



PROJETO DE GRADUAÇÃO

**SAÚDE NO TRABALHO:
A Síndrome de *Burnout* em professores de
instituições particulares do Distrito Federal
durante a pandemia da COVID-19**

Por,
Lorrany Deraldina Lemos de Aquino

**Brasília
2022**

UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA

FACULDADE DE TECNOLOGIA
DEPARTAMENTO DE ENGENHARIA DE PRODUÇÃO

UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA
Faculdade de Tecnologia

Departamento de Engenharia de Produção

PROJETO DE GRADUAÇÃO

SAÚDE NO TRABALHO: A Síndrome de *Burnout* em professores de instituições particulares do Distrito Federal durante a pandemia da COVID-19

POR,

Lorrany Deraldina Lemos de Aquino

Relatório submetido como requisito para obtenção do grau de Engenharia de Produção

Banca Examinadora

Prof^a. Márcia T. Longen Zindel (Orientadora)

Prof. Paulo Celso dos Reis Gomes

Brasília
2022

AGRADECIMENTOS

Aos meus pais, Roberto e Shirley, que nunca mediram esforços para me apoiarem, me deram forças para persistir e sempre acreditaram em mim.

À minha afilhada Cecília por ser minha válvula de alegria.

À minha tia Lena e ao Josimar que foram como pais para mim no início da minha vida acadêmica.

À minha irmã Lorena, por ser inspiração para mim e por ter me incentivado a seguir esse percurso desde o início até a entrega deste trabalho.

À minha irmã Ester por sempre me ouvir e trazer leveza para minha vida.

Ao meu namorado Henrique, que a UnB me presenteou, pelo apoio, parceria e incentivo infindáveis e à toda sua família que me acolheu tão bem.

Aos amigos que fiz nessa jornada e que eu quero levar para a vida, em especial à Raíssa pela sensibilidade, à Pamella pelo otimismo, ao Lucas pela amizade que se perdura. À Gabi e ao Phelipe, amigos que não fiz na UnB, mas que foram importantes pelo apoio e incentivo. A presença e o auxílio que recebi foram essenciais para que eu chegasse até aqui.

A todos os colegas de curso que em algum momento dividiram preocupações, frustrações e soluções comigo e que também serviram de inspiração para mim.

Aos professores que eu tive até mesmo antes de entrar na universidade, que me prepararam muito bem para esse momento e serviram de exemplo para mim, em especial à minha eterna Tia Paula.

Aos professores que tive na UnB. Tive oportunidade de conhecer além de educadores, pessoas incríveis as quais tenho muito carinho e admiração.

À UnB por terem me proporcionado experiências únicas, como participar da Empresa Júnior e do Laboratório Aberto de Brasília.

Por fim, e não menos importante, à minha orientadora, Márcia Zindel, pelo acompanhamento, carinho e cuidado. Por desde o começo ter me acolhido tão generosamente nessa orientação e ter trazido pontos cruciais para o meu desenvolvimento.

Resumo

A Síndrome de Burnout (SB) é uma doença ocupacional que advém do estresse crônico e interfere negativamente na qualidade de vida. Essa doença comumente afeta os profissionais da educação tornando-os inaptos para realização adequada de suas atividades laborais. O objetivo da pesquisa é investigar a repercussão da Síndrome de *Burnout* em professores que atuam nas escolas particulares do Distrito Federal, unidade federativa situada na Região do Centro-Oeste do Brasil, durante a pandemia de COVID-19. Para tal, foi realizado um estudo exploratório-descritivo com abordagem quantitativa, utilizando um questionário como instrumento de coleta de dados para caracterização sociodemográfica, levantamento de fatores estressores e a escala Maslach Burnout Inventory – MBI para identificação preliminar da Síndrome de *Burnout*. Com esses dados, foi realizada a análise descritiva e a análise não paramétrica dos dados, utilizando testes do Qui-Quadrado e teste exato de Fisher, bem como coeficientes de intensidade: Phi e V de Cramer. Verificou-se que ao menos um dos critérios que caracterizam a síndrome estiveram presentes em 64% da amostra estudada, que o contexto da pandemia gerou fatores agravantes para o desenvolvimento da doença, que existe correlação entre a síndrome de *burnout* e variáveis sociodemográficas, entretanto, as variáveis ocupacionais nesta amostra não se associaram. De acordo com os resultados pode-se observar que a problemática representa importante questão de saúde pública. Com isso, espera-se que este estudo possa contribuir com informações relevantes para compreensão da qualidade de vida dos profissionais atuantes no sistema de educação durante a pandemia da COVID-19.

Palavras-chave: Burnout. Covid-19. Pandemia. Professor.

Abstract

Burnout Syndrome (BS) is an occupational disease that comes from chronic stress and negatively interferes with the quality of life. This disease commonly affects education professionals, making them unfit to carry out their work activities properly. The objective of this research is to investigate the impact of Burnout Syndrome on teachers who work in private schools in Distrito Federal, a federative unit located in the Midwest Region of Brazil, during the COVID-19 pandemic. For that, an exploratory-descriptive study with a quantitative approach was carried out, using a questionnaire as a data collection instrument for sociodemographic characterization, survey of stressors and the Maslach Burnout Inventory - MBI scale for preliminary identification of Burnout Syndrome. With these data, descriptive analysis and non-parametric analysis of the data were performed, using Chi-Square tests and Fisher's exact test, as well as intensity coefficients: Phi and Cramer's V. It was found that at least one of the criteria that characterize the syndrome were present in 64% of the sample studied, that the context of the pandemic generated aggravating factors for the development of the disease, that there is a correlation between the burnout syndrome and sociodemographic variables, however, occupational variables in this sample were not associated. According to the results, it can be observed that the problem represents an important public health issue. Thus, it is expected that this study can contribute with relevant information to understand the quality of life of professionals working in the education system during the COVID-19 pandemic.

Keywords: Burnout. Covid-19. Pandemic. Teacher.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	13
1.1. OBJETIVO GERAL.....	15
1.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	15
1.3. JUSTIFICATIVA	16
1.4. COMPOSIÇÃO E ESTRUTURA DO TRABALHO.....	18
2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	19
2.1. A PROFISSÃO DOCENTE	19
2.2. SAÚDE NO TRABALHO DOCENTE.....	21
2.2.1. Fatores de Estresse.....	23
2.2.2. Panorama Pandemia	24
2.3. A SÍNDROME DE <i>BURNOUT</i>	27
2.3.1. Sintomas da Síndrome de <i>Burnout</i>	30
2.3.2. Impactos sociais e econômicos do <i>Burnout</i>	32
2.3.3. Fatores associados.....	32
3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	35
3.1. TIPO DE PESQUISA.....	35
3.2. MÉTODO DE COLETA DE DADOS	36
3.2.1. Questionário Sociodemográfico e ocupacional.....	37
3.2.2. <i>Maslach Burnout Inventory – Human Services Survey</i> (MBI-HSS).....	38
3.2.3. Construção da escala de estressores.....	39
3.3. POPULAÇÃO E AMOSTRA.....	40
3.4. DESCRIÇÃO DA COLETA DE DADOS	41
3.5. TRATAMENTO E ANÁLISE DOS DADOS.....	41
4. ANÁLISE DOS RESULTADOS.....	44
4.1. CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS.....	44
4.2. CARACTERÍSTICAS LABORAIS.....	46
4.3. FATORES DE ESTRESSE.....	48
4.4. SÍNDROME DE <i>BURNOUT</i>	49
4.4.1. Associação entre variáveis sociodemográficas com <i>Burnout</i>	51
4.4.2. Associação entre variáveis ocupacionais com <i>Burnout</i>	55
4.4.3. Associação entre variáveis de estresse durante a pandemia com <i>Burnout</i>	58
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	69

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	71
ANEXOS.....	81

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Tempo de experiência.....	46
Figura 2 - Carga horária semanal.....	46
Figura 3 - Distribuição Percentual dos Fatores Estressores.....	49
Figura 4 - Presença de pelo menos 1 dos critérios da SB por faixa etária	52
Figura 5 - Incidência de burnout por estado civil	54
Figura 6 - Distribuição do burnout entre o tempo de experiência.....	56

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Distribuição dos participantes (n = 98), segundo as características sociodemográficas	44
Tabela 2 - Etapa de atuação	47
Tabela 3 - Presença das dimensões do Burnout na amostra	50
Tabela 4 - Distribuição das dimensões de Burnout por gênero	51
Tabela 5 - Correlação entre Estado Civil, <i>Burnout</i> e as dimensões	53
Tabela 6 - Correlação entre ter filhos, <i>Burnout</i> e as dimensões.....	54
Tabela 7 - Correlação entre tempo de experiência, <i>Burnout</i> e as dimensões.....	55
Tabela 8 - Correlação entre nível de ensino, <i>Burnout</i> e as dimensões.....	56
Tabela 9 - Prevalência das dimensões do Burnout em relação às etapas de atuação	57
Tabela 10 - Correlação entre Aumento da carga horária de trabalho, Burnout e as dimensões.....	58
Tabela 11 - Correlação entre Jornada de trabalho excessiva, Burnout e as dimensões	59
Tabela 12 - Correlação entre Urgência no aprendizado de softwares e tecnologias, Burnout e as dimensões.....	59
Tabela 13 - Correlação entre Urgência no aprendizado de novas metodologias de ensino, Burnout e as dimensões	60
Tabela 14 - Correlação entre Alta cobrança de resultados, Burnout e as dimensões	60
Tabela 15 - Correlação entre medo de contaminação pelo vírus da COVID 19, Burnout e as dimensões	61
Tabela 16 - Correlação entre insegurança em relação ao futuro, Burnout e as dimensões.....	61
Tabela 17 - Correlação entre falta de reconhecimento das famílias, Burnout e as dimensões.....	61
Tabela 18 - Correlação entre falta de reconhecimento dos gestores, Burnout e as dimensões.....	62

Tabela 19 - Correlação entre falta de capacitação em relação às metodologias de ensino remotas, Burnout e as dimensões	63
Tabela 20 - Correlação entre falta de infraestrutura, Burnout e as dimensões	63
Tabela 21 - Correlação entre sensação de não conseguir dar conta de todas as demandas domésticas, familiares e profissionais, Burnout e as dimensões	64
Tabela 22 - Correlação entre redução de atividades prazerosas, Burnout e as dimensões	64
Tabela 23 - Correlação entre problemas financeiros, Burnout e as dimensões	64
Tabela 24 - Correlação entre medo de perder o emprego, Burnout e as dimensões	65
Tabela 25 - Correlação entre isolamento social, Burnout e as dimensões	65
Tabela 26 - Correlação entre aulas simultâneas, Burnout e as dimensões	66
Tabela 27 - Correlação entre Baixa participação dos alunos, Burnout e as dimensões	66
Tabela 28 - Correlação entre crescimento da demanda de atendimento individual às famílias, Burnout e as dimensões	66
Tabela 29 - Correlação entre falta de capacitação no suporte ao aluno, Burnout e as dimensões	67
Tabela 30 - Correlação entre falta de capacitação no uso de tecnologias, Burnout e as dimensões	67
Tabela 31 - Correlação entre falta de capacitação no suporte às famílias, Burnout e as dimensões	67
Tabela 32 - Correlação entre falta de contato direto com os alunos, Burnout e as dimensões	68

LISTA DE ABREVIATURAS E SÍMBOLOS

ABEP	Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa
ABPA	Associação Brasileira para Prevenção de Acidentes
APP-SINDICATO	Sindicato dos Trabalhadores em Educação Pública do Paraná
CCEB	Critério de Classificação Econômica Brasil
CID-11	11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças
CNTE	Confederação Nacional dos Trabalhadores em Educação
DE	Despersonalização
DF	Distrito Federal
EE	Exaustão Emocional
FIOCRUZ	Fundação Oswaldo Cruz
GESTRADO	Grupo de Estudos sobre Política Educacional e Trabalho Docente
H0	Hipótese nula
H1	Hipótese alternativa
HCOVS	Coronavírus humano
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
INEP	Instituto Nacional de Pesquisas
ISMA-BR	<i>International Stress Management Association</i> no Brasil
MBI-ES	Maslach Burnout Inventory - Education Survey
MBI-GS	Maslach Burnout Inventory - General Survey
MBI-HSS	Maslach Burnout Inventory - Human Services Survey
MEC	Ministério da Educação
OMS	Organização Mundial da Saúde
OIT	Organização Internacional do Trabalho
PIB	Produto Interno Bruto
PNADC	Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílio Contínua
RP	Realização Profissional
SB	Síndrome de <i>Burnout</i>
SINPRO	Sindicato dos Professores
SINPRO-DF	Sindicato dos Professores no Distrito Federal
SINPROESC	Sindicato Intermunicipal dos Professores no Estado de Santa Catarina

SINPROFPOLIS	Sindicato dos Professores de Florianópolis e Região
SINPRO-JF	Sindicato dos Professores de Juiz de Fora
SPSS	Statistical Package for the Social Sciences
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

1. INTRODUÇÃO

Após o aumento exponencial de pessoas infectadas e consequentes mortes pela COVID-19 e a sua rápida disseminação geográfica em mais de 100 países, em 11 de março de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou a disseminação do coronavírus uma pandemia. Dado o agravamento da situação epidemiológica a nível internacional, esta organização instigou os líderes mundiais a tomarem medidas urgentes para enfrentar esta crise sanitária. No Brasil, o regulamento sobre o isolamento social e a quarentena foram estabelecidos pelo Ministério da Saúde também em 11 de março e implementados pelos governadores e prefeitos no mesmo mês (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020). Consequentemente, as aulas presenciais foram suspensas em todos os níveis e modalidades. Perante esta situação, as instituições de ensino tiveram de se reorganizar rapidamente de forma a dar continuidade ao ano letivo na modalidade não presencial.

