.

## LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

APP	- Associação Professoras do Paraná
APP-Sindicato	- Sindicato dos Trabalhadores em Educação Pública do Paraná
CUT.	- Central Única dos Trabalhadores
Diesse	-Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos
Ed	- Edição
FARESC	- Faculdades Integradas Santa Cruz de Curitiba
IBGE	- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
MBI	-Maslach Burnout Inventory é um instrumento utilizado exclusivamente para a avaliação da síndrome
Me.	- Mestre
PNAD	- Pesquisa Nacional de Amostra por Domicílio
p.	- Página
SB	- Síndrome de Burnout
Sinpro-Rio	- Sindicato dos Professores do Município do Rio de Janeiro e Região
Sinte/Pr	- Sindicato dos Trabalhadores na Educação Pública do Paraná
WHOQOL	- OMS versão em português Organização Mundial de Saúde

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	<b>11</b>
<b>2 O REFLEXO DAS MUDANÇAS SOCIAIS BRASILEIRAS NA ESCOLA.....</b>	<b>14</b>
2.1 A IMPORTÂNCIA DA MULHER PARA A SOCIEDADE.....	19
2.2 CONDIÇÕES DO TRABALHO DOCENTE NO BRASIL.....	22
2.3 ESTRESSE NA SOCIEDADE.....	23
<b>3 BREVE HISTÓRICO DA SÍNDROME DE BURNOUT.....</b>	<b>26</b>
3.1 DEFINIÇÕES DA SÍNDROME DE BURNOUT, SEGUNDO AUTORES.....	30
3.2 SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES.....	32
<b>3.2.1 Qualidade de vida do docente.....</b>	<b>36</b>
3.3 BURNOUT X OUTROS DIAGNÓSTICOS.....	38
<b>4 POSSÍVEIS PREVENÇÕES DA SÍNDROME DE BURNOUT.....</b>	<b>41</b>
4.1 AS CONSEQUÊNCIAS DA SÍNDROME DE BURNOUT NA EDUCAÇÃO.....	42
4.2 O LAZER DOS PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO DO ESTADO DO PARANÁ (APP-sindicato).....	42
<b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>44</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>47</b>

## 1 INTRODUÇÃO

As questões acerca das funções do professor sempre estiveram restritas a discussões e encontros entre especialistas da área da educação, despertando uma ou outra atenção maior, quando se tratavam de atuações consideradas erradas pela comunidade escolar e demais membros. Nos dias atuais a figura humana do professor tem sido vista por outras áreas, em especial pela medicina, psicologia e psiquiatria, pois com as mudanças ocorridas no cenário socioeconômico nacional esse profissional assumiu papéis que anteriormente não lhe pertenciam.

A partir disso, desencadeou-se uma nova patologia intitulada síndrome de Burnout, pouco conhecida na área da educação e, por vezes, confundida entre os profissionais da medicina como depressão. Sendo assim o presente estudo apresenta como problema central a relação do trabalho docente e o aparecimento dessa síndrome.

Para compreender a síndrome de Burnout e a sua relação com o trabalho do profissional do magistério é preciso primeiro identificar as transformações que a sociedade enfrentou refletida nas mudanças educacionais e a influência da inserção da mulher no mercado de trabalho, que gerou diversas mudanças nos valores educacionais da família.

Nesse sentido, este trabalho tem a finalidade de compreender a síndrome de Burnout e informar aos profissionais da educação as consequências geradas por ela em sua vida.

Desta forma, foram traçados os seguintes objetivos específicos: entender o histórico da síndrome de Burnout, compreendendo a influência das transformações da sociedade na ação docente; conhecer as condições do trabalho docente, apontando estratégias para melhora na qualidade de vida do professor; identificar a síndrome de Burnout nas atribuições do professor, para alertar e prevenir.

A presente pesquisa pretende divulgar aos docentes e pessoas interessadas ao assunto, as causas, sintomas, prevenções e consequências da síndrome de Burnout com ênfase em professores, na educação brasileira.

O objetivo geral deste estudo é conscientizar os docentes dos riscos ocasionados pela síndrome, às condições psíquicas perante suas atribuições, diferenciar a síndrome do estresse do cotidiano e principalmente conhecer os métodos preventivos. Conscientizar da importância de prevenção e tratamento para

que se tenha qualidade de vida e, como consequência, proporcionar um ensino melhor. A informação ainda é a melhor prevenção, de modo que o professor não desanime de sua profissão, mas identifique os possíveis riscos.

Entende-se como Burnout um estado crônico laboral tendo como principal causa o ambiente de trabalho. Esgotamento, exaustão e desânimo são as principais características da síndrome, levando o educador, em muitos casos, à desistência profissional. Com o professor em nível de estresse alto e sobrecarga emocional, a educação arca com consequências em sua qualidade.

O professor é o principal agente para a emancipação da sociedade, e ainda tentam buscar uma educação de qualidade, pois alguns deles ainda têm essa consciência que precisam formar pessoas críticas e reflexivas de suas ações, para poder conquistar a efetiva cidadania e libertar-se do regime opressor, pois como afirmam Brito e Purificação (2008, p. 48), “nenhuma intervenção pedagógica harmonizada com a sociedade contemporânea e com inovações será eficaz sem a colaboração consciente do professor e sua participação na busca por emancipação social”.

Um dos primeiros aspectos levantados nessa reflexão foi a doença que atinge os profissionais da educação, fazendo com que eles percam o seu equilíbrio emocional. Nessa busca permanente em se adaptar às exigências da sociedade, pois nas últimas décadas sofreu uma grande transformação e a escola precisa assumir a responsabilidade de maneira muito mais participativa.

Síndrome de Burnout, como é denominada entende-se como exaustão ligada ao trabalho, há autores que afirmam que a doença deve ser levada em conta o estresse e a sua condição e sobrecarga emocional, ausência de energia, esgotamento físico e mental. Como afirma Codo (1999, p. 238), “é uma síndrome através da qual o trabalhador perde o sentido da sua relação com o trabalho, de forma que as coisas já não o importam mais e qualquer esforço lhe parece ser inútil”.

Há professores que sofrem por muitas pressões da sociedade na formação dos seus alunos, há indisciplina, agressões verbais e até físicas, causando cada vez mais um desequilíbrio emocional. Atualmente ele deve aliar o conhecimento com a formação ética, assumindo responsabilidades que muitas vezes não cabe a ele, não tendo amparo, que o obriga a aceitar a situação, convivendo com essas pressões, aumentando seu estresse, seu desgosto pelo trabalho, e cansaço emocional. É indispensável que o professor tenha consciência de suas atribuições,

responsabilidades, direitos e deveres, pois segundo Carlotto (2002, p. 23) “o professor, [...] se depara com a necessidade de despenhar vários papéis, muitas vezes contraditórios, que lhe exigem manter o equilíbrio em várias situações.” Assim causando nos profissionais do magistério um estado de tensão emocional, por condições de trabalho desgastante, sendo físico, emocional e psicológico, pois as atribuições do professor exige envolvimento interpessoal direto e intenso.

Para o desenvolvimento e elaboração do presente trabalho foram utilizadas como metodologia pesquisas bibliográficas e sites de busca, assim como conhecimentos refletidos de leituras de livros e fichamentos. Segundo Severino (2007, p. 22) a pesquisa bibliográfica é aquela que se realiza a partir do registro disponível, decorrente de pesquisas anteriores, [...] utiliza-se de dados ou de categorias teóricas já trabalhadas por outros pesquisadores”.

Na tentativa de organizar a leitura do trabalho afim de que o leitor o entenda de forma linear, a presente pesquisa divide-se por capítulos. O primeiro capítulo mostra as transformações ocorridas e a contribuição da mulher para a sociedade, que ocasionou modificações no trabalho docente no Brasil, gerando um alto índice de estresse na sociedade. No segundo capítulo apresentou-se o histórico e as definições da síndrome de Burnout e como afeta o docente, as condições da qualidade de vida do docente e a distinção da síndrome de Burnout e outros diagnósticos. No terceiro capítulo procurou-se demonstrar as possíveis prevenções da síndrome de Burnout e as consequências causas na educação e o lazer dos profissionais da educação do estado do Paraná. Por último localiza-se as considerações finais indicando questões relevante para a entendimento do tema apresentado.

## 2 O REFLEXO DAS MUDANÇAS SOCIAIS BRASILEIRA NA ESCOLA

Durante o percurso histórico da educação brasileira até os dias atuais, ocorreram diversas mudanças de paradigmas, modificações que refletem diretamente nas escolas e nas atribuições do professor e para compreender a questão educacional e da profissão docente, é necessário atentar de como foi constituída historicamente e por quais processos de transformações atravessou. Desde a colonização com a chegada dos jesuítas ao Brasil, a escolarização já não era devidamente valorizada, a princípio era usada como dominação e domesticação dos povos considerados “bárbaros”.

A influência da mulher na sociedade ocasionou mudanças, pois ela era a principal responsável pela educação das crianças, e aos poucos ela foi conquistando seu espaço no mercado de trabalho, assim surgindo a pré-escola, como forma de recreação para as crianças enquanto as mães precisavam se ausentar de seus lares, e isso vem até os dias atuais passando a pré-escolas e escolas responsabilidades que antes eram das famílias. Para Gonçalves (2011, p. 40-41):

[...] como agentes históricos conscientes de que fazemos parte desse processo e de que não devemos aceitar e compreender a realidade de forma naturalizada, como se sempre tivesse sido assim: toda realidade contemporânea foi construída historicamente por meio de ações e de omissões, da mesma forma que o panorama futuro está também em construção, neste momento [...] para a compreensão das trajetórias e processos que constituíram e constituem não somente as instituições escolares, mas também a sociedade em que estão situadas.

De acordo com Gonçalves (2011, p. 59-63) tendo como processo inicial de escolarização no Brasil, as ações Jesuítas no período de colonização, com a chegada da Companhia de Jesus, que visava não somente a escolarização, mas também a doutrinação católica. A Companhia de Jesus foi uma iniciativa da Igreja Católica como forma de impedir a propagação da Reforma Protestante iniciada no século XVI, com Lutero e Calvino que envolvia não só questões religiosas, mas o poder político e econômico que estava fortemente ligado à Igreja Católica, como ressalta Ferreira (2007 citado por Gonçalves, 2011, p. 61):

Canonizada pelo Papa Paulo III, por meio da Bula *Regimini Militantis Ecclesiae* (1540), a Ordem religiosa criada por Inácio de Loyola nasceu para apostolar no mundo secular com três objetivos muito bem definidos: defender o Papa, reconverter os cristãos, particularmente os reformados, e evangelizar os chamados “povos bárbaros” que habitavam os outros

continentes. Foi assim, movidos por esses princípios militantes, que os padres jesuítas desembarcaram no mundo colonial ibérico.

Segundo Gonçalves (2011, p. 62-63) se comparados aos ideais da civilização Europeia os indígenas brasileiros eram considerados atrasados e selvagens, no qual havia um interesse exploratório econômico por parte dos Portugueses que acabou por mover uma ação catequizadora, uma missão que permitiria levar civilização e Deus, salvação para outros povos, atingindo assim um objetivo mais vasto e político ampliando o número de cristãos católicos no mundo. De acordo com Veiga (2007, p. 51) a ação educativa jesuítica no Brasil colonial não era só reflexo da expansão ultramarina:

As características da Educação colonial estiveram associadas às mudanças religiosas da época, às discussões humanistas e científicas, às organizações políticas das monarquias absolutistas, à expansão da burguesia mercantilista e à composição Igreja-Estado. Apesar da característica universalista de sua doutrinação religiosa, a ação católica associou-se aos interesses políticos e econômicos dos colonizadores portugueses.

No início da colonização as guerras entre os indígenas e os colonizadores eram constantes no qual esses colonizadores aliando-se a alguns grupos indígenas estimulavam conflitos com outros grupos indígenas. Os jesuítas adaptaram-se a nova realidade, traduziram a língua tupi, também auxiliavam nas expedições portuguesas, focados na catequização, em especial de crianças indígenas.

Na segunda metade do século XVI, os jesuítas, segundo Ferreira Júnior; Bittar (2007, p. 34) “organizaram-se em duas ‘instituições’ educacionais: as casas de bê-á-bá, voltadas particularmente para crianças indígenas e mamelucas, e alguns colégios, cujos alunos eram os chamados ‘internos’ [futuros padres da Ordem] e ‘externos’ os filhos dos colonizadores portugueses”. Buscavam a formação virtuosa, com base na religião, priorizando-se a virtude e depois a ciência. De acordo com Gonçalves (2011, p. 68-69):

Por mais de dois séculos a expansão da educação e ação jesuítica predominou na colônia, constituindo praticamente o único esforço de escolarização no Brasil, não havia interesse da metrópole em criar um sistema educacional [...]. Na Europa, com o início do período do Renascimento, [...] as propostas pedagógicas começam a ter influência mais significativa, enfatizando mais a prática, incluindo os cuidados e a valorização do corpo e métodos mais agradáveis de ensino.

A partir do século XVII, o capitalismo começou a ser instaurado com a instalação de fábricas e o surgimento de uma massa assalariada, a burguesia se fortaleceu e o absolutismo predominava, as ideias voltaram-se ao racionalismo e ao renascimento científico, o que levou os pedagogos a buscarem métodos de ensino eficientes, que fossem contrários à da educação formal e letrada, e que estivessem relacionados com a vida prática do aluno destaca Veiga (2007, p. 38):

[...] desenvolver-se uma preocupação com as distinções para a Educação das crianças – ou pelo menos filhos dos burgueses e aristocratas. A ótica individualista a constituição de novas sociabilidades favorecem o afeto e o cuidado com a infância, o que expressa, por exemplo, num maior empenho em planejar o futuro profissional dos filhos, seja para assumir cargos administrativos, para seguir uma profissão autônoma ou continuar os negócios da família.

O século seguinte foi marcado, na Europa, pela Revolução Francesa e Industrial, com seus efeitos na política e economia, na forma de produção industrial e agrícola, transportes, novas fontes de energia, a urbanização crescente, ascensão da burguesia e o surgimento do proletariado. Assim desafiando os pedagogos a encontrar um método de ensino que atendesse às novas exigências, próprias desse contexto.

No Brasil em consequência de grande discordância com a maneira de agir dos portugueses sua alta cobrança de taxas e impostos, as mudanças ocorridas na Europa e a independência dos Estados Unidos, deu-se início a movimentos nativistas e libertação do povo brasileiro, os que mais se destacaram foram a Inconfidência Mineira e a Conjuração Baiana.

Em 1759 se deu o início das reformas educativas com o surgimento e organização Estados-nações essa constituição segundo Gonçalves (2011, p. 71) “exigia o fortalecimento de uma identidade nacional, com certo grau de homogeneização de conhecimentos, valores e princípios, fundamentais”. De acordo com a autora a instrução pública passou a ser laica e de formação nacionalista havendo uma reorganização curricular a formação, tendo assim investimentos em infraestrutura, organização de um sistema educacional, dos currículos e das normas de funcionamento das escolas e formação de professores, no qual cada Estado assumia a responsabilidade por sua instrução.

De acordo com Gonçalves (2011, p. 74-75), o Marquês de Pombal, que promovia a reorganização da administração de Portugal, entrou em declínio

econômico e procurou manter o maior domínio sobre a colônia brasileira retirando todos os recursos e riquezas. O reino português tendia neutralizar vestígios arcaicos e se aproximar de outras nações, que eram consideradas mais avançadas da época. Aos poucos os jesuítas começaram a serem vistos como incômodo para Portugal, além da ação e expansão educacional, seu poder e influência havia crescido muito no Brasil, nesses dois séculos. O que acarretou na expulsão do Brasil e de todos territórios do Império português. Resultando em um significativo impacto para o Brasil, as reformas pombalinas no âmbito educacional foram influenciadas pelo pensamento iluminista e ideias liberais decorrentes da Europa. Em relação à escolarização no Brasil foram estipuladas algumas medidas, que de acordo com Veiga (2007, p. 134):

[...] estabelecia a nova organização dos estudos, o “novo método”, o ensino público e gratuito de gramática latina, grego e retórica, a indicação e a proibição de vários compêndios e o impedimento para ensinar sem licença do diretor de Estudos. Determinava ainda que os professores passariam a gozar dos privilégios da “nobreza ordinária” – o que significava distinção social. Em edital com a mesma data, D. Tomás regulamentou a criação e a forma de provimento das cadeiras de ensino.

Sobre as aulas régias, Cardoso (2005, p.182) destaca que em 1759 foi iniciada a Reforma dos Estudos Menores – aulas de ler, escrever, contar, e de humanidades (gramática e línguas) essas deveriam ser laicas, contrário ao que era aplicado anteriormente. Segundo a autora, nos documentos da época, “Escolas Menores, e de Primeiros Estudos, correspondiam ao ensino primário e ao ensino secundário, sem distinção. Depois de concluídos os Estudos Menores, o estudante habilitava-se a cursar os Estudos Maiores, ou seja, aqueles oferecidos pela universidade”. A implantação dessas diretrizes no Brasil foi mais difícil devido à escassez de professores, havia também uma resistência da população brasileira, já habituada com as instituições e práticas jesuíticas.

Em 1760 foi realizado o primeiro concurso público para professores em que nenhum professor havia sido contratado até 1772, foi criado o subsídio literário para a manutenção do ensino elementar e secundário e promulgada uma lei sobre o financiamento do ensino e orientava para as aulas régias. Assim os professores e funcionários públicos não seriam mais pagos por sua clientela. Gonçalves (2011, p. 77) destaca as queixas dos professores pelos baixos salários, que variavam de acordo com a disciplina ensinada e com a localidade e que as aulas de filosofia

custavam mais que as de primeiras letras, as escolas eram nas casas dos professores, a eles cabiam dispor o material a ser utilizado pelos alunos. Para Cardoso (2005, p. 184) “[...] a educação não era obrigatória e [...] seu destino não era a população em geral, partindo o governo do princípio que era “impraticável” montar uma rede escolar que abrangesse todo o território do reino luso e domínios.”

Napoleão Bonaparte, no início do século XIX, determina a proibição dos países do continente a manterem relações comerciais com a Inglaterra. D. João VI, foge para o Brasil por não aderir essa determinação e mediante a invasão iminente de Portugal.

O Brasil passou a ser sede do Reino com a chegada e o estabelecimento da família real, sucede então de uma mudança radical no panorama cultural nos arredores da corte tornando-se a capital Rio de Janeiro centro cultural do país, a partir de iniciativas como Museu Real, bibliotecas, teatros, academias literárias e científicas, parte da ação educativa desse período derivou da necessidade da formação de indivíduos para administração do Reino, no Rio de Janeiro ressalta Gonçalves (2011, p. 80):

Houve a criação de cátedras e instituições culturais e educacionais, com ênfase no ensino superior. Por outro lado, as iniciativas de escolarização primária foram praticamente nulas, limitadas às escolas de ler e escrever. O subsídio literário ainda vigorava, mas era insuficiente para atender à demanda e aos custos da escolarização primária.

Nesse período Veiga (2007) destaca que ocorreram importantes debates sobre que direção tomar a instrução pública, a pedido de D. João VI, foi elaborado o Projeto sobre o estabelecimento e organização da instrução pública no Brasil que propunha segundo Veiga (2007, p.142):

Uma reorganização do ensino em quatro graus para a população, independentemente de condição e gênero, para que todos adquirissem os conhecimentos necessários ao desempenho de seus deveres e ao exercício de seus direitos. O ensino seguiria o método simultâneo, e apenas o aprendizado das primeiras letras, de aritmética básica e de doutrina moral seria gratuito.

Nesse mesmo contexto e época a sociedade brasileira continua a passar por grandes mudanças, tendo como grande marco na educação a Revolução Industrial que aconteceu nos séculos XVIII e XIX, ocorrendo substituição do trabalho manual pela utilização das maquinarias. No final do século XIX e início do século XX, houve a consolidação da República e com isso segundo Gonçalves (2011, p. 107)

“gradativamente a implantação de um sistema de ensino no Brasil, uma rede escolar articulada nos níveis federal, estadual e municipal”, expandindo o acesso escolarização da maioria da população.

Aliada as duas primeiras guerras mundiais tendo a participação dos homens, conseqüentemente as mulheres assumiram a posição de seus maridos nas fábricas, devido a necessidade de trazer o sustento à família, ainda assim seu trabalho era pouco valorizado, houve recompensa bem abaixo do público masculino, fazendo com que elas tivessem uma carga de trabalho maior ainda forçando-as a ficarem mais horas longe de seus lares e filhos.

## 2.1 A IMPORTÂNCIA DA MULHER PARA A SOCIEDADE

A mulher teve grande contribuição para a sociedade desde os tempos que ela quem administrava o seu lar com a educação das crianças, até assumir seu espaço no mercado de trabalho. É importante reconhecer a sua importância para a sociedade, pois a maioria dos profissionais da educação são mulheres, principalmente na educação infantil e ensino fundamental.

No século XVII, a mulher era pouco considerada para seu meio social, a educação feminina era voltada apenas aos bons comportamentos perante a sociedade, aprendia-se como se portar em público e regras de etiquetas, pois a mulher era vista apenas como aquela que cuidava dos filhos, marido e do seu lar, aprendia-se também costuras e bordados, enquanto na educação dos meninos, ensinava-se matemática básica. Ela quem ministrava a educação dos filhos aliando com os cuidados maternos, era a sua principal e mais importante missão, perante a visão da igreja e sociedade. Segundo Nunes (2000, p. 21-22):

Essa missão levou a mulher a renunciar a qualquer conveniência e cobiça pessoal, limitando sua presença aos serviços domésticos e excluindo-se cada vez mais do serviço público. Sua meta perante a sociedade era a sua uma rotina de dedicação apenas ao seu lar, marido e principalmente aos filhos.