Diante da realidade atual, vivenciada pela pandemia do novo Coronavírus, percebeu-se com maior frequência que os episódios de desgaste físico e mental afetaram diariamente os profissionais da educação que continuaram atuando no cenário pandêmico, pois estes permaneceram em longas jornadas de trabalho, enfrentando preocupação com a falta de infraestrutura, além do contato frequente com a morte e o luto (BEZERRA et al., 2020).

Pesquisas conduzidas por associações e por diferentes sindicatos de professores revelaram um sentimento de preocupação generalizado dos educadores de todo o país e evidenciaram uma sobrecarga e o aumento do nível de estresse devido às mudanças no cenário de trabalho dos educadores, além de concluírem que essas mudanças estavam afetando a saúde dessa classe (APP-SINDICATO, 2020; CNTE, 2021; HOMRICH, 2021; MARTINS, 2020; MELO et al., 2020; NOVA ESCOLA, 2020; SINPROFPOLIS, 2020; GUIMARÃES, 2021; SINPROJF, 2021).

Um importante problema relacionado ao estresse para pessoas que trabalham em profissões orientadas para o relacionamento interpessoal, como é o caso da docência, é a Síndrome de Burnout (SB) ou Síndrome do Esgotamento Profissional (CARLOTTO, 2011). A condição é caracterizada como uma doença ocupacional decorrente do estresse crônico não administrado com sucesso que pode levar o

profissional ao afastamento das atividades laborais (VIEIRA et al., 2019). A doença é composta por três aspectos: exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal (VIEIRA et al., 2019).

No Brasil, a SB nasce como um termo técnico, sendo introduzida em uma lista diagnóstica - a Lista de Doenças Relacionadas ao Trabalho – (Ministério da Saúde, 2001). Desse modo, percebe-se que o estresse gerado pelas atividades ocupacionais é vivenciado como um problema real entre os profissionais (BORGES et al., 2021), visto que rotineiramente vivenciam condições laborais volúveis, em locais marcados pela falta de uma infraestrutura adequada e pela insegurança, gerando assim, elevados níveis de desgaste profissional, adoecimento físico e psicológico e qualidade de vida precária (BEZERRA et al., 2020).

Ao longo dos anos, tem sido apontado que os trabalhadores da educação apresentam alto risco de desenvolverem ansiedade, estresse e *burnout* como consequência de serem expostos a uma ampla gama de estressores do trabalho em seu cotidiano (GIL-MONTE, 2008). A Organização Internacional do Trabalho considera a profissão docente uma das mais propícias ao desenvolvimento da síndrome nos trabalhadores, devido à forte incidência de elementos estressantes (CARLOTTO, 2011).

No contexto apresentado da pandemia, as mudanças de aspectos do trabalho, devido às condições de isolamento e distanciamento social, promoveram repercussões negativas na qualidade de vida desses profissionais, visto que esses trabalhadores vivenciaram um momento de enorme pressão, com níveis de desgastes que comprometeram a eficácia do trabalho, além da saúde física e mental (BEZERRA ET AL., 2020). Nesse sentido, novos desafios potencialmente estressantes e possivelmente mais aversivos em consequência do efeito cumulativo aos outros fatores foram impostos, o que tornou os professores ainda mais propensos a desenvolverem a Síndrome de *Burnout*.

Os estudos evidenciam que as taxas elevadas do esgotamento profissional acometem principalmente os profissionais que não interromperam suas atividades na pandemia (BEZERRA et al., 2020). Entre os fatores de risco sociodemográficos percebe-se incidência prevalente ao gênero feminino, com até 40 anos de idade, solteiras, sem filhos, no início da carreira, com maior carga horária (GICHEVA, 2020; Maslach et al., 2017; CARLOTTO, 2011). Todavia, é importante ressaltar que há inconsistência de dados sobre a relação da SB com a pandemia da Covid-19, pela

baixa produção científica no Brasil, sendo essencial uma ampliação das pesquisas para um maior entendimento e melhoria das condições de trabalho dos profissionais da educação (RIBEIRO et al., 2020).

De fato, a pandemia de COVID-19 gerou um desafio ao mundo, causando fatores de estresse e um cenário de incertezas. Diante do exposto, sabe-se que a pandemia, bem como as condições de trabalho dos professores representam importante questão de saúde pública, logo, merece lugar de destaque atualmente, justificando-se a necessidade da real compreensão do estado de saúde dos trabalhadores. Nesse sentido, torna-se crucial a compreensão dos riscos e as consequências da síndrome agravada pela pandemia, visto que a COVID-19 pode contribuir para o aumento da incidência e prevalência de *Burnout* em profissionais da educação (BANSAL et al., 2020).

Diante desse contexto, é urgente e necessário conhecer a incidência da doença nos profissionais da educação. Principalmente, porque suas consequências afetam não somente o indivíduo que a apresenta, mas também os alunos e a organização em que ele atua como um todo (FERENHOF; FERENHOF, 2002).

Sendo assim, a presente pesquisa pretende identificar as condições de trabalho que os profissionais da educação percebem como ameaçadoras em tempos de pandemia e descrever as manifestações de *burnout* em um momento histórico em que o cuidado com a saúde e o bem-estar dos educadores são cruciais. Com isso, os dados fornecidos pela pesquisa poderão subsidiar ações que visam diminuir a incidência da SB e melhorar a qualidade de vida desses indivíduos.

1.1. OBJETIVO GERAL

- Avaliar a incidência da Síndrome de *Burnout* durante a pandemia do COVID-19 em professores de instituições particulares do Distrito Federal.

1.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Verificar a incidência da Síndrome de Burnout em professores de escolas particulares do Distrito Federal durante a pandemia do COVID-19 sob o enfoque da ergonomia organizacional;

- Identificar condições de trabalho que podem ser fatores de risco para o desenvolvimento da Síndrome de *Burnout* em docentes durante períodos de isolamento;
- Avaliar a correlação da Síndrome de *Burnout* com variáveis sociodemográficas como idade, sexo, estado civil, número de filhos, renda pessoal e familiar;
- Analisar a correlação da Síndrome de *Burnout* com variáveis ocupacionais correspondentes à etapa da educação que o professor atua, o tempo de experiência e a carga horária semanal;
- Propor sugestões para estudos futuros.

1.3. JUSTIFICATIVA

O ano de 2020 foi marcado pela pandemia de COVID-19 e isolamento social, desde então, muitos trabalhadores tiveram de passar por adaptações radicais na rotina e no ambiente físico para um momento de trabalho em casa. Dentre essas adaptações, houve a necessidade de aprender a operar novas ferramentas tecnológicas, a lidar com demandas domésticas não previstas, conviver com familiares numa intensidade que nunca tinham convivido e a lidar com conflitos pessoais, simultaneamente. Muitos, ainda tiveram que lidar com a perda do emprego ou redução da renda assim como o processo de luto (SINPRO-DF, 2020).

Segundo dados obtidos por uma pesquisa da *International Stress Management Association* no Brasil (ISMA-BR), em 2019, 72% da população economicamente ativa do país possuíam altos níveis de estresse. Desses, cerca de 32%, o equivalente a 33 milhões de pessoas, desenvolveram *Burnout*. Concomitantemente, é importante ressaltar que os dados podem ser mais alarmantes, ao passo que os distúrbios psíquicos relacionados ao trabalho, embora apresentem alta incidência entre a população, frequentemente deixam de ser reconhecidos no momento da avaliação clínica (GLINA et al., 2001).

Em 2020, a Secretaria Especial de Previdência e Trabalho divulgou que a concessão do auxílio-doença e da aposentadoria por invalidez subiu 26% em relação ao registrado em 2019, sendo um dos principais motivos o acometimento de transtornos mentais e comportamentais, como depressão, ansiedade e *burnout* (TST, 2021). De acordo com dados do Ministério da Economia, foram 285,2 mil de um total

de 576,6 mil afastamentos, o que representa um crescimento de 33,7%, que resultou em uma duração média do afastamento de 196 dias como reflexo (TST, 2021).

A saúde mental do trabalhador não tem apenas impacto social, mas afeta outros objetivos da empresa, inclusive financeiros. A OMS estima que esses transtornos têm um impacto econômico significativo, com um custo estimado à economia global de US\$1 trilhão por ano em perda de produtividade. Para o Brasil, em 2016, a ISMA – BR calculou que a falta de produtividade causada pela exaustão gera um prejuízo de 3,5% ao Produto Interno Bruto (PIB) que foi US\$ 1,80 trilhões (TST, 2021).

O assunto tem merecido gradual atenção que no início do ano de 2021, a OMS reconheceu os impactos da pandemia na saúde mental e incluiu a Síndrome de *Burnout* (SB) ou Síndrome do Esgotamento Profissional na 11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11) como uma doença ocupacional, podendo ser considerada até mesmo um acidente de trabalho. A nova classificação entrou em vigor em janeiro de 2022.

Os docentes têm sido desde a fase pioneira de pesquisa sobre Síndrome de *Burnout* um dos mais investigados, e têm sido enquadrados na categoria de alto risco, que apresenta um nível significativamente maior comparado às outras profissões (CARLOTTO, 2011). Em uma pesquisa com professores promovida pela Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz), os resultados indicaram que 70,13% dos participantes apresentavam sinais e sintomas de *Burnout*. Em outra pesquisa realizada pelo Ministério do Trabalho, o número de professores e orientadores diagnosticados cresceu 117% (SINPRO-DF, 2021).

A escolha deste tema justifica-se em avaliar os impactos na qualidade de vida de profissionais que estão envolvidos na educação concomitante à pandemia da Covid-19. A importância de se estudar a SB está nas repercussões que esta síndrome pode trazer tanto para o profissional que presta o ensino, quanto para os alunos, que o recebem.

A natureza deste projeto consiste na exposição a fatores de sofrimento, esgotamento, sentimento de frustração, responsabilidade pelo desenvolvimento dos discentes e, não raras vezes, ao enfrentamento da morte. No contexto da pandemia, é imprescindível considerar que a categoria docente deve receber atenção especial em decorrência do elevado número de afastamento desses profissionais do seu trabalho, tendo como principais causas doenças mentais e comportamentais (NASCIMENTO E SEIXAS, 2020). Torna-se evidente que lidar com esses sentimentos

tornam os profissionais vulneráveis, principalmente os que trabalham no sistema de ensino frente à Covid-19, e, conseqüentemente, pode desencadear um processo de desgaste físico e mental. Sendo assim, vê-se a necessidade de desenvolver pesquisas de incidência e prevalência que facilitem a identificação de fatores que possam contribuir com seu desenvolvimento.

Com essa justificativa, a pesquisa tem por base ampliar os conhecimentos existentes acerca deste assunto e contribuir como subsídio para conhecer e avaliar a incidência da Síndrome de *Burnout* em uma amostra da equipe de educação de escolas particulares que trabalha no Distrito Federal, associando-se com fatores sociodemográficos.