A mulher era vista como um ser sem vontade própria, por sua completa dedicação àqueles que provinham de seus cuidados, era considerada como um ser incapaz de pensar e aprender. Gaspari (2003, p. 39) cita Rousseau que

“considerava que a mulher deveria aprender apenas afazeres domésticos, pois achavam-nas incapazes de saber, era apenas aquelas que serviam seus maridos e filhos assumindo apenas papel de mãe e esposas, pois era considerada um ser frágil.”

Os homens tinham exclusividade para assumir o trabalho público, o direito de saber e pensar; era considerado o chefe da família, pois era ele quem saía à busca do sustento de seus lares, a sociedade e a igreja não mascarava a sua visão de que o homem era superior às mulheres consideravam-nas sem inteligência, incapazes de pensar por si própria. Para Gaspari (2003, p. 32): “[...] a natureza fez a mulher diferente do homem [...] a falta de autodeterminação da mulher é também intrínseca à sua natureza”.

O século XVIII foi marcado pelo iluminismo, como descreve Immanuel Kant (1989) que descreve em um dos seus ensaios que o iluminismo foi além de o período da era das luzes, foi o período da era da iluminação, havendo continuação do caráter desta era. Alguns pensadores deste período, tinham ideais similares, o homem como progresso da sociedade era um dos ideais que predominava, ele era visto como aquele que progredia, os homens se distanciam do passado quando aprendem com ele, utilizam a experiência como referência de sucesso ou fracasso. Com isso os sujeitos progridem com a noção de futuro.

Em meados do século XVIII a mulher começou a ser enxergada assim como os homens, como seres capazes, a serem compreendidas, como aquelas quem têm seus direitos perante à sociedade como o público masculino. De acordo com O'brien (2009, citado por GOMES, 2011, p. 32) o pensamento histórico no século XVIII “trouxe, pela primeira vez, a idéia de que as mulheres, assim como os homens, têm uma história, e que, longe de serem compreendidas em termos de seus papéis biológicos, religiosos ou domésticos imutáveis, elas também mudam com o tempo”.

O século XIX foi marcado pela emancipação feminina iniciaram-se manifestações de igualdade à mulher, a busca de direito ao voto, a luta contra a desigualdade feminina e a possibilidade de sua melhoria de vida. Iniciaram-se movimentos feministas e a mulher começou então mudar a visão da igreja e da sociedade, houve a criação de colégios para o acesso à educação feminina, dando à mulher a oportunidade para sua profissionalização, para ter seu espaço no mercado de trabalho e conquistando seu poder. Assim, havendo novas discussões do papel da mulher perante a sociedade, pois a educação que antes era voltada apenas aos

homens, dá-se início à conquista das mulheres e segundo Rago (1985, p. 97) “[...] a educação da mulher trabalhadora aparece como instrumento de luta contra as classes dominantes, contra o poder da Igreja e contra o Estado”. A mulher começou ser vista como um ser pensante, tornando-a uma ameaça aos poderes sociais.

No século XX houve alterações no padrão de sociedade, a cultura e o papel da mulher, tendo mais espaço no serviço público, que antecederam apenas aos homens, a identidade feminina se tornou mais forte e cada vez mais ocupando seu espaço do mercado de trabalho e na sociedade. O perfil das mulheres trabalhadoras na década de 70 era de jovens solteiras sendo modificado na década de 80, pois as mulheres constituíram famílias, a partir dos anos 80 a mulher começou a conquistar empregos e escolarização melhores, tendo então jornada dupla, com isso a educação dos filhos foi atribuída à escola, tornando o professor o responsável por ministrar conteúdos e assumindo indiretamente o papel de educador tendo a responsabilidade de impor limites, ensinar valores e formar para a cidadania. Ou seja, a escola passa a ter responsabilidade que até então era da família, com isso agregou grande contribuição para o desenvolvimento da criança, o que gerou certa confusão entre o papel da família e da escola na educação das crianças devido as transformações sociais.

De acordo, Duarte (2000, p. 2) com a mulher no mercado de trabalho foi diretamente influenciada a criação de novas escolas, o que conduziu para o distanciamento da família, pois as mães passam parte do dia distante dos filhos. Com as mães trabalhando, a escola acatou a responsabilidade de educar e fornecer recreação para os filhos de mães trabalhadoras em período integral.

Segundo os dados da PNAD (Pesquisa Nacional de Amostra por Domicílio), realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2002) em 1973, 30,9% era representado por mulheres no mercado de trabalho, em 1999, as mulheres representavam 41,4% do total da força de trabalho. Uma multidão de aproximadamente 33 milhões. Os resultados hoje são superiores pelas transformações sociais que ocorreram. A mulher que apenas fazia parte dos cuidados familiares, tornou-se responsável por si. Cerca de 90% do público feminino tem a terceira jornada de trabalho, tendo que aliar seus estudos, trabalho e os afazeres domésticos. Em uma década, o número de mulheres responsáveis pelos domicílios brasileiros aumentou de 18,1% para 24,9%, segundo os dados da pesquisa “Perfil das Mulheres Responsáveis pelos Domicílios no Brasil”,

desenvolvida pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2002). Tendo então seu fortalecimento na participação no mercado de trabalho e o aumento da responsabilidade no comando das famílias. Atualmente, segundo Garcia (1992, p. 106):

Constata a expansão da capacidade sublimatória das mulheres na atualidade, em sintonia com o processo criativo e com a possibilidade de dar novas direções ao desejo. Logo, a experiência feminina não está restrita à maternidade, atualmente, as mulheres realizam produções culturais e trabalhos intelectuais, os quais há dois séculos não seriam imaginados possíveis.

O estresse diário da carreira profissional atinge mais mulheres do que homens, pois duplicaram as obrigações do trabalho sem levar em conta os deveres domésticos, que na maioria das vezes recaem sobre elas. As mulheres dedicam-se seu trabalho tanto quanto o homem e, quando retorna para casa, naturalmente dedica-se com a mesma proporção ao trabalho doméstico.

## 2.2 AS CONDIÇÕES DO TRABALHO DOCENTE NO BRASIL

Devido aos processos de transformações que têm ocorrido na sociedade como a globalização, a inserção de novas tecnologias, aceleração de produção, trabalho e trabalhadores ajustáveis e multifuncionais, inclusão social, o surgimento de diversos movimentos sociais, a questão de gênero, as mudanças de estrutura familiar, entre outras que sustentam um novo cenário que reflete na ação docente acredita-se que estas mudanças estejam ligadas a três fatores segundo Merazzi (1983, citado por CARLOTTO, 2002, p. 22):

1° a evolução e a transformação dos agentes tradicionais de socialização (família, [...] grupos sociais organizados), que nos últimos anos, vêm renunciando suas responsabilidades [...] passando a exigir que as instituições escolares assumam estas responsabilidades; 2° o papel tradicionalmente designado às instituições escolares com respeito à transmissão de conhecimentos, viu-se seriamente modificado pelo aparecimento de novos agentes de socialização (meios de comunicação e consumo cultural em massa) que se convertem em fontes paralelas de informação [...]; 3° o conflito que se instaura nas instituições quando se

pretende definir qual é a função do professor, que valores [...] em nossa sociedade, o professor deve transmitir e quais devem questionar.

Uma vez que a educação está intimamente ligada à sociedade partilhando com ela os impactos de suas mudanças, nesse início de século XXI podemos perceber a angústia que tem comprometido a ação do professor, na busca de se adequar às transformações da sociedade. A educação teve que realizar diversas reformas educacionais ao longo dos anos, e tem abraçado responsabilidades que a ela não lhe cabe de fato, sua função não é mais somente ensinar, mas sim educar, passando a atender responsabilidades deixadas por parte da família, do mercado de trabalho e da sociedade em geral.

Segundo Benevides-Pereira (2003, p. 3) os professores estão em uma luta cotidiana por sua valorização e a valorização da escola perante a sociedade, há uma sobrecarga de tarefas destinadas ao professor, salas de aulas superlotadas, indisciplina, agressão verbais e físicas dos alunos, violência dentro e ao redor da escola, pouca participação da família, salários baixos, fazendo assim que os professores dobrem sua carga horária, escolas com infraestrutura precária, com falta de materiais pedagógicos de uso diário, bibliotecas com o acervo escasso, excesso de atividades burocráticas, ausência de autonomia e comunicação. De acordo com Lipp (2003, p. 14):

Ser professor é uma profissão louvável que merece respeito e consideração pela nobre missão, de quem a exerce [...]. Infelizmente, ocorreu uma deterioração das condições da formação da prática profissional do professorado no Brasil, hoje tão desvalorizado no próprio universo acadêmico, na mídia e na sociedade em geral.

Mesmo em meio ao caos que a educação se encontra alguns professores ainda tentam buscar uma educação de qualidade, mesmo em alguns casos, sem recursos para isso, pois alguns deles ainda têm essa consciência de que precisam formar pessoas conscientes de suas ações, críticas e reflexivas, para poder conquistar a efetiva cidadania. Causando assim estresse, um desgaste físico e psíquico.

## 2.3 ESTRESSE NA SOCIEDADE

O estresse está muito presente no cotidiano da sociedade atual, tem se tornado muito comum e em diversas situações, seja na família, escola, trânsito e principalmente no ambiente de trabalho. Diante desse cenário faz-se necessário indagar sobre duas questões: O que vem a ser o estresse? Como definir e identificá-lo?

A palavra latina estresse começou a ser usada no século XVII, porém apenas em 1926 Hans Selye começou a descrever as patologias do organismo usando a palavra estresse. Lipp (2003, p. 12) aborda “chama-se de stress um estado de tensão que causa uma ruptura no equilíbrio interno do organismo”. ou seja, estresse é o desequilíbrio em lidar com situações estressantes.

Todas as pessoas podem extrapolar suas capacidades físicas e emocionais por conta de situações estressantes, variando o nível de estresse de acordo com a individualidade de cada um, levando em consideração também a idade. Como aponta Lipp (2003 p. 115) “o estresse não surge sozinho. Algo tem que precipitá-lo. Algumas vezes as fontes de stress ou estressores, como é chamado pelos psicólogos tudo o que gera stress [...]”. Pessoas mais velhas tendem a estar mais dispostas em situações estressantes, porém a sua personalidade, é que difere os níveis de estresse.

As fontes de estresse ou estressores, denominado pelos psicólogos, como tudo aquilo que ocasiona estresse, podem ser externas, ou própria do indivíduo de acordo com suas atitudes e comportamentos. De acordo com Carvalho (1995, p. 131) “o estresse é um processo, não surge como passo de mágica, o seu desenvolvimento depende da resistência de cada pessoa, da sua personalidade, da sua maneira de aceitar as coisas que acontecem”.

É imprescindível conhecer o fundamento do problema que está causando o estresse, para saber combater as causas futuras ameaçadas de estresse exagerado, é necessário saber gerenciar as condições que cooperam para o surgimento dessa doença. O estresse é uma patologia que deve ser tratada, pois em nível elevado pode gerar graves problemas de saúde.