1.4. COMPOSIÇÃO E ESTRUTURA DO TRABALHO

O presente trabalho está estruturado em cinco capítulos, contando o capítulo introdutório. O segundo capítulo corresponde à revisão bibliográfica em que são explicados sobre a profissão docente, a saúde ocupacional, fatores de estresse relacionados à profissão, fatores de estresse no contexto da pandemia de COVID-19, sobre conceitos da Síndrome de *Burnout* juntamente com seus sintomas, os impactos econômicos e sociais incorridos e os fatores individuais associados à doença, que servirão de norte para esta pesquisa. O terceiro capítulo apresenta a metodologia de pesquisa que foi utilizada para o estudo. O quarto capítulo é composto pela análise dos resultados do estudo. Por fim, o trabalho é finalizado com o quinto capítulo, onde são abordadas as considerações finais.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1. A PROFISSÃO DOCENTE

As constantes modificações e desafios da sociedade mudaram as características do mercado de trabalho dos profissionais da educação. Neste sentido, Frota e Teodósio (2012) registram a massificação do ensino, a mercantilização e a utilização das estratégias organizacionais voltadas para o lucro no contexto atual do ensino. Ao mesmo tempo, observa-se o conflito que se instaura nas instituições quando se pretende definir qual é a função do professor. Na tentativa de atender a estas demandas, questiona-se quais valores dentre os vigentes em nossa sociedade ele deve transmitir e quais deve questionar (CARLLOTO, 2002).

As escolas apresentam as mesmas características burocráticas entre organizações públicas ou empresariais (PAIVA, CASALECHI, 2009). A docência representa em sua funcionalidade, distinções em relação a outras classes de atividades laborais na produção econômica da sociedade, em decorrência do seu trabalho ser embasado na formação de pessoas. De acordo com Tardif & Lessard (2013), os professores encontram nas pessoas com quem interagem, no mesmo tempo e espaço de seu exercício laboral, não colaboradores, mas sim seu material de trabalho na medida em que atua sobre eles, sendo importante ressaltar que para atingir o objetivo final é preciso uma atuação conjunta do aluno (PARO, 2012).

Para Marcelo (2009) o trabalho de ensinar é baseado no “compromisso em transformar conhecimento em aprendizagens relevantes para os alunos” e adquirir esse conhecimento exige um esforço contínuo do professor, visto que, atualmente, tanto os alunos, quanto o conhecimento transformam-se rapidamente. Compreende-se que a docência não é só a tarefa de ensinar aos alunos, de fazê-los aprender, mas também é necessário a dedicação do professor para continuar em constante processo de aprendizado para poder ensinar.

É evidente que ter domínio de conteúdos não é o suficiente para que o professor possa realizar sua função, pois transmitir conhecimentos é uma atividade em sua essência relacional, à medida que o professor está sempre vivenciando relações interpessoais complexas com seus alunos. Mendes e Baccon (2015)

verificaram que o forte envolvimento afetivo dos professores com seus alunos e a sua preocupação com a aprendizagem destes, é fator de desgaste, mas também é fator de realização, prazer e gratificação.

Na docência estão envolvidos sentimentos, relações e saberes de diferentes ordens (MENDES; BACCON, 2015). A responsabilidade de parte da formação pessoal passou da família para o âmbito da escola então, além do conhecimento e habilidades relacionadas à sua disciplina ministrada, espera-se que o professor seja um formador de inteligência interpessoal, pois instruem aspectos como cidadania, sustentabilidade, sexualidade, que correlacionam diretamente na atenção e controle da violência na escola. (BENEVIDES-PEREIRA, 2012).

A legislação brasileira estabelece que o trabalho docente não é aquele que se refere apenas à sala de aula ou ao processo de ensino. A Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional implementada em 1996 (Lei 9.394/96) e utilizada atualmente estabelece em seu artigo 13:

Art. 13º - Os docentes incumbir-se-ão de:

I - Participar da elaboração da proposta pedagógica do estabelecimento de ensino;

II - Elaborar e cumprir plano de trabalho, segundo a proposta pedagógica do estabelecimento de ensino;

III - zelar pela aprendizagem dos alunos;

IV - Estabelecer estratégias de recuperação para os alunos de menor rendimento;

V - Ministrando as aulas letivas e horas-aula estabelecidas, além de participar integralmente dos períodos dedicados ao planejamento, à avaliação e ao desenvolvimento profissional;

VI - Colaborar com as atividades de articulação da escola com as famílias e a comunidade (BRASIL, 1996).

Reconhecendo o papel essencial dos professores no progresso da educação e no intuito de visar e assegurar uma condição que estivesse de acordo com essa proposta, a OIT adotou padrões internacionais para uma gama de questões relacionadas com as variantes de preocupações dessa classe, a nível profissional, social, ético e material. Segurança laboral, liberdade profissional, responsabilidades, direitos, negociação, condições para um ensino-aprendizagem efetivo, segurança social, além de participação nas tomadas de decisões educativas são alguns dos temas tratados na recomendação (OIT/UNESCO, 2008). Apesar do reconhecimento da importância do valor da função dos professores no discurso histórico, Noronha et al. (2008) evidenciam a precariedade das condições laborais desses trabalhadores, assim como a sua desvalorização e expansão de suas funções.

No exercício, Gasparini et al. (2005) abordam que há uma ampliação da missão do professor para cobrir as lacunas existentes na instituição. O profissional assume a responsabilidade de ensinar e se preocupar com a aquisição de novos conhecimentos, ao passo que precisa participar da gestão e dos planejamentos escolares, orientar estudantes, atender aos pais, realizar atividades extraescolares, como participação em reuniões de coordenação, seminários, conselhos de classe, efetuar processos de recuperação, preenchimento de relatórios periódicos, o que resulta uma dedicação mais ampla e complexa, se estendendo às famílias e à comunidade. Por conseguinte, não raro, é excluído das decisões institucionais, das reestruturações curriculares, do repensar a engrenagem entre disciplinas, sendo submetido como mero executor de propostas e ideias elaboradas por outros (DALCIN; CARLOTTO, 2017).

Diante desse histórico marcado por fatores desfavoráveis aos profissionais tão importantes para o desenvolvimento da sociedade, pode-se inferir sobre o risco de adoecimento emocional dessa classe laboral e evidências para essa assertiva serão apresentadas no tópico a seguir.

2.2. SAÚDE NO TRABALHO DOCENTE

De acordo com Andrade e Cardoso (2012), o trabalho tem um caráter social e contribui diretamente na formação de identidades e desenvolvimento pessoal, por outro lado, tem grande potencial de gerar problemas de saúde e impacta na qualidade de vida das pessoas. Ressaltam que em uma mesma categoria profissional, a saúde e qualidade de vida são dependentes de fatores individuais, físicos, emocionais, econômicos e socioculturais.

Em relação à profissão docente, estudos apontam que os trabalhadores da educação de todos os níveis e ambientes de trabalho estão mais suscetíveis que outros grupos ocupacionais a doenças psicossomáticas e mentais relacionadas ao estresse, incluindo *burnout*, como consequência de serem expostos a uma gama de estressores do trabalho em seu cotidiano (GIL-MONTE, 2008; GARCÍA-CARMONA et al., 2019). Por esse motivo, a Organização Internacional do Trabalho (OIT) considera a profissão como uma das mais estressantes e possuidoras de fatores que conduzem à ansiedade e Síndrome de *Burnout* (CARLOTTO, 2011). Segundo a autora, o número

de professores com baixo envolvimento emocional com a tarefa é grande, denotando crescente exaustão emocional.

Além de problemas psicológicos, os fatores estressantes têm causado problemas físicos. Complicações desde agudas, tais como perda vocal, alergias, dores osteomusculares, cefaleias, taquicardia, irritabilidade, a crônicas como hipertensão arterial, tendinites, gastrite, insônia, alterações da memória, esgotamento físico e mental, depressão maior, ansiedade generalizada e síndrome do pânico estão entre os males mais diagnosticados (FROTA; TEODÓSIO, 2012).

De acordo com a perspectiva de Lazarus e Folkman (apud SILVA et al., 2018), o estresse surge quando as interações com o meio ambiente são avaliadas como ameaçadoras. Desta maneira, qualquer situação e estímulo que perpetue como ameaça a conquista ou manutenção do bem-estar pode ser considerada fonte estressora. Quanto menor a capacidade do indivíduo de enfrentar os danos advindos de pressões explícitas ou implícitas do ambiente, maior o impacto negativo do estresse.

Ao passo que essas demandas não podem ser facilmente satisfeitas com os recursos físicos, psicológicos, sociais ou materiais disponíveis, e respectivamente entram em conflito com objetivos, crenças e expectativas pessoais, elas se tornam uma poderosa fonte de estresse (RUBILAR; OROS, 2021).

Dejours (apud PEYON, 2018) destaca que o sofrimento de um indivíduo pode ser originado na organização da execução da função. Correlaciona aspectos do trabalho que envolvem questões como autonomia, auto realização, reconhecimento e humanização, pois esses fatores influenciam diretamente o nível de insatisfação do sujeito. A insatisfação advinda da inadequação do conteúdo ergonômico do trabalho, ou seja, contrário às exigências da tarefa ou a da carga de trabalho para os seres humanos resultam a origem das manifestações somáticas de doenças físicas e mentais (DEJOURS, 1992 apud PEYON, 2018).

À luz do conhecimento, tem notado um crescente declínio da docência com a fragilização das relações interpessoais no trabalho e com a desvalorização profissional. O estresse infligido a muitos professores tem sido citado como um fator adverso para a saúde global, por conseguinte, necessita evidente atenção (WEBER et al., 2015).

Destaca-se que inclusive professores altamente motivados estão suscetíveis ao esgotamento profissional à medida que reagem ao estresse laboral aumentando a

carga de trabalho até o colapso, conforme elucidado pelos pesquisadores Ferenhof e Ferenhof (2002). No mesmo estudo, os autores discorrem sobre a importância de separar estresse laboral e estresse como “esgotamento pessoal com interferência na vida do indivíduo e não necessariamente na sua relação com o trabalho” sendo a SB consequência da exposição crônica ao primeiro (FERENHOF; FERENHOF, 2002).

Para analisar a realidade da saúde dos professores, se faz necessário conhecer os fatores estressores a que estes trabalhadores são submetidos. Essa vertente será subdividida e abordada nos tópicos seguintes.

2.2.1. Fatores de Estresse

O estresse profissional se alimenta de múltiplas fontes. Observa-se uma desvalorização da figura do professor, a perda de prestígio, de poder aquisitivo, de condições de vida e, sobretudo, de respeito e satisfação no exercício da profissão. A sala de aula, o relacionamento com os alunos, as cobranças excessivas, a falta de tempo, a competição, a contínua atualização tecnológica e da área de estudos, os baixos salários, dão origem a uma fadiga institucional que fomenta a carreira como uma das mais estressantes do mercado (FROTA; TEODÓSIO, 2012).

A educação básica brasileira passa por problemas de difícil enfrentamento que acabam afetando o trabalho dos educadores. Frota e Teodósio (2012) explanam que a precariedade das relações de trabalho atinge tanto os professores da rede pública quanto da rede privada. Dentre os problemas destacam-se a falta de estrutura física, de investimentos, de recursos e de valorização financeira do trabalho. Devido à baixa remuneração, frequentemente, o profissional precisa dobrar seus turnos de serviços ou lecionar em mais de uma instituição, o que acarreta uma sobrecarga de trabalho. Sendo assim, abdica do seu tempo de descanso, utiliza noites e finais de semana para preparar aulas, elaborar provas, corrigir trabalhos e avaliações (GASPARINI et al., 2005), que reflete no seu bem-estar e na sua qualidade de vida e corrobora com o aumento de risco desse trabalhador ficar doente e conseqüente com o abandono do emprego.

No que diz respeito ao contexto educativo, o resultado do levantamento permitiu identificar exigências e condições de trabalho habitualmente percebidas como ameaçadoras e potenciadoras de desconforto físico e psicológico entre

professores em condições normais. Rubilar e Oros (2021) concluíram que entre os fatores de risco mais comumente sinalizados estão:

- a) Problemas de comportamento, desmotivação, faltas e acidentes sofridos ou provocados pelos alunos;
- b) Problemas com as famílias dos alunos, como críticas, reclamações e falta de acompanhamento ao aluno;
- c) Falta de apoio entre os colegas, má coordenação e dificuldades no trabalho em equipe;
- d) Demandas administrativas, conflitos com superiores, injustiças e baixo reconhecimento social e remunerativo;
- e) Sobrecarga de trabalho, tarefas múltiplas e excessivas para realizar em curtos períodos e sem pausas suficientes;
- f) Conflito e ambiguidade de papéis;
- g) Ambiente físico inadequado, falta de material pedagógico e falta de equipamentos adequados;
- h) Uso de novas tecnologias;
- i) Dificuldades em conciliar trabalho e família.

É explícito que a profissão docente se encontra entre as mais complexas, não apenas pelos inúmeros papéis que este profissional precisa desempenhar em seu ambiente de trabalho, mas também, pelas tensões pelas quais é permeada (MENDES; BACCON, 2015), o que explica como alvo as diversas investigações realizadas nos últimos anos relacionadas aos professores.

Como se vê, no exercício profissional da atividade de ensino, encontra-se presente uma série de estressores psicossociais, alguns relacionados à natureza de suas funções, descritos neste tópico, outros relacionados ao contexto em que estas atividades são exercidas, como será apresentado a seguir.

2.2.2. Panorama Pandemia

Antes de abordar sobre o COVID-19, deve-se conhecer a historicidade do vírus e entender que ele não é o primeiro coronavírus humano, e possivelmente nem o último. Os primeiros coronavírus foram isolados em 1937, mas apenas no ano de

1965, devido às suas características microscópicas é que ele foi descrito como vírus (MELO et al, 2020).

Os coronavírus humanos podem causar doenças respiratórias de gravidade variável, desde resfriados comuns até pneumonias fatais. No total, existem sete tipos de HCoV (coronavírus humano) conhecidos, entre eles, o SARS-CoV e o SARS-CoV-2, respectivamente, causadores de síndrome respiratória aguda grave e a doença COVID-19 (NUNES et al., 2020).

O novo coronavírus humano, o 2019-Ncov ou SARS-CoV-2 é responsável pela COVID-19, que é uma doença respiratória aguda, cujo espectro clínico pode variar de formas assintomáticas até a Síndrome da Angústia Respiratória. Esse novo vírus tem um elevado poder de transmissão, podendo permanecer na superfície de objetos por horas ou até mesmo dias. A infecção se dá geralmente pelas mucosas dos olhos, nariz e boca, seguindo até as vias respiratórias (NUNES et al., 2020).

Em 31 de dezembro de 2019, foi identificado o primeiro caso da COVID-19 na cidade de Wuhan, na China. Mesmo com todas as medidas preventivas sendo tomadas, em poucos meses o vírus se disseminou pelo mundo devido ao seu imenso potencial de infecção, sendo definido pela OMS o status de pandemia, em conjuntura levou a uma emergência de saúde pública de interesse internacional (CRODA; GARCIA, 2020).

Milhões de casos foram identificados ao redor de todo o globo e inúmeros óbitos foram contabilizados, atingindo mais de 100 países (BBC, 2020). No Brasil, o primeiro caso data de 26 de fevereiro de 2020, um homem de 61 anos com histórico de viagem à Itália, na época, uma das áreas mais afetadas pela doença, e a partir daí, houve um crescimento exponencial (AQUINO e MONTEIRO, 2020).

Com a instituição da pandemia do novo COVID-19, os professores brasileiros viram muitos aspectos de seu trabalho modificados. A autorização do Ministério da Educação (MEC) à substituição das aulas presenciais por aulas remotas pelas Instituições de ensino, utilizando tecnologias de comunicação e informação (BRASIL, 2020), fez com que alguns estressores se acentuassem, como é o caso do uso de novas tecnologias, bem como o pouco tempo de preparo para utilizá-las, que consequentemente elevou a jornada de trabalho. Esse profissional teve de lidar com as mudanças de seu ambiente de trabalho, tendo que programar sua rotina, admitindo, concomitantemente, a realização de mudanças em sua casa a fim de agregar um

ambiente profissional em seu ambiente doméstico natural e conciliar suas atividades docentes com a presença da família.

O crescente risco de desemprego torna as relações de trabalho fragilizadas e tensionadas. No Distrito Federal, de acordo com o sindicato, em menos de um ano de pandemia, mais de mil professores de escolas particulares foram demitidos (SINPRO-DF, 2021).

Dado estes, entende-se o aumento na percepção dos estressores do trabalho e/ou da intensidade que os educadores o atribuem, somado a imposição de novos desafios potencialmente alarmantes e possivelmente mais aversivos. Essa constatação se infere devido ao seu efeito cumulativo que está diretamente associado a outros fatores intrínsecos da pandemia, como, por exemplo, o contato constante ao luto, tornando-os gradativamente propensos a problemas de saúde (BEZERRA et al., 2020).

Segundo MacIntyre et al. (2020), a situação epidemiológica que hoje enquadra o exercício da docência gera outras preocupações que não são inerentes à função, mas com um possível efeito catalisador, como o medo do contágio, a incerteza sobre a duração da pandemia e o seu possível impacto na situação econômica, o distanciamento físico das redes sociais de apoio, entre outros.

Um estudo feito em 2021 por Rubilar e Oros avaliou que os principais estressores em professores em tempos de pandemia são, em ordem de importância:

- 1) Incerteza sobre a duração e as consequências da pandemia;
- 2) Ambiente de trabalho e sobrecarga de trabalho;
- 3) Relação com o ambiente;
- 4) Conflito e ambiguidade de papéis;
- 5) Aspecto organizacional da instituição de ensino e;
- 6) Fatores de uso de novas tecnologias.

O estudo também concluiu que os estressores estão relacionados com a Síndrome de *Burnout*, sendo que à medida que o nível de estresse aumenta, a exaustão e a despersonalização se acentuam, respectivamente, logo a realização pessoal diminui (RUBILAR; OROS, 2021). O autor considera que dos seis estressores avaliados, a incerteza sobre as consequências da pandemia tanto para o professor quanto para o aluno se destacou por sua intensidade que leva a uma sobreposição dos demais problemas, tais como não controlar a crise econômica gerada, identificar

a escassez de recursos tecnológicos de parte dos alunos para trabalhar remotamente, dificuldade em planejamentos de pequeno, médio e longo prazo, assim como não saber quando o cenário de pandemia terminará e, não obstante, não ser possível mensurar o quanto a retenção de conteúdos está sendo satisfatória. Rubilar (2021) também observou predominância de estressores associados ao ambiente laboral e sobrecarga deste, como sobreposição de tarefas domésticas, horário de trabalho desordenado, imprevisível ou diferente do horário habitual e falta de tempo para realizar as tarefas adicionais à característica formatação à distância. Aspectos organizacionais da instituição educacional, como receber um maior número de exigências e demandas dos superiores e a relação com o ambiente dos aprendizes, como, por exemplo, receber consultas múltiplas e simultâneas de alunos e/ou pais.

Como resultado, podem surgir manifestações psicossomáticas de esgotamento com sinais e sintomas mais ou menos graves. Estudos realizados com profissionais da educação durante a pandemia relataram aumento de cefaleias, contraturas musculares, astenia, inquietação, vertigem, irritabilidade, ansiedade generalizada, depressão maior e distúrbios do sono e da alimentação (RUBILAR; OROS, 2021).

A carga de trabalho é percebida como superior aos recursos disponíveis para atendê-la. A intenção de continuar exercendo a profissão, ou de escolhê-la novamente caso surja oportunidade, diminui significativamente (RUBILAR; OROS, 2021). Em direção contrária, esforços inadequados e de longo prazo para atender às demandas de trabalho podem levar à Síndrome de *Burnout*, considerada por Maslach et al (2017) como “um tipo de estresse de caráter persistente vinculado a situações de trabalho, resultante da constante e repetitiva pressão emocional associada com intenso envolvimento com pessoas por longos períodos de tempo”.

Frente a essas questões, fica evidente que, tanto na natureza do trabalho do professor quanto no contexto atual em que exerce suas funções, existem diversos estressores que, se persistentes, podem levar à Síndrome de *Burnout*.

2.3. A SÍNDROME DE *BURNOUT*

A Síndrome de *Burnout* (SB), também conhecida como Síndrome do Esgotamento Profissional, é definida pela Organização Mundial da Saúde como uma resposta ao estresse crônico do trabalho que não foi administrado com sucesso. A organização enfatiza que o termo não deve ser usado para denotar um transtorno de

saúde física ou mental nem para descrever experiências em outras áreas da vida (OMS, 2019). Entretanto, a síndrome gera consequências na saúde física e mental do indivíduo, prejudicando a qualidade de vida no ambiente profissional, sendo considerada um problema de saúde pública (SILVEIRA, 2016).

Atualmente a SB é definida em três dimensões: a exaustão emocional, que advém de um sentimento de esgotamento emotivo e insatisfação profissional; a despersonalização, que é uma reação negativa caracterizada pela falta de sensibilidade emocional e desafeição perante a equipe; e a diminuição da realização profissional, que é uma sensação de incompetência e de perda de produtividade (SILVEIRA, 2016). Neste sentido, é possível compreender que esta síndrome influencia frequentemente a qualidade do serviço prestado pelos profissionais. Ressalta-se que a doença é encontrada principalmente em pessoas que exercem profissões sociais, ou seja, trabalhadores que apresentam relação direta com outras pessoas, como professores, médicos, enfermeiros, assistentes sociais e outros (CARLOTTO, 2011).

Fatores externos, internos, psicológicos e comportamentais refletem diretamente no aumento desta síndrome, além de elementos que agravam este quadro como, uma jornada excessiva de trabalho, falta de autonomia, baixa autoestima, escolha profissional equivocada e falta de preparo. Os sintomas originam-se como uma exaustão emocional que conseqüentemente desenvolve comportamentos negativos, que podem ser manifestados pelo aparecimento de sentimentos da falta de realização pessoal no trabalho, atingindo a eficiência para efetivação das atividades laborais (VIEIRA et al., 2019).

No Brasil, o Ministério da Previdência e Assistência Social apresentou a SB na lista de doenças profissionais relacionadas ao trabalho em 1999 na categoria de Transtornos Mentais e do Comportamento (DOU, 1999).

O termo *burnout*, de origem inglesa, significa queima ou combustão total. É usualmente empregado para denotar um estado de esgotamento completo da energia individual associado a uma tentativa prolongada de lidar com determinadas situações de estresse no trabalho, ou seja, é a resposta ao estresse ocupacional crônico, gerando uma intensa frustração (MASLACH et al., 2017).

Historicamente, o primeiro estudo do fenômeno foi feito em 1974 pelo psicanalista Freudenbergger a partir da descrição clínica de um quadro de esgotamento físico e mental com intensa irritabilidade e agressividade relacionados a condições de

trabalho de voluntários em um centro de atendimento de saúde. Ele descreveu o *burnout* como um estado de exaustão, fadiga e frustração devido a uma atividade profissional que não consegue produzir as expectativas esperadas.

Desde então, o tema vem despertando interesse dos pesquisadores, especialmente no campo da Saúde Ocupacional. Embora haja variedade em concepções teóricas, existe um consenso entre os pesquisadores de que a patologia é ocasionada por demandas laborais daqueles que mantém uma relação direta e constante com outras pessoas no contexto de seu trabalho (BENEVIDES-PEREIRA, 2012; ZANELLI, 2015).

Algumas das conceituações foram discorridas por Benevides-Pereira (2010), são elas: a concepção clínica, já mencionada, a sociopsicológica, a organizacional e a sócio histórica. A concepção mais aceita de burnout e, portanto, a escolhida para fundamentar teoricamente esta pesquisa, é a sociopsicológica de Maslach, Jackson e Leiter (CARLOTTO 2011; BENEVIDES-PEREIRA, 2010). Nesta concepção, o *burnout* é definido como uma “síndrome psicológica em reação a estressores interpessoais crônicos no trabalho” (MASLACH et al., 2017).

As autoras construíram o instrumento mais utilizado para avaliar os aspectos da Síndrome de *Burnout* no âmbito das relações entre profissionais provedores de serviços/cuidados e seus receptores, o *Maslach Burnout Inventory - Human Services Survey* (MBI-HSS). É predominante entre os pesquisadores aplicá-lo em diversos grupos profissionais, com isso, percebeu-se a necessidade de adaptar o instrumento de maneira a manter seus parâmetros de validade. Surgiu então, a versão para educadores (MBI-ES - Education Survey) e, posteriormente, o MBI-GS (General Survey) (VIEIRA, 2010).

Ao testarem a validação do MBI, as autoras compreendem que esta patologia é constituída de três dimensões principais que, embora se relacionem, são independentes: Exaustão emocional (EE), Despersonalização (DE) e Baixa realização profissional (RP) (MASLACH et al., 2001).