O esgotamento físico e emocional é um dos principais problemas quanto a saúde do trabalhador, segundo Witter (2002, p. 127) “o estresse tem sido um problema mundial de saúde biopsicossocial [...] pela ansiedade causada no

cotidiano em cumprir tarefas, alcançar metas e lidar com múltiplas funções para pouca carga horária. É comum encontrar essas características nos profissionais na educação”.

O docente é uma das figuras mais importantes para a educação, ele é o responsável pelo desenvolvimento e formação do aluno, com isso há uma constante preocupação da parte do professor com o seu trabalho e o seu papel na sociedade. Os professores estão cada vez mais propícios à essa patologia, causando preocupação às suas condições de trabalho, assim tornando-se mais vulnerável ao estresse. Segundo Carlotto (2002, p. 27):

Os professores sofrem as consequências de estarem expostos a um aumento de tensão no exercício do seu trabalho, cuja dificuldade aumentou, fundamentalmente pela fragmentação da atividade do professor e o aumento de responsabilidade que lhe são exigidas, sem que, em muitas situações tenham os meios e condições necessárias para responder adequadamente.

Quando o ambiente de trabalho propicia sentimentos de estresse, a saúde do professor pode estar em risco e a escola, em muitos casos causa ao docente desmotivação e constante frustração, ele se sente impotente a alcançar metas ou em ter objetivos pessoais e profissionais atingidos, gerando consequências negativas. Com isso a profissão docente se depara com a síndrome do estresse, do esgotamento profissional, conhecida também como síndrome de Burnout.

### 3 BREVE HISTÓRICO DA SÍNDROME DE BURNOUT

A palavra síndrome descrita no dicionário do Aurélio *online* significa: “1. Conjunto de sintomas que caracterizam uma doença”; “2. Conjunto de sinais e sintomas que caracterizam determinada condição ou situação”; Síndrome, também é caracterizada como um conjunto de sintomas sejam físicos, psíquicos ou comportamentais.

De acordo com Chaifi Jbeili (2011) psicanalista e psicopedagogo que escreveu a Cartilha Burnout em Professores identificação, tratamento e prevenção, descreve que a Síndrome de Burnout foi denominada pelo conjunto de patologias pelo escritor Hebert Freudemberg em 1974, ficou conhecida após a publicação de seu artigo no *Journal of Social Issues* no qual descreveu a síndrome como um estado de estresse crônico laboral. Freudemberg denominou a síndrome como *Burnout*, nomenclatura utilizada pelos profissionais da saúde nos dias de hoje, pelo fato de um paciente ter apresentado a ele sentimentos de derrota durante um atendimento. Traduzida do inglês a palavra “*Burn*” significa *queimar* e “*out*” *fora*, dando o sentido de incêndio interior, entendendo-se como o esgotamento do profissional, tendo como a principal causa, seu ambiente de trabalho.

Segundo Maslach, Schaufeli e Leiter (1986, citado por CARLOTTO, 2002, p. 52), há três dimensões da síndrome; a exaustão emocional pela ausência de energia e entusiasmo; a despersonalização, por tratar os seus demais como objetos; e a diminuição da realização no ambiente de trabalho, tendo resultados negativos quando se auto-avaliam, sentindo-se cada vez mais insatisfeitas profissionalmente.

No Brasil a síndrome se tornou pública apenas em 1987 quando publicada por Hudson França (1987) na Revista Brasileira de Medicina, posteriormente na década de 90 surgiram publicações e teses sobre a síndrome com o intuito de alerta aos profissionais. Benevides-Pereira (2003, p. 7) denominou como síndrome do esgotamento profissional e classificou como transtorno mental, a partir daí foi incluída no Anexo II do decreto 3.048 de 6 de maio de 1999, porém ainda é um assunto oculto para a maioria dos profissionais da saúde, havendo desconhecimento.

A síndrome do esgotamento profissional integra a Lista de Doenças Profissionais e Relacionadas ao Trabalho (Ministério da Saúde, Portaria nº 1339/1999). Está classificada sob o código Z73.0 (Classificação Internacional de

Doenças, 10ª revisão - CID-10), como problema que leva ao contato com serviços de saúde.

O Ministério da Saúde brasileiro (BRASIL, 2001) reconhece a “Síndrome de *Burn-out*” ou “Síndrome do Esgotamento Profissional” como um resultado prolongado a estresses emocionais e interpessoais crônicos no trabalho, que afeta principalmente profissionais da área de serviços ou cuidadores, quando em contato direto com os usuários, que tem maior envolvimento afetivo, como os trabalhadores da educação, da saúde, policiais, bombeiros, assistentes sociais, agentes penitenciários, entre outros.

Os primeiros sintomas foram identificados às pessoas que tinham como trabalho, o cuidar, tornando-os responsáveis pelas pessoas envolvidas no seu cotidiano. Segundo Codo (1999, p. 260) “O termo Burnout surgiu como uma metáfora para exprimir o sentimento de profissionais que trabalhavam diretamente com dependentes de substâncias químicas”. Esses profissionais expressavam sentimentos de cansaço, pela responsabilidade emocional, e a sobrecarga no ambiente de trabalho.

Freudenberger (1974, citado por BENEVIDES-PEREIRA, 2002, p. 4) denominou o sentimento que pessoas ligadas afetivamente a outras pessoas que necessitavam de seus cuidados no ambiente de trabalho, expressavam. Facilitando o enfretamento deste sentimento de desgaste, pois o sentimento nomeado, pode-se compreender com mais facilidade a sua causa.

A síndrome de Burnout ainda afeta os trabalhadores no século XXI, com isso é necessário e indispensável torná-la pública, principalmente àqueles que trabalham diretamente com outras pessoas. Para Maslach e Jackson, 1981 a síndrome de Burnout é o resultado entre o sujeito e o conflito com seu ambiente de trabalho que atinge o processo de desgaste causado pelo acréscimo de sentimentos de exaustão emocional, comportamentos de cinismo e uma disposição à avaliação negativa pela insatisfação do sujeito com seu trabalho. Além disso, a síndrome seria mais frequente em profissões de característica assistencial devido ao contato direto com pessoas. Principalmente os profissionais do magistério que assumiram a exigências sociais da educação de qualidade, segundo Codo, (1999, p. 260) [...] “do educador se exige muito, o educador se exige muito; pouco a pouco desiste, entra em Burnout”.

A termo Burnout, foi escolhido em português na tradução mais direta, que refere-se a algo como “perder a energia, “perder o fogo”, ou “queimar para fora”, Benevides-Pereira (2002, p. 21) aponta Burnout como “no jargão popular inglês, se refere àquilo que deixou de funcionar por absoluta falta de energia. Enfim, uma metáfora para significar aquilo, ou aquele, que chegou ao seu limite e, por falta de energia, não tem mais condições de desempenho físico ou mental”. Burnout afeta conseqüentemente o estado emocional do trabalhador, impossibilitando-o de exercer suas tarefas por conta do estado físico dominado pelo cansaço, tendo que manter-se afastado até um concreto diagnóstico.

Vieira (2010, p. 269) aponta o progresso do primeiro instrumento para avaliar a síndrome de Burnout, por Christina Maslach e Susan Jackson criado em 1974 e havendo melhoria no ano de 1978, um inventário com questionários para avaliar os profissionais e a sua vivência no ambiente de trabalho, utilizado até nos dias de hoje, se havia no comportamento sintomas característicos da síndrome de Burnout. Ficou conhecido como *Maslach Burnout Inventory* (MBI), fundamentada em três proporções conceituais: exaustão emocional, realização profissional e despersonalização.

No início o MBI era composto por 47 perguntas, a versão atual do MBI é constituída por 22 perguntas sem justificativas, (Quadro 1) referente à frequência com que as pessoas se comportam em determinadas situações em seu ambiente de trabalho.

De acordo com Maslach & Jackson (1986, p. 12)

O MBI é um instrumento utilizado exclusivamente para a avaliação da síndrome, não levando em consideração os elementos antecedentes e as conseqüências de seu processo. Ele avalia índices de burnout de acordo com os escores de cada dimensão, sendo que altos escores em exaustão emocional e despersonalização e baixos escores em realização profissional (esta subescala é inversa) indicam alto nível de burnout.

Apresenta-se a escala ordinal variando de 1 a 7 (1-nunca, 2-algumas vezes por ano, 3-uma vez por mês, 4-algumas vezes por mês, 5-uma vez por semana, 6-algumas vezes por semanas e 7-todos os dias).

#### **Quadro 1-** Variáveis do MBI

SB1. Sinto-me emocionalmente esgotado (a) com o meu trabalho.
---

SB2. Sinto-me esgotado (a) no final de um dia de trabalho.
SB3. Sinto-me cansado (a) quando me levanto pela manhã e preciso encarar outro dia de trabalho.
SB4. Posso entender com facilidade o que sentem as pessoas.
SB5. Creio que trato algumas pessoas como se fossem objetos.
SB6. Trabalhar com pessoas o dia todo me exige um grande esforço.
SB7. Lido eficazmente com o problema das pessoas.
SB8. Meu trabalho deixa-me exausto (a).
SB9. Sinto que através do meu trabalho influencio positivamente na vida dos outros.
SB10. Tenho me tornado mais insensível com as pessoas.
SB11. Preocupa-me o fato de que este trabalho esteja me endurecendo emocionalmente.
SB12. Sinto-me com muita vitalidade.
SB13. Sinto-me frustrado (a) com meu trabalho.
SB14. Creio que estou trabalhando em demasia.
SB15. Não me preocupo realmente com o que ocorre às pessoas a que atendo.
SB16. Trabalhar diretamente com as pessoas causa-me estresse.
SB17. Posso criar facilmente uma atmosfera relaxada para as pessoas.
SB18. Sinto-me estimulado (a) depois de trabalhar em contato com as pessoas.
SB19. Tenho conseguido muitas realizações em minha profissão.

SB20. Sinto-me no limite de minhas possibilidades.
--

SB21. Sinto que sei tratar de forma adequada os problemas emocionais no meu trabalho.
---

SB22. Sinto que as pessoas culpam-me de algum modo pelos seus problemas.
--

Fonte: Maslach Burnout Inventory

A cada item do MBI indicado é condizente a uma das três dimensões da síndrome, para a Exaustão Emocional encontra-se nove itens (1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16 e 20), para a Despersonalização cinco itens (5, 10, 11, 15 e 22) e para a Baixa Realização Pessoal oito itens (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19 21). No Brasil foi o inventário foi adaptado e validado por Tamayo (1997, p. 61) com: “finalidade de trabalhar com critérios mais amplos”.

### 3.1 DEFINIÇÃO DE BURNOUT SEGUNDO AUTORES

O termo Burnout não tem conceito único, entende-se como uma resposta ao estresse ligado ao trabalho, com isso acaba sendo confundida com estresse, porém a síndrome de Burnout é uma resposta ao esgotamento do indivíduo com a empresa, com ele próprio e os demais envolvidos no ambiente de trabalho, já o estresse, caracteriza-se por um sentimento individual, podendo estar envolvido com o ambiente de trabalho ou não.