A exaustão emocional é considerada a dimensão central da síndrome, pois se refere à sensação de esgotamento físico e mental para a realização das atividades laborais, sentimento de sobrecarga, falta de energia e de entusiasmo para enfrentar o dia de trabalho ocasionados pelo estresse crônico (BENEVIDES-PEREIRA, 2010).

A despersonalização estabelece uma relação sequencial com a anterior e é caracterizada pelo desenvolvimento de sentimentos negativos, cinismo e

distanciamento das pessoas que devem receber seu serviço/cuidado. Há a crença de que elas são merecedoras de seus problemas, o que leva o indivíduo a tratá-las com indiferença e frieza, que resulta em um declínio na capacidade de interagir com as pessoas (CARLLOTO, 2011).

A baixa realização pessoal desenvolve-se simultaneamente às anteriores e é identificada pela tendência de avaliar a si mesmo negativamente, com sentimentos de insucesso e insatisfação pessoal e profissional. Há uma diminuição das expectativas pessoais e uma crescente autodepreciação, que dá origem a sentimentos de fracasso e baixa autoestima (ZANELLI, 2015).

As alterações comportamentais estão interligadas fisiologicamente, uma vez que há a diminuição de serotonina, ocitocina, dopamina e endorfina, conhecidos como “hormônios da felicidade” (RIBEIRO et al., 2020). Somados às variações comportamentais, a doença apresenta vários sintomas, que serão apresentados no tópico a seguir.

2.3.1. Sintomas da Síndrome de *Burnout*

O diagnóstico diferencial da Síndrome de *Burnout* é um grande desafio devido a presença de sinais e sintomas similares em outras patologias, não sendo necessário que todos estejam presentes para caracterizar a doença. A sua manifestação, segundo Benevides-Pereira (2010), dependerá da configuração de fatores individuais, como predisposição genética, experiências socioeducacionais, fatores ambientais e a etapa em que a pessoa se encontra no processo de desenvolvimento da síndrome. As autoras subdividiram os sintomas do *burnout* em *Físicos*, *Psíquicos*, *Comportamentais* e *Defensivo*.

Os sintomas mais referidos na literatura e com maior acometimento das pessoas diagnosticadas fazem parte dos físicos, que são: fadiga constante e progressiva, sensação de cansaço, de vazio interno, de falta de energia e de ânimo. Além disso, há relatos de dores musculares e osteomusculares, mais frequentes na nuca e nos ombros, distúrbios de sono, como dificuldades de iniciar e/ou manter um sono restaurador, que pode ser percebido por sono agitado e pesadelos. Agregam-se cefaleias, migrâneas, perturbações gastrointestinais, náuseas, diarreias, vômitos, perda do apetite ou aumento no consumo de alimentos, sendo possível levar a imunodeficiência, acarretando em resfriados ou gripes constantes, afecções na pele

como pruridos, alergias, herpes, queda de cabelo, aparecimento ou aumento de cabelos brancos, transtornos cardiovasculares, como hipertensão arterial, palpitações, insuficiência cardiorrespiratória, distúrbios do sistema respiratório com dificuldade para respirar, disfunções sexuais, alterações menstruais nas mulheres com atraso ou até mesmo suspensão da menstruação (BENEVIDES-PEREIRA, 2010).

Já os sintomas psíquicos incluem dificuldade de concentração, falta de atenção, distúrbios de memória, processos mentais lentos, sentimento de distância do ambiente, sentimento de solidão, de que não é compreendido, impaciência, sentimento de impotência e de vítima, mudanças bruscas de humor, baixa auto-estima, deterioração da própria imagem, desânimo, disforia, perda do entusiasmo, depressão, falta de confiança nas pessoas, paranoia (BENEVIDES-PEREIRA, 2010). Por ter esses sintomas, o diagnóstico do *Burnout* é, muitas vezes, feito de forma equivocada, sendo confundido com depressão maior, por exemplo (BATISTA et al. 2011).

Por sua vez, os sintomas comportamentais que as autoras levantaram englobam negligência por falta de atenção ou atuação mais detalhista para evitar descuidos, que leva a demora na finalização das atividades; redução da tolerância; aumento da irritabilidade e da agressividade; incapacidade de relaxar, de desfrutar momentos de descanso; dificuldade em aceitar e se adaptar a mudanças; perda de energia e de iniciativa; aumento do consumo de substâncias como tranquilizantes, bebidas alcoólicas, fumo dentre outros; busca por atividades de alto risco e até mesmo suicídio. Estudos revelam que existe maior incidência de suicídios entre profissionais da saúde do que em outras profissões (BENEVIDES-PEREIRA, 2010).

Por fim, as autoras descrevem como sintomas defensivos o distanciamento e o isolamento das pessoas, uma falsa demonstração de auto-suficiência, a perda de interesse pelo trabalho e pelo lazer; absenteísmo; intenção de abandonar o trabalho; ironia e cinismo nas relações do trabalho (BENEVIDES-PEREIRA, 2010).

Nessa perspectiva, é possível inferir que não somente o indivíduo é afetado pelas consequências do *Burnout*, mas também a organização em que ele atua (FERENHOF e FERENHOF, 2002). O próximo tópico ficará a cargo de abordar sobre esses impactos sociais e econômicos da síndrome.

2.3.2. Impactos sociais e econômicos do *Burnout*

Como visto no tópico anterior, as consequências para o indivíduo que sofre com a síndrome são preocupantes e não se pode negligenciar os impactos causados no seu ciclo de convivência. Os relacionamentos externos ao trabalho são afetados, pois as pessoas com *burnout* são mais propensas a estarem tensas, ansiosas, frustradas e irritadas no ambiente domiciliar, e considerando o trabalho remoto, em que as fronteiras entre o espaço trabalho-casa ficam mais difíceis de serem delimitadas estima-se maior risco de incidência da SB (PLUUT et al., 2018).

Da mesma forma, no local de trabalho, os conflitos pessoais e relacionados à tarefa podem aumentar e provocar um ambiente propício para o desenvolvimento do estresse ocupacional ou até mesmo da síndrome de *burnout* nos colegas (GABRIEL, K.P., AGUINIS, H., 2021).

Para a empresa haverá impacto financeiro, porque fatores relacionados à saúde influenciam significativamente a relação entre qualidade e desempenho no trabalho. Do ponto de vista profissional, o *burnout* tem sido associado ao absenteísmo, à intenção de deixar o emprego, à rotatividade, à deterioração na qualidade do serviço, menor produtividade no trabalho, diminuição do comprometimento organizacional, baixa motivação e satisfação (MASLACH et al., 2001).

No Brasil, de acordo com a Associação Brasileira para Prevenção de Acidentes (2000), as doenças ocupacionais são uma das principais causas de afastamento do trabalho. A inclusão da Síndrome de *Burnout* na CID-11, conforme descrito na justificativa deste trabalho, garante o afastamento ao trabalhador e a estabilidade de um ano após o retorno. Com um trabalhador afastado, a empresa precisará contratar e treinar outra pessoa para a função e, quando o empregado que estava afastado retornar, tem assegurado voltar para o cargo que ocupava antes. É evidente que para as organizações os custos financeiros são elevados e significativo.

2.3.3. Fatores associados

Posto que a Síndrome de *Burnout* é um fenômeno relacionado a fatores situacionais de trabalho (OMS, 2019), pessoas no mesmo ambiente laboral podem corresponder a um determinado estímulo de maneiras diferentes. Isso porque os fatores interpessoais incluem variáveis sociodemográficas, de personalidade e

estratégias de enfrentamento que podem facilitar ou dificultar o desenvolvimento da doença (MASLACH et al., 2001; ZANELLI, 2015).

Em termos de variáveis sociodemográficas, de acordo com Maslach et al (2017) a idade apresenta relação inversa com *burnout*. Para estes autores, funcionários que têm entre 30 a 40 anos apresentam níveis mais altos de *burnout*. Estima-se que as pessoas experimentam níveis mais baixos de *burnout* à medida que sua idade aumenta. É importante considerar o tempo de experiência de trabalho como uma variável de confusão, portanto, o esgotamento também está associado ao início da carreira. Essa associação pode ser explicada pela frustração dos recém formados ao se depararem com a realidade do trabalho que frequentemente destoam com o aprendido em sua formação (BENEVIDES-PEREIRA, 2012).

Em relação à variável demográfica de gênero, Maslach, Schaufeli e Leiter (2001) ressaltam que os estudos não demonstram uma correlação com a síndrome. De acordo com esses autores, há uma singular diferença, porém consistente de que os homens apresentam maiores escores na dimensão Despersonalização e as mulheres em Exaustão Emocional, o que pode estar relacionado ao estereótipo ultrapassado de funções de gênero frequentemente estabelecidos pela sociedade. Benevides-Pereira (2012) corrobora com tal afirmação quando levanta a hipótese que homens não são motivados a expressarem suas emoções livremente e se responsabilizam por dupla jornada de trabalho, profissional e do lar, à qual a maioria das mulheres estão sujeitas.

No que diz respeito a variável estado civil, Maslach et al. (2001) afirmam que os solteiros são mais propensos à síndrome do que os casados e divorciados.

A variável “ter ou não filhos” tem sido associada ao *Burnout* em vários estudos. A explicação pode vir pelo fato de que a maternidade/paternidade pode desenvolver habilidades positivas que promovem flexibilidade, corrobora para um equilíbrio profissional, e assim possibilitam melhores estratégias de enfrentamento (MASLACH et al., 2001; PEREIRA, 2017).

De acordo com Zanelli (2015), quanto às características laborais, a alta carga de trabalho, a pressão por resultados e o número de indivíduos atendidos correlacionam-se com *Burnout*. O conflito de papéis, a falta de informação adequada de como desempenhar a função por parte de gestores, a ausência de suporte de superiores, a falta de feedback e autonomia também se relacionam ao problema. Além disso, trabalhos que demandam contato com clientes em sofrimento e dor, trabalho

rotineiro e que requer que o trabalhador desempenhe atividades aquém de suas habilidades, atividades de alto risco, assim como problemas como assédio moral, discrepância entre os valores institucionais e pessoais do trabalhador, impossibilidade de ascensão, burocracia excessiva, ambiente físico inadequado, clima laboral desagradável, iniquidade, mudanças organizacionais mal planejadas, baixa remuneração e falta de segurança também são relatados como fatores consistentemente correlacionados à Síndrome de *Burnout*.

Desse modo, compreende que a SB, diante de sua elevada incidência, tornou-se um grave problema de saúde pública em vários países, inclusive no Brasil, ocasionando inúmeras consequências aos profissionais nos contextos físico, psicológico e mental, além de causar sequelas secundárias aos meios profissionais e sociais. Diante do exposto, percebe-se a necessidade de um incentivo a pesquisas de ergonomia voltada à atenção em saúde com intuito de identificar diagnósticos precisos e precoces, para que dessa forma, essa problemática possa ser tratada e, principalmente, prevenida (SILVEIRA, 2016).

3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

3.1. TIPO DE PESQUISA

De acordo com Silveira e Córdova (2009, p. 31) pesquisa é um processo contínuo que por meio de investigações minuciosas faz aproximações sucessivas da realidade, fornecendo subsídios para uma intervenção real com o objetivo de resolver determinado problema.

Segundo Gil (2002, p. 41), uma pesquisa pode ser classificada como exploratória, descritiva e explicativa, com base nos seus objetivos gerais. As pesquisas exploratórias buscam o aprimoramento de ideias e a aproximação com o problema, a fim de construir hipóteses. As descritivas, como o próprio nome sugere, descreve características de determinado grupo ou estabelece relações entre variáveis utilizando técnicas padronizadas de coleta de dados, tais como, questionário e observação sistemática. Ao passo que, as pesquisas explicativas visam identificar a razão para a ocorrência dos fenômenos e, geralmente, utilizam das pesquisas exploratórias e descritivas para chegar a explicações científicas.

Quanto à abordagem, uma pesquisa pode ser classificada em qualitativa e quantitativa (SILVEIRA E CÓRDOVA, 2009). Os autores descrevem que a pesquisa qualitativa busca se aprofundar no entendimento e explicação de aspectos da realidade que não podem ser quantificados, enquanto a pesquisa quantitativa utiliza a linguagem matemática para descrever as causas de um fenômeno e relações entre variáveis. Segundo Fonseca (2002, p. 20), em pesquisas quantitativas “os resultados são tomados como se constituíssem um retrato real de toda a população alvo” se as amostras forem representativas.

Em relação à natureza, Silveira e Córdova (2009) classificam as pesquisas em básicas como sendo aquelas que geram conhecimentos novos de interesses universais, sem a previsão de uma aplicação prática e em aplicada, que geram conhecimentos para aplicação prática quando envolve verdades e interesses locais e visa a solução de problemas específicos.

Há a classificação de acordo com o procedimento adotado para a coleta de dados, sendo resumidos por Gil (2002, p. 43) em dois grandes grupos: “aqueles que

se valem das chamadas fontes de ‘papel’ e aqueles cujos dados são fornecidos por pessoas.”

Posto isso, no sentido de atender aos objetivos da pesquisa que consistem em estimar a incidência da Síndrome de *Burnout* em professores de escolas particulares do Distrito Federal durante a pandemia de COVID-19 e os fatores que mais podem causar desgaste emocional neste grupo, o presente estudo se caracteriza como uma pesquisa de corte transversal por se propor a analisar um fenômeno num determinado momento do tempo. Mostra o que o indivíduo sente e pensa naquele contexto. É classificada como descritiva, por descrever características de determinada população ou fenômeno e as relações entre variáveis. É também exploratória, por trazer uma maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito ou a construir hipóteses.

Quanto à abordagem, a pesquisa possui um caráter quantitativo por traduzir em números, opiniões e informações. Visa uma análise e classificação destes dados por meio de recursos estatísticos para quantificar os resultados. Possui natureza aplicada ao envolver interesses locais no intuito de solucionar um problema específico.

Por fim, como a pesquisa busca dados e informações diretamente com o grupo de interesse, indicado como população-alvo, utiliza um questionário como pesquisa, com garantia de sigilo. Em relação ao procedimento, a classificação dada é a de pesquisa com *Survey* (SILVEIRA; CÓRDOVA, 2009, p. 39).

3.2. MÉTODO DE COLETA DE DADOS

Como método de coleta de dados optou-se por um questionário *online* autoaplicável, para garantir alcance e agilidade na investigação, atendendo às limitações para a realização de entrevistas presenciais no contexto atual de pandemia e isolamento social. Dentre as vantagens de utilizar este instrumento de pesquisa, Perkins (2004) cita a disponibilidade constante da ferramenta, o que faz com que os respondentes possam escolher o melhor momento para participar da pesquisa, o tempo reduzido entre a confecção do questionário, o envio e o recebimento de resposta e, também, para a análise dos resultados coletados.

O questionário (ANEXO I) foi dividido em quatro partes. A primeira e a segunda buscam, respectivamente, levantar as variáveis sociodemográficas e ocupacionais da população investigada. A terceira utiliza o inventário MBI-ED (*Maslach Burnout*

Inventory – Educators Survey) adaptado para uso no Brasil para avaliar a Síndrome de *Burnout* em educadores. A quarta parte busca identificar variáveis psicossociais de estresse como fatores de risco para o desenvolvimento da síndrome. Dessa forma, pode-se traçar o perfil desses profissionais do ensino e identificar a relação entre *Burnout* e características sociodemográficas, laborais e psicossociais durante a pandemia da COVID-19.

Inicialmente, o questionário foi aplicado em dois profissionais pertencentes à população da pesquisa para avaliar o tempo médio de resposta e verificar a necessidade de adaptações e ajustes no instrumento, garantir a adequação das questões aos objetivos do estudo e a compreensão de seus itens pelos respondentes.

3.2.1. Questionário Sociodemográfico e ocupacional

As variáveis sociodemográficas analisadas da população foram gênero, idade, estado civil, renda mensal familiar e individual e número de filhos. Além disso, para garantir que todos os dados analisados fossem referentes ao público alvo, foi questionado sobre a localização que o professor leciona, em que a primeira opção era “Não leciono do Distrito Federal”.

As questões referentes à renda do profissional foram elaboradas de acordo com um padrão de classificação socioeconômica, a classificação do Critério de Classificação Econômica Brasil (CCEB), desenvolvido pela Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa (ABEP). A associação utiliza os dados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílio Contínua (PNADC) coletados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) para classificar os estratos socioeconômicos. A classificação usada nesta pesquisa se baseia no último relatório do CCEB 2020 e pode ser vista no Quadro 1.

Quadro 1 - Classe Social Brasileira e Renda Média Domiciliar

Estrato Socioeconômico	Renda média domiciliar
A	De R\$ 10.427,75 a R\$ 22.716,99
B1	De R\$ 5.449,61 a R\$ 10.427,74

B2	De R\$ 3.042,48 a R\$ 5.449,60
C1	De R\$ 1.805,92 a R\$ 3.042,47
C2	Até R\$ 1.805,91

Fonte: CCEB 2020, adaptado

No que se refere aos dados ocupacionais foram avaliados o tempo de experiência profissional, a carga horária semanal de atividades do trabalho e a etapa da educação básica que o professor atua (Educação Infantil, Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II e Ensino Médio). Para restringir a pesquisa ao público de interesse questionou-se sobre a rede de ensino que o professor atua, a saber, pública e/ou privada e se a docência foi exercida durante a pandemia.

3.2.2. Maslach Burnout Inventory – Human Services Survey (MBI-HSS)

O MBI-ED (*Maslach Burnout Inventory – Educators Survey*), com adaptação e validação para uso no Brasil realizada por Carlotto e Câmara (2004), trata-se de um inventário autoaplicado que totaliza 22 itens para verificar índices presentes nas três dimensões que constituem a síndrome:

1- Exaustão Emocional, composto por nove itens - Sinto-me esgotado (a) emocionalmente devido ao meu trabalho; Sinto-me cansado (a) ao final da jornada de trabalho; Quando levanto-me pela manhã e vou enfrentar outra jornada de trabalho, sinto-me cansado (a); Trabalhar com pessoas o dia todo me exige um grande esforço; Meu trabalho deixa-me exausto (a); Sinto-me frustrado (a) em meu trabalho; Sinto que estou trabalhando demais; Trabalhar diretamente com pessoas causa-me estresse; Sinto-me no limite de minhas possibilidades,

2- Despersonalização, constituído por cinco itens - Creio que trato alguns alunos como se fossem objetos impessoais; Tenho me tornado mais insensível com as pessoas desde que exerço este trabalho; Preocupa-me o fato de que este trabalho esteja-me endurecendo emocionalmente; Realmente não me preocupo com o que ocorre com alguns alunos; Sinto que os alunos culpam-me de alguns de seus problemas.

3- Realização Profissional, representado por oito itens - Posso entender com facilidade o que sentem meus alunos; Eu lido eficazmente com os problemas dos alunos; Sinto que através do meu trabalho influencio positivamente na vida de outros; Sinto-me com muita vitalidade; Posso criar facilmente uma atmosfera relaxada para os meus alunos; Sinto-me estimulado (a) depois de trabalhar em contato com os alunos; Tenho conseguido muitas realizações em minha profissão; Sinto que sei tratar de forma adequada os problemas emocionais no meu trabalho.

No questionário, foi solicitado que as respostas fossem dadas em relação ao trabalho durante a pandemia da COVID-19. As respostas variaram em uma pontuação de 1 a 5, em uma escala Likert, da seguinte forma: 1 para “nunca”, 2 para “raramente”, 3 para “algumas vezes”, 4 para “frequentemente”, 5 para “sempre”. A presença de *Burnout* é indicada pela combinação de altos escores nas dimensões de exaustão emocional (EE) e despersonalização (DE) e de baixo escore em realização profissional (RP) (CARLOTTO e CÂMARA, 2004).

Para cada participante realizou-se a somatória de cada dimensão. Como ponto de corte para determinar a presença da Síndrome de *Burnout* utilizou-se percentis, visto que estudiosos recomendam (SCHAUFELI, 1995 *apud* SALVAGIONI *et. al*, 2022) que esses valores devem ser específicos por nação e que, no Brasil, não foram determinados pontos. Em consonância com estudos anteriores (CAMPOS, *et. al*, 2020), foram consideradas pontuações acima do percentil 75 para indicar altos escores em EE e em DE e pontuações abaixo do percentil 25 para indicar baixo escore em RP.

Nesta pesquisa, os pontos de corte encontrados foram: pontuações iguais ou maiores que 34 para EE, pontuações iguais ou maiores que 10 para DE e pontuações iguais ou menores que 26 para RP.

3.2.3. Construção da escala de estressores

Com o intuito de analisar as situações que os professores consideram estressantes no contexto da pandemia foram levantados vinte e três itens para o questionário através da combinação de revisão bibliográfica (vide tópico 2.2) com a contribuição de três professores que atuaram na identificação de situações laborais potencialmente ameaçadoras no contexto de isolamento e na clareza dos itens, sua relevância e seu grau de adequação a realidade dos educadores.

As respostas a essas questões variaram em uma pontuação de 1 a 5, em uma escala Likert, da seguinte forma: 1 para “Discordo totalmente”, 2 para “Discordo”, 3 para “Indiferente (ou neutro)”, 4 para “Concordo”, 5 para “Concordo totalmente”. Dessa forma, calculou-se uma média das respostas para cada tópico para auxiliar na análise da relevância do item e relacioná-los com os critérios da SB. O compilado dos itens do questionário consta no Anexo I deste documento.

3.3. POPULAÇÃO E AMOSTRA

Para a realização deste estudo foi empregada a técnica de amostragem da população alvo. A população é composta por todos os professores da educação básica de ensino particular do Distrito Federal que exerceram a docência durante a pandemia. Segundo dados do Censo Escolar realizado pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP) em 2021 esse número representa cerca de 9.920 professores.

Para obter um número de indivíduos que representassem as informações coletadas de forma confiável, foi utilizado o procedimento de cálculo para amostras finitas (para populações com até 100.000 indivíduos), descrito por Gil (2009) pela Equação 1, a seguir:

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{e^2 \cdot (N - 1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

Em que n é o tamanho da amostra, Z é o valor crítico que corresponde ao grau de confiança desejado, N é o tamanho da população, e é a margem de erro da pesquisa, p é a proporção populacional de indivíduos que pertence à categoria de interesse e q é a proporção de indivíduos que não pertence à categoria de interesse, ou seja, a porcentagem complementar (100-p).

Para determinação da amostra foi definido erro amostral de 10%, intervalo de confiança de 95%, o que corresponde ao valor tabelado de $z = 1,96$, e como as proporções p e q não são conhecidas, adotou-se $p = 50\%$ que é a variabilidade máxima. Com isso, a amostra mínima representativa da população é de 96 professores.

3.4. DESCRIÇÃO DA COLETA DE DADOS

A coleta de dados foi realizada através de um questionário digital, desenvolvido na plataforma *Google Forms*. O *link* que dava acesso ao questionário *online* foi divulgado via redes sociais e canais de comunicação digital. O questionário foi auto explicativo e levou cerca de 10 minutos para ser respondido. É importante ressaltar que todos os preceitos éticos foram respeitados.

Primeiramente, o objetivo do estudo e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) foram apresentados. Os professores participaram de forma anônima e voluntária, devendo declarar seu consentimento antes de responder o questionário. Os dados foram obtidos entre os dias de 17 de outubro de 2021 e 08 de janeiro de 2022, resultando em 105 respostas coletadas. Foram incluídas na análise apenas as respostas de participantes que tivessem exercido a atividade docente em escolas particulares do Distrito Federal durante a pandemia de COVID 19. Sendo assim, 7 respostas foram desconsideradas, restando 98 para o desenvolvimento da pesquisa. O questionário aplicado no estudo está presente no ANEXO I deste documento.

3.5. TRATAMENTO E ANÁLISE DOS DADOS

Os resultados obtidos pela amostra foram levantados e organizados em uma planilha do programa Excel, versão 2013 e a análise dos dados foi realizada por meio dos programas *Statistical Package for Social Sciences* – SPSS, versão 20 e *RStudio Desktop 2022*. Para descrever o perfil da amostra, no que diz respeito às variáveis sociodemográficas, as quais contemplaram gênero, faixa etária, estado civil, possuir filhos e renda, bem como as variáveis laborais, a saber, tempo de experiência, carga horária de trabalho e etapa de atuação, foram utilizadas frequências relativas e absolutas, visto que todas essas variáveis são do tipo categórica.