Para definir a síndrome de Burnout encontram-se diversas definições no conceito de alguns autores; Segundo Farber (1991, citado por CARLOTTO, 2002, p. 24) aborda Burnout sendo “uma síndrome do trabalho, que se origina da discrepância da percepção individual entre esforço e consequência, percepção esta, influenciada por fatores individuais, organizacionais e sociais”. O trabalhador que muito se dedica e se esforça em suas funções, doa-se às pessoas envolvidas em seu ambiente de trabalho, carrega sentimentos de responsabilidade social, havendo as consequências desse envolvimento por completo, a sobrecarga de uma dedicação intensa.

Na definição de Maslach, Jackson e Leiter (1981, citado por CARLOTTO, 2002 p. 52) Burnout é uma resposta da tensão emotiva crônica causada do excessivo contato direto com os demais seres humanos, pela constante tensão e atenção emocional, responsabilidades e afeto, causando o seu desgaste e desistência. Para esses autores, essas características se enquadram com maior frequência em profissionais da saúde e da educação.

O trabalho docente se tornou um desafio, no qual o professor deve lidar com inúmeras dificuldades em sala de aula, como a evasão escolar, a indisciplina dos alunos, vandalismo, a cobrança dos pais em aliar o ensinar com o educar, a falta de recursos pedagógicos, e vezes, a ausência da gestão democrática.

Farber (1991, citado por CARLOTTO, 2002, p. 24) aponta que a classe de professores sofre muitas críticas, é muito cobrada em seus fracassos e pouco reconhecida por seu sucesso. Segundo o autor, todas as profissões há dificuldades e a profissão do professor tem sido nas últimas duas décadas intensamente avaliada e cobrada pela comunidade em geral. Por ser o professor o principal responsável pela educação em geral, na visão da sociedade.

Carlotto (2002, p. 21) aponta que “a severidade de Burnout entre profissionais de ensino já é, atualmente, superior à dos profissionais de saúde, o que coloca o magistério como uma das profissões de alto risco”.

Na conceituação de Codo (2006, p. 258) Burnout é a “síndrome através da qual o trabalhador perde o sentido com da sua relação com o trabalho, de forma que as coisas já não importam mais e qualquer esforço lhe parece ser inútil”. O profissional sente-se esgotado, de maneira que o ambiente de trabalho lhe traz sentimentos negativos, torna-se uma pessoa fria com os demais, de modo que vê os outros como se fossem coisas, modificando-se seu comportamento perante os grupos de pessoas.

Codo (2006, p. 242) diz que “Esse esgotamento é representado pela situação na qual os trabalhadores, mesmo querendo, percebem que já não podem dar mais de si afetivamente. É uma situação de total esgotamento da energia física ou mental”.

Freudenberger (1974, citado por BENEVIDES-PEREIRA, 2002, p. 4) caracterizou a síndrome de Burnout de acordo com sua concepção clínica, um estado de exaustão consequente de um trabalho insano, no qual o trabalhador desprioriza suas necessidades. Para o profissional o trabalho que antes era visto

como prioridade em sua vida, torna-se insignificante, não trazendo mais benefícios psicossociais.

Cherniss (1980, citado por CARLOTTO, 2002, p. 25) define os sintomas do Burnout são o retorno de um trabalho cansativo, estressante e frustrante, distingue a alienação e o Burnout. O sujeito alienado limita sua liberdade, no caso do Burnout a situação é reversa, o sujeito tem a liberdade de realizar seus afazeres, porém sobre uma tarefa irrealizável. Para o sujeito, seu trabalho se torna um fardo, aquilo que era realizado em sua rotina, torna-se um desafio, que para ele impossível de realizar, pela constante exaustão psíquica.

A síndrome de Burnout é uma caracterização multidimensional e resultam três elementos. Segundo Maslach, Schaufeli e Leiter (2001, citado por CARLOTTO, 2002, p. 23) esclarecem a síndrome como: a exaustão Emocional uma posição em que o trabalhador sente-se impotente com seu desempenho no ambiente de trabalho a nível afetivo. Percebe-se a energia esgotada e o seu próprio emocional, devido ao contato diário com situações problemáticas. A despersonalização, sentimentos e atitudes negativas desenvolvimento de cinismo às pessoas com quem convive no ambiente de trabalho, se torna menos afetivo em relação a outras pessoas. Falta de envolvimento pessoal no trabalho, 'evolução negativa' afetando a realização e o desempenho no trabalho, também o contato com as pessoas e a organização.

De acordo com Maslach, Schaufeli e Leiter (2001, citado por CARLOTTO, 2002, p. 25) definem a síndrome de Burnout em pelo menos cinco elementos comuns: predominância de sintomas relacionados à exaustão mental, emocional, fadiga e depressão; ênfase nos sintomas comportamentais e mentais e não nos sintomas físicos; os traços da síndrome de Burnout são referentes ao trabalho; há a diminuição da afetividade e desempenho no trabalho ocasionado por causa de atitudes e comportamentos negativos; diminuição do afeto e o comportamento no trabalho por atitudes e condutas negativas.

Todas as definições interferem em Burnout, cada autor tem a sua visão perante a síndrome, não há apenas um fator que a desencadeia, mas as experiências negativas vividas pelo sujeito, os estressores e ambiente de trabalho com cobrança profissional, pessoal e grande envolvimento afetivo. São os principais causadores do desencadeamento da síndrome.

### 3.2 SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES

O desempenho profissional do docente não é uma tarefa fácil na sociedade brasileira atual, ensinar é um desafio, vezes reproduz na saúde física e mental dos professores que se deparam com situações escolares precárias, devendo cumprir tarefas, que em situações não dispõe de recursos para realização de seu trabalho, encarando como uma obrigação para atender a demanda educacional, torna-se incapaz de atender as cobranças, sentindo-se cada vez mais impotente na profissão. Curi (2007, p. 8) aponta:

O professor está doente. Excesso de trabalho, indisciplina em sala de aula, salário baixo, pressão da direção, violência, demandas de pais de alunos, bombardeio de informações, desgaste físico e, principalmente, a falta de reconhecimento de sua atividade são algumas das causas de estresse, ansiedade e depressão que vêm acometendo os docentes brasileiros.

Muitas são as patologias identificadas, quando se trata do cansaço dos professores, a síndrome de Burnout, também conhecida como a síndrome da desistência, em que algumas situações o professor não encontra uma forma de melhoria para seu trabalho, sente-se isolado na luta pela valorização da educação, e principalmente sente-se desvalorizado. Segundo Slegers (1999, citado por CARLOTTO, 2002, p. 25-26) aponta que Burnout deve ser considerado a partir da concepção sociológica, psicológica e organizacional. Burnout em professores pode ser determinado teoricamente a partir de uma abordagem interacional, e conceituado o resultância da interação entre intenções e ações particular do professor e suas condições de trabalho.

A síndrome de Burnout é caracterizada por fases, Reinhold (2002, p. 63) observou em professores algumas etapas da síndrome de Burnout como: idealismo; realismo; estagnação e frustração ou quase-burnout; apatia e Burnout total; fenômeno fênix.

Segundo Reinhold (2002, citado por Silva 2006, p. 94-95) descreve as fases da síndrome:

Na fase do idealismo, descrita como o momento de grande entusiasmo e energia, parece que o trabalho preenche a vida do professor. Na segunda fase, quando percebe que suas aspirações e ideais não correspondem à realidade, o professor começa a sentir frustração e percebe-se que não é recompensado. Intensifica seu trabalho, em busca de realização, mas, vem o cansaço e a desilusão, acabando o professor por se questionar quanto a sua competência. Quando o entusiasmo inicial dá lugar à fadiga crônica, é o

momento da estagnação e frustração, ou quase-burnout. É quando aparecem sintomas como irritabilidade, fuga dos contatos, atrasos e faltas. A seguir, vem a apatia e burnout total, momento no qual o professor já experimenta desespero, auto-estima corroída e até depressão. Pode perder o sentido do trabalho e até da vida. Nesse momento surge o desejo de abandonar o trabalho.

A fase denominada de “fenômeno fênix”, segundo Reinhold (2002, p. 80), significa ressurgir das cinzas e não ocorre sempre. Retrata o trabalho abandonado, antes mesmo da reintegração. Malagris (2004, p. 32), ressalta que há os quais se deparam nesse momento, com mecanismos de conflitos que podem ajudar a “crescer com Burnout”. O profissional acaba sendo afastado do seu ambiente de trabalho, seu índice de estresse aumenta cada vez mais, causando desconforto no professor dentro e fora da escola sendo crescente os conflitos com os demais colegas de profissão. Maslach e Jackson (1984, citado por CARLOTTO, 2002, p. 25) afirmam que a associação de Burnout e a educação é o nível alto de expectativa dos professores, que muitas vezes não podem ser correspondidas. Carlotto (2002, p. 12) cita alguns autores que apontam sobre às variáveis sociodemográficas. Segundo Farber (1991, citado por CARLOTTO, 2001, p. 26) “Refere que estudos têm mostrado serem os professores do sexo masculino mais vulneráveis que os do sexo feminino, o que levou à suposição de que mulheres são mais flexíveis e mais abertas para lidar com as várias pressões presentes na profissão de ensino”. A idade dos profissionais também são detalhes significativos quanto ao risco da síndrome. Etzion (1987, citado por CARLOTTO 2002, p. 24):

Associa as diferenças encontradas nos níveis do burnout às questões tradicionais do processo de socialização e organização social, as quais se colocam diferenciadamente para homens e mulheres. Professores com menos de 40 anos apresentam maior risco de incidência, provavelmente devido às expectativas irrealistas em relação à profissão. Jovens precisam aprender a lidar com as demandas do trabalho.

Professores que apresentam uma idade maior demonstram menos preocupação às causas estressantes em sua carreira, demonstrando também maior maturidade a lidar com situações frustrantes. Friedman (1991, citado por CARLOTTO, 2002, p. 24) ressaltou que, os níveis da síndrome são menores quando maior for a experiência profissional do docente.

Para Schwab e Iwanicki (1982, citado por CARLOTTO, 2002, p. 25) e Woods (1999, citado por CARLOTTO, 2002, p. 25-26), experiência na prática de ensino é menos significativa que o nível em que atua o professor. Professores da educação

infantil apresentam atitudes negativas com menos frequência, do que professores de ensino fundamental e médio.

Os professores que mais se dedicam à educação com maior envolvimento pessoal na escola podem ser as maiores vítimas da síndrome de Burnout, pois são pessoas que se dedicam por completo e aos poucos se sentem infelizes na profissão, aquilo que era realizado com prazer e entusiasmo, torna-se um fardo diário.

O quadro clínico abaixo consultado em PsiqWeb, publicado na revista Psiq Clínica pelo médico psiquiatra Geraldo José Ballone (2009) mostra as características e fatores da personalidade associadas a altos índices de Burnout.

Padrão de Personalidade	Pessoas competitivas, esforçadas, impacientes, com excesso de necessidade em ter o controle da situação, dificuldade de tolerância das frustrações.
Envolvimento	Pessoas empáticas e agradáveis, sensíveis e humanos, com alta dedicação profissional, altruístas, obsessivos, entusiasmados.
Pessimismo	Costumam destacar aspectos negativos, suspeitam sempre do insucesso, sofrem por antecipação
Perfeccionismo	Pessoas muito exigentes com si mesmas e com os outros, intolerância aos erros, insatisfeitas com os resultados.
Grande expectativa profissional	Pessoas muito exigentes com si mesmas e com os outros, intolerância aos erros, insatisfeitas com os resultados.
Centralizadores	Pessoas com dificuldade em delegar tarefas ou para trabalhar em grupo

Passividade	Pessoas sempre defensivas, tendem à evitação diante das dificuldades
Nível educacional	São mais propensas pessoas com maior nível educacional
Estado civil	As pessoas solteiras, viúvas ou divorciadas são mais propensas ao Burnout

Trigo TR, Teng CT, Hallak JEC, Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos, Rev. Psiq Clinica, vol. 34, no. 5, 2007.

Profissionais que apresentam características citadas no quadro acima, são pessoas com mais facilidade em se deparar com os sintomas da síndrome de Burnout, o papel do professor perante à escola e à sociedade é uma constante cobrança, por isso é indispensável que o professor reflita sobre sua vida pessoal, para que não internalize os problemas profissionais, levando-os para sua casa.

### 3.2.1 QUALIDADE DE VIDA DO PROFESSOR

O trabalho é essencial para a humanidade, segundo Codo (1999, p. 432) seu papel é fundamental para as pessoas pois além de contribuir para a vida social, forma a identidade do homem trazendo benefícios à sua saúde. Porém na atualidade a sociedade executa o trabalho de modo negativo, causando adoecimento e em situações levando até a morte.

Fatores culturais, sociais, políticos e econômicos influenciam cada vez mais a saúde do trabalhador em geral, seu adoecimento vai além do ambiente de trabalho mas também a interferência dos problemas sociais, o alto índice de desemprego e a crise no mercado em geral.

Os distúrbios de saúde nos professores têm sido estudados a partir da década de 60 na Europa e a partir da década de 70 iniciaram estudos no Brasil. Na

década de 80, alguns autores realizaram estudos na busca de interpretar o trabalho do professor, e as causas geradas na educação.

Segundo a Organização Mundial de Saúde, Divisão de Saúde Mental, pertencente ao grupo The World Health Organization instrument to evaluate quality of life (WHOQOL), 1998, na versão em português dos instrumentos de avaliação de qualidade, cita que:

O termo qualidade de vida como vem sendo aplicado na literatura médica não parece ter um único significado (GILL e FEINSTEIN, 1994). "Condições de saúde", "funcionamento social" e "qualidade de vida" tem sido usados como sinônimos.

[...]Qualidade de vida relacionada com a saúde ("Health-related quality of life" ) e Estado subjetivo de saúde("Subjective health status") são conceitos afins centrados na avaliação subjetiva do paciente, mas necessariamente ligados ao impacto do estado de saúde sobre a capacidade do indivíduo viver plenamente. BULLINGER e cols. (1993) consideram que o termo qualidade de vida é mais geral e inclui uma variedade potencial maior de condições que podem afetar a percepção do indivíduo, seus sentimentos e comportamentos relacionados com o seu funcionamento diário, incluindo, mas não se limitando, à sua condição de saúde e às intervenções médicas.

O professor assume na escola responsabilidades que por vezes não cabe a ele, além de ensinar, com as transformações sociais geradas principalmente na família assume também o papel de educador, mas não apenas isso, como também de psicólogo, companheiro e muitas vezes amigo do aluno, ajudando a construir hábitos de saúde, educando para o trânsito, formando cidadãos éticos, ensinar conteúdos, formação para o mercado de trabalho, entre outras atribuições, é exigido um equilíbrio entre essas situações. Segundo Esteve (1999, citado por CARLOTTO, 2002, p. 38), "Assumir as novas funções que o contexto social exige dos professores supõe domínio de uma ampla série de habilidades pessoais que não podem ser reduzidas ao âmbito da acumulação do conhecimento".

Além da grande responsabilidade emocional gerada no docente com suas múltiplas funções e seu excesso de funções, os conflitos com familiares, o desvalorizado salário, o professor se depara com a grande demanda de trabalho a ser realizado fora da instituição, causando uma sobrecarga nos instantes que seria ocasionado o seu momento de descanso ou lazer, causando mal-estar e possivelmente gerando diversas doenças.

Segundo Perrenoud (1993, p. 64) as críticas, falta de apoio pedagógico e a ausência do apoio geral da escola em formar cidadãos e alunos pesquisadores aptos para o mercado de trabalho são os elementos responsáveis do mal estar do

professor. Sendo assim o professor se vê como o único e responsável pela formação dos indivíduos, assumindo um sobrepeso supremo.

Sociedade, gestão escolar, políticas públicas, família e professor devem pensar e trabalhar a educação em conjunto, pois é em benefício de todos, também é necessário reconhecer a importância do trabalho do professor na sociedade, o seu papel e as suas responsabilidades.

### 3.3 BURNOUT X OUTROS DIAGNÓSTICOS

É preciso deixar claro que a síndrome de Burnout não deve ser confundida nem com estresse ou depressão. Quando confundida pela falta de conhecimento dos médicos, profissionais da área da saúde e da própria área da educação, dificultam o diagnóstico correto da síndrome e o seu devido tratamento. Segundo a Cartilha Sinpro-Rio (2011, p. 10-12) que relata sobre Burnout em professores, há divisão dos sinais e sintomas em quatro estágios facilita o entendimento da evolução da doença:

1º estágio:

- A vontade em ir ao trabalho fica comprometida;
- Ausência crescente e gradual de ânimo ou prazer em relação às atividades laborais;
- Surgem dores genéricas e imprecisas nas costas e na região do pescoço e coluna;
- Em geral, o profissional não se sente bem, mas não sabe dizer exatamente o que possa ser.

2º estágio:

- As relações com parceiros e colegas de trabalho começa a ficar tensa, perdendo qualidade;
- Surgem pensamentos neuróticos de perseguição e boicote por parte do chefe ou colegas de trabalho, fazendo com que a pessoa pense em mudar de setor e até de emprego;
- As faltas começam a ficar frequentes e as licenças médicas são recorrentes;
- Observa-se o absenteísmo, ou seja, a pessoa recusa ou resiste participar das decisões em equipe;

3º estágio:

- As habilidades e capacidades ficam comprometidas;
- Os erros operacionais são mais frequentes;
- Os lapsos de memória ficam mais frequentes e a atenção fica dispersa ou difusa;
- Doenças psicossomáticas como alergia e picos de pressão arterial começam a surgir e a automedicação é observada;
- Inicia-se ou eleva-se a ingestão de bebidas alcoólicas como paliativo para amenizar a angústia e o desprazer vivencial;

- Despersonalização, ou seja, a pessoa fica indiferente em suas relações de trabalho culminando em cinismo e sarcasmo;
- 4º estágio:
- Observa-se alcoolismo;
  - Uso recorrente de drogas lícitas e ilícitas;
  - Enfatizam-se os pensamentos de auto-destruição e suicídio;
  - A prática laboral fica comprometida e o afastamento do trabalho é inevitável;

Sendo uma consequência do estresse prolongado, o Burnout não ocorre de repente, ele faz parte de um processo cumulativo, que se inicia de forma silenciosa. Geralmente, emoções negativas afetam os relacionamentos no trabalho. Responder com indiferença aos sentimentos e problemas dos outros, a desumanização é também outra forma de isolamento emocional, incapacidade de se entusiasmar com projetos, lentidão de pensamento, incapacidade de concentração, falta de sentido ao executar seu trabalho, são sentimentos provocados pela síndrome. De acordo com Benevides-Pereira (2001, p. 32-33), os sintomas mais frequentemente associados ao Burnout são:

Psicossomáticos: enxaquecas, dores de cabeça, insônia, gastrites e úlceras; diarreias, crises de asma, palpitações, hipertensão, maior frequência de infecções, dores musculares e/ou cervicais; alergias, suspensão do ciclo menstrual nas mulheres.

Comportamentais: absenteísmo, isolamento, violência, drogadição, incapacidade de relaxar, mudanças bruscas de humor, comportamento de risco.

Emocionais: impaciência, distanciamento afetivo, sentimento de solidão, sentimento de alienação, irritabilidade, ansiedade, dificuldade de concentração, sentimento de impotência; desejo de abandonar o emprego; decréscimo do rendimento de trabalho; baixa auto-estima; dúvidas de sua própria capacidade e sentimento de onipotência.

Defensivos: negação das emoções, ironia, atenção seletiva, hostilidade, apatia e desconfiança.

Compreender o Burnout não é fácil, pois é uma síndrome muito complexa, como nos explica Codo (2006, p. 268) “ele é apresentado como um fenômeno multifacetado que deve ser abordado por uma estratégia interdisciplinar.” É muito importante lembrar que a Síndrome de Burnout pode ser confundida com depressão ou estresse. Na depressão, os fundamentos são diferentes, porém o que ela se iguala ao Burnout é a falta de ânimo. As principais diferenças entre elas são os sentimentos que prevalecem. Na depressão de acordo com Santos (2009, p. 4) “são os sentimentos de culpa e de derrota e no Burnout são de desapontamento e de tristeza”. Para Carlotto (2001, p. 5) “o fator desencadeante desta síndrome é o

ambiente de trabalho, que atinge principalmente profissões que exigem maior contato com as pessoas”, sendo esse fator que o difere da depressão e do estresse. De acordo com o Ministério da Saúde (BRASIL, 2015):

A palavra "estresse" tem origem na palavra inglesa "stress", que significa "pressão", "tensão" ou "insistência". É uma reação do organismo com componentes psicológicos, físicos, mentais e hormonais que ocorre quando surge a necessidade de uma adaptação grande a um evento ou situação de importância. Ele pode ser causado pela ansiedade e pela depressão devido à mudança brusca no estilo de vida ou à exposição a um determinado ambiente, que leva a pessoa a sentir um determinado tipo de angústia.

Podemos definir o estresse segundo Kratz (2012, p. 22) como uma tentativa de adaptação a uma determinada situação diferente do que se está acostumado, fazendo com que seu próprio corpo reaja como uma defesa as mudanças, demonstrando alguns sinais que aparecem claramente como: suscetibilidade a gripe e resfriados, pressão alta, dores de cabeça, gastrite, diarreia, insônia. É importante ressaltar que somente o médico ou psicoterapeuta podem diagnosticar tanto um quanto os outros diagnósticos com a avaliação e intervenção adequadas.