Para avaliar a consistência interna dos instrumentos “MBI” e “fatores de risco” aplicados nesta pesquisa foi utilizado o coeficiente Alpha de Cronbach, recomenda-se que o valor do índice seja no mínimo 0,70 (HORA et al., 2010). Ao nível da consistência interna, os resultados obtidos comprovam a sua consistência, uma vez que no presente estudo se obteve um Alfa de Cronbach = 0,76 (>0,70) no primeiro instrumento. Em relação à consistência interna obtida para cada uma das subescalas,

alcançou-se os seguintes valores: Exaustão Emocional $\alpha=0,91$, Despersonalização $\alpha=0,71$ e Realização Profissional $\alpha=0,79$. Os resultados de Coeficientes Alfas de Crombach encontrados neste estudo foram aproximados às referências psicométricas desenvolvidas por Maslach & Jackson, que indicaram Coeficientes Alfas de Crombach aceitáveis (EE= α de 0,90; DE= α de 0,79; e RP= α de 0,71). Os resultados obtidos nos fatores de risco também comprovam sua consistência, uma vez que no presente estudo se obteve um Alfa de Cronbach = 0,93.

Para atingir os objetivos de verificar a correlação entre a incidência do *burnout* com os dados socioeconômicos e com os fatores estressores foram feitas análises bivariais e utilizados testes não paramétricos, visto que as variáveis são classificadas como categóricas. Utilizou-se o teste do Qui-Quadrado de independência ou o teste exato de Fisher, quando os pressupostos do primeiro não eram atendidos, para comparar as frequências observadas em cada categoria e as frequências esperadas caso não existisse associação. Para atender os pressupostos do teste Qui-Quadrado nenhum valor esperado pode ser inferior a 1 e no máximo 20% dos valores esperados devem ser inferiores a 5 (SHARPE, 2015). A princípio, o teste exato de Fisher foi desenvolvido para tabelas 2x2, mas computacionalmente é possível fazer para tabelas 2xn. A hipótese nula para esses testes é de que não há associação entre as duas variáveis e não existe relação de dependência. Além disso, foi considerado estatisticamente significativo p-valor $\leq 0,05$. Ou seja, para p-valor $\leq 0,05$ rejeita-se a hipótese nula. Seguem as descrições das hipóteses para verificar a correlação entre *burnout* e variáveis socioeconômicas e ocupacionais:

- H0 (hipótese nula, $p > 0,05$): Não existem diferenças estatisticamente significativas entre a incidência do *burnout* em professores da rede particular do DF durante a pandemia com nenhum fator sociodemográfico (gênero, faixa etária, estado civil, renda individual, renda familiar, etapa de ensino, carga horária de trabalho, tempo de experiência).
- H1 (hipótese alternativa, $p \leq 0,05$): Existem diferenças estatisticamente significativas entre a incidência do *burnout* em professores da rede particular do DF durante a pandemia com pelo menos um fator sociodemográfico (gênero, faixa etária, estado civil, renda individual, renda familiar, etapa de ensino, carga horária de trabalho, tempo de experiência). Neste caso, o resultado sugere que a incidência do *burnout* depende de pelo menos algum fator sociodemográfico.

Para avaliar a relação de dependência entre a incidência da síndrome e os fatores estressores têm-se as seguintes hipóteses:

- H0 (hipótese nula, $p > 0,05$): Não existem diferenças estatisticamente significativas entre a incidência do *burnout* em professores da rede particular do DF durante a pandemia com os fatores estressores levantados.
- H1 (hipótese alternativa, $p \leq 0,05$): Existem diferenças estatisticamente significativas entre a incidência do *burnout* em professores da rede particular do DF durante a pandemia com os fatores estressores levantados. Neste caso, o resultado sugere que a incidência do *burnout* depende de pelo menos um fator estressor levantado.

Para medir o grau de associação entre as variáveis categóricas que possuem correlação foram utilizados os coeficientes de Phi para variáveis binárias e V de Cramer para as que apresentavam mais de duas (2) categorias de resposta. As medidas fornecem um valor entre -1 e 1 para o primeiro coeficiente, sendo que valores negativos representam relações negativas (a presença de um item se associa a ausência do outro), valores positivos apresentam relações positivas (a presença de um item se associa a presença do outro) e quanto mais próximo de 0, menos relação possuem as variáveis analisadas. E para o segundo coeficiente o intervalo varia entre 0 a 1, onde o valor 1 indica a máxima relação entre as variáveis e 0 a ausência de relação.

Foi realizado por meio do software SPSS o cálculo dos testes e disponibilização do valor do qui-quadrado, do p-valor, dos coeficientes de associação, das frequências observadas e esperadas e dos resíduos padronizados ajustados. Se o resíduo ajustado em uma célula é inferior a -1,96 ou superior a 1,96 indica que a diferença entre a frequência observada e a frequência esperada é significativa.

4. ANÁLISE DOS RESULTADOS

4.1. CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS

Com a finalidade de caracterizar o perfil sociodemográfico da amostra pesquisada foram abordadas questões relacionadas ao gênero, faixa etária, estado civil, número de filhos e renda pessoal e familiar.

A tabela mostra a distribuição dos participantes conforme os dados sociodemográficos coletados na pesquisa.

Tabela 1 - Distribuição dos participantes (n = 98), segundo as características sociodemográficas

Características	Frequência absoluta (N)	Frequência relativa (%)
GÊNERO		
Feminino	46	46,94
Masculino	52	53,06
FAIXA ETÁRIA		
<30	18	18,37
30 a 40	51	52,04
41 a 60	29	29,59
>60	0	0,00
ESTADO CIVIL		
Solteiro	34	34,69
Casado	58	59,19
Divorciado	6	6,12
Viúvo	0	0,00
FILHOS		
Não	45	45,92

Características	Frequência absoluta (N)	Frequência relativa (%)
Sim	53	54,08
RENDA PESSOAL		
Até 1805,90	11	11,22
1805,91 a 3042,46	19	19,39
3042,47 a 5449,59	25	25,51
5449,60 a 10427,73	32	32,65
10427,74 a 22716,98	10	10,20
>22716,98	1	1,02
RENDA FAMILIAR		
Até 1805,90	5	5,1
1805,91 a 3042,46	12	12,24
3042,47 a 5449,59	18	18,37
5449,60 a 10427,73	34	34,69
10427,74 a 22716,98	20	20,41
>22716,98	9	9,18

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

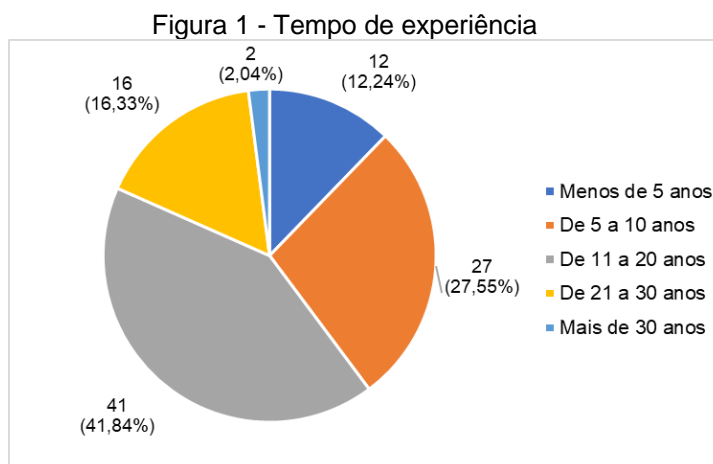
Considera-se a amostra equilibrada quanto ao aspecto gênero, visto que 53% dos participantes são do sexo masculino e 47% do sexo feminino. A faixa etária entre 30 e 40 anos foi a mais frequente, representando 52% da amostra e a de menor frequência foi entre 51 e 60, com 3%. A frequência do estado civil da amostra foi: 6% são divorciados, 35% solteiros e em sua grande maioria, 59%, são casados ou convivem em união estável.

Na renda individual, 11% dos professores responderam receber até 1805,90; 19% de R\$ 1.805,91 a R\$ 3.042,46; 26% recebe entre R\$ 3.042,47 e R\$ 5.449,59; 33% entre R\$ 5.449,60 e R\$ 10.427,73; 10% de R\$ 10.427,74 a R\$ 22.716,98 e; uma pessoa recebe mais de R\$ 22.716,98 . Sob a ótica da renda familiar, apenas 5% fazem

parte da classe C2 da estratificação social, 12% da C1, 18% da B2, a maioria, 35%, da B1 e 30% da classe A.

4.2. CARACTERÍSTICAS LABORAIS

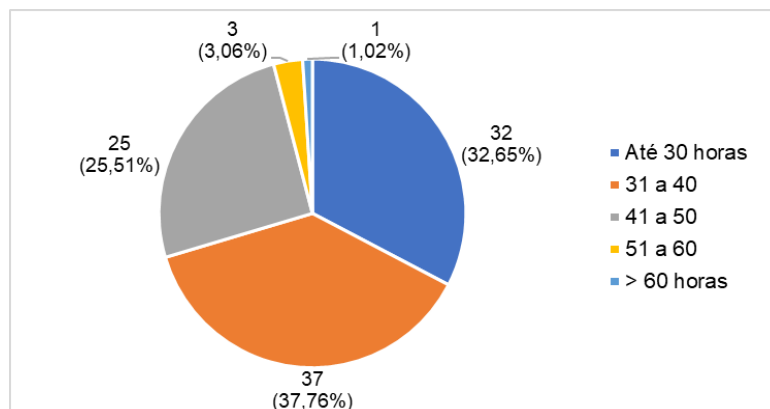
No que tange às variáveis relacionadas ao trabalho, no tempo de experiência na docência a amostra foi dividida em profissionais que estão a menos de 5 anos na carreira, que representa 12% da população; 28% tem de 5 a 10 anos de carreira; 42% têm de 11 a 20 anos na profissão e correspondem ao maior grupo nesta pesquisa; 16% tem de 21 a 30 anos de experiência; e o último e menor grupo, com 2%, corresponde à pessoas que tem mais de 30 anos na carreira docente, como pode ser visto na Figura 1.



Fonte: Autoria Própria

Quanto a carga horária, a Figura 2 mostra que aqueles professores que atuam em até 30 horas semanais constituem 32,65% da amostra; os que trabalham entre 31 e 40 horas são a maioria dos participantes representando 37,76%; aqueles que atuam entre 41 e 50 horas correspondem a 25,51% dos professores; e aqueles que trabalham por mais de 50 horas correspondem a 4,08% da amostra.

Figura 2 - Carga horária semanal



Fonte: Autoria Própria

Em relação à etapa de atuação, 57 são professores de ensino médio, 55 dão aula para o ensino fundamental II, 19 para o ensino fundamental I e 17 atuam na educação infantil, ou seja, a maioria atua ou no Ensino Fundamental II ou no Ensino Médio (70,41%), sendo que os professores podem atuar em mais do que uma etapa, como pode ser observado na tabela 2.

Tabela 2 - Etapa de atuação

Características	Frequência absoluta (N)	Frequência relativa (%)
Educação Infantil	10	10,2
Ensino Fundamental I (Anos iniciais - 1º ao 5º ano)	9	9,18
Ensino Fundamental II (Anos iniciais - 6º ao 9º ano)	15	15,31
Ensino Médio	19	19,39
Ensino Fundamental II e Ensino Médio	35	35,71
Educação Infantil e Ensino Fundamental I	5	5,1
Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II e Ensino Médio	2	2,04
Educação Infantil, Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II	1	1,02

Educação Infantil, Ensino Fundamental I, Ensino Fundamental II e Ensino Médio	1	1,02
Ensino Fundamental I e Ensino Fundamental II	1	1,02