O professor acaba adoecendo fisicamente e psicologicamente, devido a estímulos negativos como a negligência com as condições do trabalho, a sua desvalorização, acúmulo de funções, a falta de apoio pedagógico, o tédio, a solidão, as mudanças constantes, as alterações de sono, a falta de apoio pedagógico, a violência, os pais omissos e a indisciplina dos alunos. Lembrando que o trabalho muitas vezes reflete na saúde do profissional, se o professor está doente, com certeza a educação também ficará doente.

#### 4 POSSÍVEIS PREVENÇÕES DA SÍNDROME DE BURNOUT

Como uma medida de prevenção à Síndrome de Burnout, que está relacionada também ao alto nível de estresse no trabalho, o professor precisa acreditar que é especial, lutar por seus direitos, sem desacreditar na educação. Importante seria se o professor soubesse tudo isso antes mesmo de entrar em sala de aula pela primeira vez, para que não precisasse sofrer os sintomas ou acabar identificando os sinais tarde demais, sendo o primeiro passo a informação, pois não existe melhor prevenção do que conhecer e estar informado das possíveis doenças que cercam a carreira docente. A saúde do professor melhorará quando a educação for vista com mais seriedade e com investimentos consideráveis destinados a ela. A cartilha Sinpro-Rio (2011, p. 16-17) traz algumas dicas para se evitar ou amenizar o estresse laboral, diminuindo as possibilidades de instalação da Burnout:

- Programe melhor as atividades do dia, deixando espaço para intervalos importantes - O acúmulo de afazeres diários gera estresse e aumenta as chances de falhas, comprometendo a qualidade dessas atividades, podendo afetar a auto-estima do profissional;
- Diferenciar competência de competição - Procurar realizar as tarefas com zelo e profissionalismo. Comparar desempenhos ou estilos de trabalho entre colegas de trabalho só gera desavenças. Mantenha o foco nos resultados;
- Promover ou buscar qualidade nas relações interpessoais - A presença de um bom amigo ou a interação prazerosa com outras pessoas libera um hormônio chamado ocitocina. A presença desse hormônio no organismo diminui a quantidade de um hormônio nocivo à saúde, o cortisol, também conhecido como o “hormônio do estresse”. Além desse efeito benéfico da ocitocina, a qualidade nas relações interpessoais aumenta a rede de apoio da pessoa, proporcionando mais segurança no ambiente de trabalho.
- Ainda vale a máxima - Procurar fazer algum tipo de atividade física dirigida. A atividade física regular libera hormônios essenciais para a saúde do corpo e da mente, entre eles a dopamina, um neurotransmissor que atua direto no sistema nervoso central.
- Mudar estilo de vida - Repensar o espaço que o trabalho ocupa em sua vida, rever conceitos, hábitos alimentares e reorganizar o seu tempo e suas atividades, colocando harmonia entre as áreas-chaves da vida.

É necessário identificar os agentes estressores no trabalho, para que possam vir a ser prevenidos, modificados ou conciliados à necessidade do dia a dia do profissional, para que esse não venha desenvolver futuramente a síndrome, e tenha um desempenho melhor em sua função.

#### 4.1 AS CONSEQUÊNCIAS DA SÍNDROME DE BURNOUT NA EDUCAÇÃO

Burnout quando diagnosticado em profissionais da educação traz a este profissional um desgaste em que perde o sentido e a satisfação por sua profissão. O professor é o agente principal para a emancipação do ser humano, se ele tem condições precárias de saúde, a educação também sofre consequências. A utopia que move o professor desde a universidade, é o idealismo de uma sociedade crítica e letrada, que é substituída pela sua própria alienação, torna-o desmotivado, o que acarreta, em muitos casos, ao abandono. Pois segundo Codo (2006, p. 258):

“Essa é a vida do professor, é exercer uma missão de tempo integral. O resultado de tudo isso não poderia ser outro, um sofrimento psíquico, a exaustão emocional e a despersonalização. Não tendo alternativa, se sentindo esgotado, desenvolve um sentimento de baixa auto-estima profissional e de impotência porque, por mais que faça, não consegue fazer tudo que tem vontade ou acha que deveria fazer. Não quer largar a escola. Não quer largar a família. É pelos dois que está brigando. Então se protege se afastando, hipoteticamente (ou impotentemente?), do afeto que o trabalho lhe exige e que a família lhe cobra. Finge que não sente. Se desmotiva, e sofre. Assim lança mão de um recurso, a despersonalização”.

O professor que se dedica ao máximo em sua profissão aos poucos vai substituindo esses sentimentos, pela derrota de não conseguir alcançar seus objetivos ou pela grande cobrança e pouca valorização. A síndrome de Burnout, não afeta somente trabalhadores professores, ela afeta a educação, pois sem o professor é inexistente o sucesso da educação.

#### 4.2 O LAZER DO PROFISSIONAL DA EDUCAÇÃO DO ESTADO DO PARANÁ (APP-sindicato)

Pouco se fala sobre os espaços de lazer destinados aos professores. Há algumas informações no site do sindicato dos trabalhadores em educação do estado do Paraná, destinada aos professores do estado.

Em 26 de abril de 1947 foi fundada a Associação dos Professores do Paraná (APP), por professores do Colégio Estadual e do Instituto de Educação do Paraná. A APP surgiu em um período em que a redemocratização e expansão do ensino público estavam em andamento. No início, a entidade não era chamada de

sindicato, já que, naquele período, os trabalhadores não tinham direito de expressão e organização devido ao impedimento imposto pela ditadura militar.

Em 18 de março de 1989, numa assembleia realizada em Londrina, a APP, após a ditadura militar, pode assumir a condição de sindicato, passando a denominar-se APP-Sindicato dos Professores das Redes Públicas Estadual e Municipais no Paraná. Em 1995 a APP-Sindicato se filia à Central Única dos Trabalhadores (CUT). Dois anos depois ocorre a unificação sindical entre professores e funcionários de escolas públicas em Congresso Unificado. Na época os funcionários eram representados pelo Sindicato dos Trabalhadores na Educação Pública do Paraná Sinte/PR. É mantida a marca APP-Sindicato, mas o nome oficial muda para Sindicato dos Trabalhadores em Educação Pública do Paraná.

O XI Congresso Estadual da APP-Sindicato, realizado em dezembro de 2011 em Pontal do Paraná, sinalizou para a construção de um Estatuto disponível no endereço eletrônico da associação, que determinou:

Art. 107. A previsão de receitas e despesas, incluída no Plano Anual de Aplicação Orçamentária, contará obrigatoriamente com as dotações específicas para o desenvolvimento de atividades permanentes:

- I – campanha salarial, negociação coletiva e fundo de greve no valor de 2% (dois por cento) e fundo de mobilização no valor de 3% (três por cento) da arrecadação mensal administrada pela Diretoria Estadual, em conta bancária específica;
- II – campanhas de sindicalização e campanhas diversas;
- III – repasse mensal aos Núcleos Sindicais;
- IV – organização das Secretarias;
- V – realização de congressos, conferências, seminários e cursos;
- VI – contribuição às entidades de grau superior a que a APP-Sindicato estiver filiada, ao Dieese e aos fóruns educacionais;
- VII – doações a entidades da sociedade civil que lutem pela solidariedade e organização da classe trabalhadora;
- VIII – obrigações trabalhistas com funcionários e assessores;
- IX – ampliação e manutenção da infra-estrutura e serviço do sindicato;
- X – ajuda de custo na forma deste Estatuto;
- XI – dotação específica para os clubes, as casas e as colônias, e outros que visem à formação político-sindical, à cultura e ao lazer;
- XII – outras despesas que a estrutura da APP-Sindicato e a conjuntura indicarem.

Prevista na Cláusula XI a App-sindicato disponibiliza aos sócios do sindicato o clube do professor paranaense situado em São José dos Pinhais onde são disponibilizadas churrasqueiras, piscinas, campo de futebol. Colônia de férias onde há duas instalações uma em Guaratuba e a outra em Itapoá, os interessados podem se inscrever para as colônias, devendo, porém, no ato da inscrição, fazer a opção de sua preferência, uma vez que cada inscrito poderá utilizar apenas uma das colônias.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Existem vários tipos de pesquisas, cada uma com sua especificidade. Neste trabalho de conclusão de curso foi utilizada a pesquisa bibliográfica interdisciplinar baseada em Severino (2007, p. 22). Desta forma, foi empregada a pesquisa bibliográfica para estabelecer os conceitos que embasaram todo o seu desenvolvimento. Também serviram de fontes sites que disponibilizam os documentos oficiais das políticas públicas nacionais, bem como os que publicaram os decretos, manual de procedimentos para os serviços de saúde, cartilha de identificação, tratamento e prevenção e instrumento para avaliar a síndrome de Burnout (MBI), todos esses considerados fontes primárias.

Neste trabalho de pesquisa foram necessários estudos em várias áreas. Na história da educação buscou-se mostrar como foi constituída a educação desde a chegada dos portugueses ao Brasil até os dias atuais, ressaltando as mudanças ocorridas na sociedade em geral, mas principalmente na sociedade brasileira e de como reflete até hoje no sistema educacional. Para entender a ocupação da figura da mulher foi necessário pesquisar sobre seu posicionamento dentro das sociedades dos séculos XVII até os dias atuais traçando paralelos comparativos das funções que elas desempenhavam e que desempenham hoje, isso para elucidar os maiores fatores estressores que as atingem, por serem elas, as mais envolvidas com a profissão de professor, em nossa sociedade. A fim de compreender os diagnósticos e consequências da síndrome à saúde do professor, a pesquisa foi feita em área médica na qual foi citado o Conselho de Identificação de Doenças Profissionais, onde é localizada a síndrome de Burnout e na área psicológica com pesquisas que apontam os aspectos que mais afetam na vida desses profissionais, seja pessoal ou profissional. Para se entender como os órgãos responsáveis pelos professores cuidam do lazer desses profissionais, foi necessário consultar o Sindicato dos profissionais da educação do Paraná (APP-sindicato) fundada em 1947 como associação e após alguns anos se tornando sindicato, informações que foram encontradas em endereço eletrônico, sobre o que tem sido feito para melhoria da saúde do professor e o que é feito para prevenção de doenças profissionais.

A intenção da presente pesquisa foi divulgar o histórico da síndrome, as atribuições do professor, formas de prevenção e tratamento, reconhecer sintomas e fatores estressores que levam a esta patologia.

Constatou-se, então, que as políticas públicas devem repensar a saúde mental do professor, que atualmente gera um alto número de profissionais exonerados por esse motivo, com a intenção de reconhecer que os malefícios ocorridos à saúde dele podem trazer danos também à educação, pois um profissional doente e desmotivado não consegue exercer com boa qualidade as suas funções. O ideal seria que as instituições de ensino investissem no lazer do professor e em estratégias para prevenção de doenças ocupacionais, além de repensar o acúmulo de funções a ele destinadas, que ocasiona tempo de serviço muito além de sua jornada na escola, levando-o a não ter tempo para seus momentos de lazer.

Após verificar os sintomas que desenvolvem a síndrome em professores, foi possível identificar também o que os ocasionam, notou-se que as dificuldades enfrentadas diariamente pelos docentes e a ausência de apoio para o desenvolvimento da sua tarefa são fatores que interferem nesse diagnóstico. Por vezes o professor se depara isolado e sobrecarregado, tendo sentimento de desânimo e desenvolvendo cada vez mais sintomas de Burnout que só será tratado após pleno diagnóstico.

Embora seja incontestável o dever que o professor tem em ser agente do processo de ensino aprendizagem, ele deve ter cuidado e sensibilidade para admitir suas fraquezas e angústias e reconhecer suas limitações frente a sua saúde e atuação.

Com as pesquisas realizadas, percebeu-se que pouco é falado da síndrome de Burnout, porém que o estresse é muito comum em diversas pessoas da sociedade e principalmente nos profissionais que têm ligação direta e afetiva com pessoas. Também ficou claro, a partir das análises feitas aos órgãos que cuidam dos professores, que eles têm o conhecimento das doenças ocupacionais, mas ainda é pouco divulgado aos profissionais.

Concluindo, deve-se acrescentar que este tema não se esgota na pesquisa elaborada para essa monografia apresentada como trabalho de conclusão do curso de Pedagogia. Alguns dos pontos abordados aqui já vêm sendo trabalhados no âmbito acadêmico, a exemplo da cartilha de Burnout em professores, identificação, tratamento e prevenção organizada por Chafic Jbeili e divulgada pelo sindicato dos professores do município do Rio de Janeiro e região. Outras questões que a pesquisa apontou ainda requerem estudos mais aprofundados, dentre eles a

questão da importância do lazer para a saúde do professor, além de informações sobre as prevenções necessárias para a sua completa saúde. O interessante desse tipo de pesquisa é que ela possibilita responder indagações feitas em seu início, porém também deixa demais questionamentos que abrem caminhos para estudos futuros.

## REFERÊNCIAS

- APP-Sindicato. **Fatos que marcaram a história da APP-Sindicato** Disponível em: <<http://appsindicato.org.br/index.php/historico/>> Acesso 22 out. 2015.
- BALLONE, G. J. **Síndrome de Burnout**. São Paulo: PsiqWeb. 2009. Disponível em <[www.psiqweb.med.br](http://www.psiqweb.med.br), revisto em 2009>. Acesso em: 12 out. 2015
- BENEVIDES-PEREIRA, A. M. **A saúde mental de profissionais de saúde mental: uma investigação da personalidade de psicólogos**. Maringá, 2001.
- BENEVIDES-PEREIRA, A. M. **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador**. São Paulo: Casa do Psicólogo. 2002.
- BENEVIDES-PEREIRA, A. M. **O estado da arte do burnout no Brasil**. Maringá, 2003.
- BRASIL. **Decreto nº 3.048, de 06 de maio de 1999**. Aprova o regulamento da Previdência Social, e dá outras providências. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil, Brasília-DF, 7 maio 1999. Disponível em: <<http://www010.dataprev.gov.br/sislex/paginas/23/1999/3048.htm>>. Acesso em: 12 out. 2015.
- BRASIL. **Dia Mundial de Combate ao Estresse**. Promoção da saúde. Brasil: Ministério da saúde, 2015. Disponível em: <<http://www.saude.gov.br/promocao-da-saude/50196-dia-mundial-de-combate-ao-estresse>>. Acesso em: 27 set. 2015.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde**. Brasília: Ministério da Saúde; 2001.
- BRITO, G. S.; PURIFICAÇÃO, I. **Educação e novas tecnologias um re-pensar**. 2. ed. Curitiba: Ibpex, 2008.
- CARDOSO, T.F. L. As aulas régias no Brasil. In: STEPHANOU, M.; M. H. C. **Histórias e memórias da educação no Brasil**. Petrópolis: Vozes, 2005.
- CARLOTTO, M. S. **A síndrome de Burnout e o trabalho docente**. Psicologia em Estudo, Maringá, 2002.
- CARLOTTO, M. S. **Síndrome de Burnout: Um tipo de estresse ocupacional**. Cadernos Universitários. Canoas, v.18, 2001.
- CARVALHO, A. V. **Adm. de Recursos Humanos, v.2**. São Paulo: Biblioteca Pioneira de Adm. e Negócios, 1995. Disponível em: <<http://www.faeso.edu.br/horusjr/artigos/artigo13.pdf>>. Acesso em: 7 set. 2015.
- CODO, W. **Burnout: Síndrome da desistência**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1999.

CODO, W. **Educação: carinho e trabalho. Burnout, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação.** São Paulo: Editoras Vozes, 2006.

CURI, F. **O professor brasileiro está doente.** São Paulo: Revista educação, ed. 222, 2011. Disponível em: <<http://revistaeducacao.com.br/textos/119/artigo234119-1.asp>> Acesso 02 nov. 2015.

DICIONÁRIO DO AURÉLIO. **Significado de Síndrome.** Disponível em: <<http://www.dicionariodoaurelio.com/sindrome>>. Acesso em 12 out. 2015.

DUARTE, S. M. **O emprego das mulheres e as estruturas de apoio às crianças.** In: Congresso Português de Sociologia, 2000. Disponível em: <[http://www.aps.pt/cms/docs\\_prv/docs/DPR462e040a7a15a\\_1.PDF](http://www.aps.pt/cms/docs_prv/docs/DPR462e040a7a15a_1.PDF)> Acesso em: 15 set. 2015.

ESTEVE, J. M. **O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores.** São Paulo: EDUSC. 1999.

FERREIRA JÚNIOR, A.; BITTAR, M. **Casas de bê-á-bá e colégios jesuíticos no Brasil do século 16. Em Aberto,** Brasília, v.21, n.78, 2007.

FRANÇA, H. H. **A Síndrome de "Burnout".** Revista Brasileira de Medicina. 1987.

FREIRE, P. **Medo e ousadia - o cotidiano do professor.** 4ª ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1986.

GARCIA, M. S. **Desfazendo os Vínculos Naturais entre Gênero e meio ambiente.** Revista de Estudos Feministas, Rio de Janeiro: CIEC/ECO/ UFRJ, n. 0, p. 163-68, 1992. Disponível em: <<https://periodicos.ufsc.br/index.php/ref/article/view/15810/14302>> Acesso em: 20 set. 2015.

GASPARI, L. T. **Educação e Memória: Imagens Femininas nas "Gêmeas do Iguaçu" nos anos 40 e 50.** (Dissertação de Mestrado em Educação) Universidade Estadual de Ponta Grossa, 2003.

GOMES, A. S. **mulheres, sociedade e iluminismo: o surgimento de uma filosofia profeminista na Inglaterra do século xviii.** Rio de Janeiro: UFRJ, 2011. Disponível em: <<http://www.pgletras.uerj.br/matraga/matraga29/arqs/matraga29a02.pdf>> Acesso em: 22 set. 2015.

GONÇALVES, N. G. **Constituição histórica da educação no Brasil.** Curitiba: Ibpex, 2011.

IBGE. **Divulga indicadores sociais sobre a mulher.** Brasil, 2002. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/07032002mulher.shtm>>. Acesso em: 15 out. 2014

JBEILI, C. **Cartilha Burnout**. Disponível em: <<http://www.sinpro-rio.org.br/download/cartilhas/burnout.pdf>> Rio de Janeiro Editora SinProRio, 2003. Acesso em: 09 set. 2015.

KANT, I. **“Resposta à pergunta: Que é o Iluminismo?”**. A paz perpétua e outros opúsculos. Lisboa: Edições 70, 1989.

KRATZ, L. **O Stress e o Professor Universitário**. Goiás, 2012 Disponível em: <<http://www.luciakratz.com/news/o-stress-e-o-professor-universitario/>>. Acesso em: 04 out. 2015.

LIPP, M. N. **O stress do professor**. Campinas: Papyrus, 2003.

LIPP, M. N. **O stress está dentro de você**. 5. Ed. São Paulo: Contexto, 2003.

MALAGRIS, L. E. N. **Burnout: o profissional em chamas**. Rio de Janeiro: ZIT Editores 2004.

NUNES, S. A. **O corpo do diabo entre a cruz e a caldeirinha**: um estudo sobre a mulher, o masoquismo e a feminilidade. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2000.

PERRENOUD, P. **Práticas pedagógicas, profissão docente e formação: perspectivas sociológicas**. Lisboa: D.Quixote. 1993.

RAGO, M. **Do cabaré ao lar — a utopia da cidade disciplinar**, Brasil 1890-1930. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1985.

REINHOLD, H. H. Burnout. In: LIPP, M. E. N. **O stress do professor**. Campinas: Papyrus, 2002.

SANTOS, J. W. **A SINDROME DE BURNOUT: UMA ANÁLISE SOCIAL E PSICODINÂMICA**. REVISTA CIENTÍFICA ELETRÔNICA DE PSICOLOGIA. Disponível em: <[http://faef.revista.inf.br/imagens\\_arquivos/arquivos\\_destaque/BceySbdZN5mczCk\\_2013-5-13-14-51-20.pdf](http://faef.revista.inf.br/imagens_arquivos/arquivos_destaque/BceySbdZN5mczCk_2013-5-13-14-51-20.pdf)> Acesso em: 04 out. 2015.

SEVERINO, A. J. **Metodologia do trabalho científico**. 23ª. ed. rev. e ampl. São Paulo: Cortez, 2007.

SILVA, M. E. P. **Burnout: por que sofrem os professores?** Artigo Programa de Pós-Graduação em Políticas Públicas e Formação Humana – UERJ, 2006. Disponível em: <<http://www.revispsi.uerj.br/v6n1/artigos/PDF/v6n1a08.pdf>>. Acesso em: 30 set. 2015.

TAMAYO, M. R. **Relação entre a síndrome de Burnout e os valores organizacionais no pessoal de enfermagem de dois hospitais públicos**. Dissertação de Mestrado, Instituto de Psicologia, Universidade de Brasília, 1997.

TRIGO, T.R; TENG C.T; HALLAK J.E.C. **Síndrome de Burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos**. Revista de Psiquiatria Clínica, 2007

VEIGA, C. G. **História da educação**. São Paulo: Ática, 2007.

VIEIRA, I. **Conceito(s) de burnout: questões atuais da pesquisa e a contribuição da clínica**. Rev. bras. Saúde: São Paulo, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbso/v35n122/a09v35n122.pdf>>. Acesso em: 22 set. 2015.

WHOQOL. **ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE: DIVISÃO DE SAÚDE MENTAL GRUPO WHOQOL versão em português dos instrumentos de avaliação de qualidade de vida**. Brasil, 1998. Disponível em: <<http://www.ufrgs.br/psiquiatria/psiq/whoqol1.html>> Acesso em: 15 out. 2015.

WITTER, G.P. **Produção científica sobre estresse e prevenção**. Campinas: Alínea, 2002.