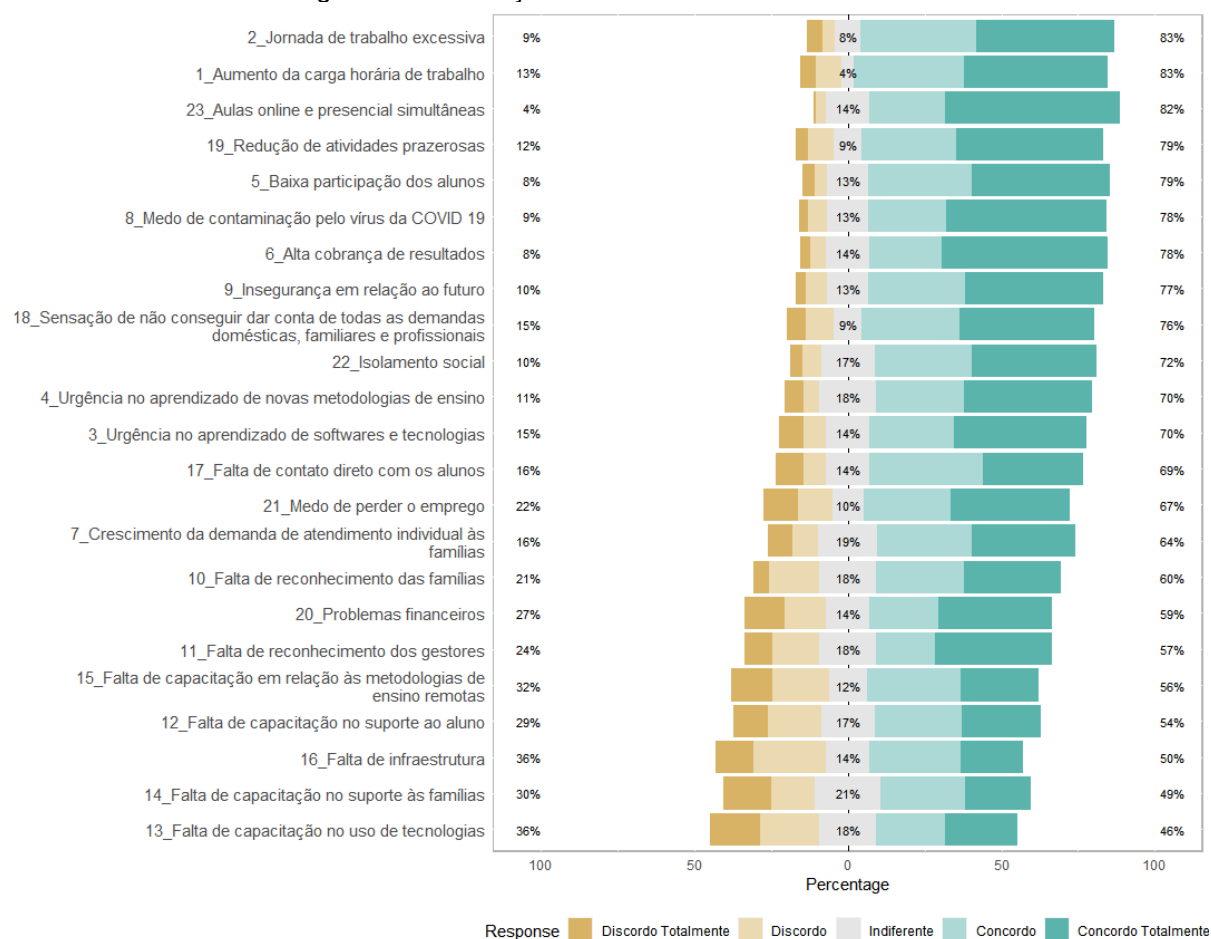
Fonte: Dados da pesquisa, 2022

Após conhecer o perfil dos respondentes e realizar o tratamento dos dados, foi possível avaliar a incidência da Síndrome de *Burnout* na amostra, conforme relatado nos próximos tópicos.

4.3. FATORES DE ESTRESSE

Como as respostas sobre os potenciais fatores estressores para aqueles que exerceram a docência durante a pandemia estão em escala Likert, foi plotado um gráfico no *RStudio* para que a análise exploratória dos dados pudesse ser realizada. O gráfico da Figura 3 mostra sobre a concordância e discordância dos professores com relação aos itens questionados. O meio, em cinza, representa a neutralidade, quanto mais “verde” à direita, maior a concordância e quanto mais “amarelo” para a esquerda, maior a discordância. O percentual à direita é o somatório do percentual de “Concordo Totalmente” e “Concordo” e o percentual à esquerda é o somatório de “Discordo Totalmente” e “Discordo”. Os itens são classificados e reorganizados do maior para o menor em nível de concordância e do menor para o maior em nível de discordância.

Figura 3 - Distribuição Percentual dos Fatores Estressores



Fonte: Dados da pesquisa, 2022

Portanto, pode-se perceber nessa distribuição dos dados que os itens que os respondentes mais concordam são como fontes de estresse durante a pandemia foram a jornada de trabalho excessiva e aumento da carga horária de trabalho, seguidas de aulas *online* e presencial simultâneas, redução de atividades prazerosas e baixa participação dos alunos. Em contrapartida, os itens que obtiveram os maiores percentuais de discordância foram a falta de capacitação no uso de tecnologias, no suporte às famílias, falta de infraestrutura e falta de capacitação no suporte ao aluno. Ainda assim, todos os itens tiveram mais concordâncias do que discordâncias. O item que apresentou maior percentual de neutralidade foi o de falta de capacitação no suporte às famílias com 21%.

4.4. SÍNDROME DE *BURNOUT*

Como se sabe, a Síndrome de *Burnout* é composta pelas dimensões Exaustão Emocional, Despersonalização e Realização Profissional. Apesar de se correlacionarem elas são independentes, por esse motivo é possível que uma pessoa não apresente os escores para considerar a instalação do transtorno, no entanto seja encontrada a manifestação de uma ou duas dimensões, o que demonstra que, embora não instalado, o *Burnout* esteja em desenvolvimento (ZANELLI, 2015). Sendo assim, os resultados relativos aos dados alcançados pelo instrumento MBI-ED contemplaram tanto as dimensões quanto a ocorrência da síndrome, de acordo com a Tabela 3.

Tabela 3 - Presença das dimensões do *Burnout* na amostra

	Sim	Não
	(%)	(%)
Exaustão Emocional	32	68
Despersonalização	35	65
Baixa Realização Profissional	32	68
Preenche ao menos 1 critério para <i>Burnout</i>	64	36
Preenche ao menos 2 critérios para <i>Burnout</i>	27	73
Presença de <i>Burnout</i> (3 critérios)	6	94

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

Os dados obtidos através do questionário mostram que, dos 98 participantes, 6% apresentam as três dimensões da síndrome e apenas 36% não apresentou nenhum dos critérios para o desenvolvimento da SB, ou seja, mais da metade da amostra (64%) está em risco de desenvolvimento da doença.

Os dados obtidos corroboram com as pesquisas que vêm sendo realizadas devido à preocupação dos estudiosos com o adoecimento dos docentes por essa

patologia, como por exemplo, a pesquisa feita por Salvagioni *et al.* (2022) no Brasil em que 29,7% de uma amostra de 509 professores revelou altos níveis de Exaustão Emocional, 31,2% altos níveis de Despersonalização e 30,1% baixos níveis de Realização Profissional. Os percentuais desta pesquisa para as mesmas dimensões foram 32%, 35% e 32%, respectivamente, como observado na tabela 3.

Por esse motivo, as correlações para análise dos resultados foram feitas tanto com a presença da síndrome quanto com a ocorrência das dimensões que a caracterizam, conforme segue-se no próximo tópico.

4.4.1. Associação entre variáveis sociodemográficas com *Burnout*

O teste exato de Fisher mostra que não há associação entre o gênero e ter ou não *burnout* ($X^2(1)=2,35$; $p=0,21$). O teste também mostra que não há associação entre o gênero e as dimensões do *Burnout*, ou seja, a hipótese alternativa foi rejeitada (EE: $X^2(1)=0,40$; $p=0,67$; DE: $X^2(1)=0,17$; $p=0,83$; RP: $X^2(1)=2,25$; $p=0,19$). Autores relatam que as diferenças de gênero possam ser reduzidas pela convergência de papéis sociais, como pais assumindo mais responsabilidades familiares, por exemplo. e pela equalização das condições de trabalho nos últimos anos (KREUZFELD; SEIBT, 2022).

Apesar de não haver correlação estatisticamente significativa entre a doença e o gênero na amostra estudada na presente pesquisa, a tabela 4 mostra que uma taxa maior de mulheres apresenta alto nível de exaustão emocional e baixo nível de realização profissional. E uma taxa maior de homens apresenta alto nível de despersonalização, o que corrobora com as pesquisas (Maslach *et al.*, 2001; Benevides-Pereira, 2012).

Tabela 4 - Distribuição das dimensões de *Burnout* por gênero

Dimensão	Masculino	Feminino
Alta Exaustão Emocional		
Sim	15 (28,85%)	16 (34,78%)
Não	37 (71,15%)	30 (62,22%)

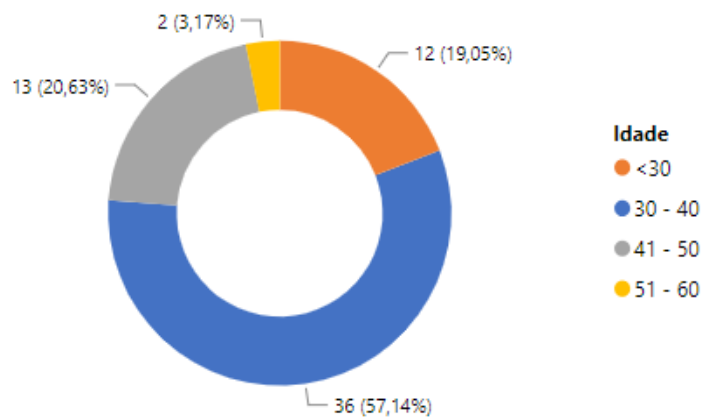
Dimensão	Masculino	Feminino
Alta Despersonalização		
Sim	19 (36,54%)	15 (32,61%)
Não	33 (63,46%)	31 (67,39%)
Baixa Realização Profissional		
Sim	13 (25,00%)	18 (39,13)
Não	39 (75,00%)	28 (60,87)

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

Cabe ressaltar que aqueles que apresentaram pelo menos uma das dimensões, mais da metade são mulheres (52,38%) e destas 71,74% tem a presença de pelo menos uma dimensão, enquanto que o valor correspondente para os homens é de 57,69%, o que faz acender um alerta em relação ao gênero feminino.

Em relação a idade e a ocorrência da síndrome de *burnout*, o teste exato de Fisher mostra que não há associação entre essas duas variáveis nesta pesquisa ($X^2(2)=2,93$; $p=0,22$) e o teste do Qui Quadrado confirma a hipótese nula de que não há correlação entre as variáveis dimensões e idade (EE: $X^2(1)=4,16$; $p=0,14$; DE: $X^2(1)=4,13$; $p=0,13$; RP: $X^2(1)=2,12$; $p=0,38$). Porém, é interessante salientar que todos os participantes dessa amostra que apresentaram as três dimensões para *burnout* tem até 40 anos e dessa faixa etária 69,57% tem pelo menos um dos critérios para desenvolvimento da síndrome. Ressalta-se ainda que aproximadamente três quartos (76,19%) dos que têm pelo menos uma das dimensões têm até 40 anos como pode ser visto na Figura 4, o que está em consonância com pesquisas que identificaram que a síndrome ocorre com mais frequência em professores mais jovens (CARLOTTO e PALAZZO, 2015).

Figura 4 - Presença de pelo menos 1 dos critérios da SB por faixa etária



Fonte: Autoria Própria

Em relação ao estado civil, renda familiar e renda individual os resultados dos testes exato de Fisher mostraram que não existe correlação estatisticamente significativa com o *burnout* e suas dimensões (Tabela 5).

Tabela 5 - Correlação entre Estado Civil, *Burnout* e as dimensões

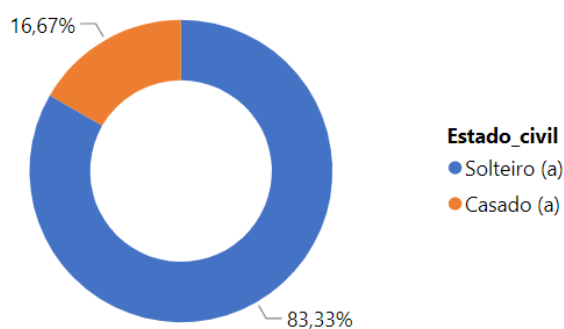
Variável	$\chi^2(2)$	Teste Exato de Fisher (p valor)
Estado Civil		
<i>BURNOUT</i>	6,70	0,08
EE	2,33	0,33
DE	3,59	0,17
RP	0,84	0,78
Renda Familiar		
<i>BURNOUT</i>	3,50	0,48
EE	4,33	0,50
DE	6,88	0,22
RP	6,41	0,21
Renda Individual		
<i>BURNOUT</i>	1,07	1,00

EE	3,82	0,60
DE	2,70	0,80
RP	4,18	0,55

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

Entretanto, uma análise descritiva dos dados mostrou que entre os que apresentaram *burnout*, 83,33% eram solteiros, como mostra a Figura 5.

Figura 5 - Incidência de *burnout* por estado civil



Fonte: Autoria Própria

Ter filhos foi a única variável sociodemográfica que demonstrou associação com a presença de critérios para desenvolvimento da SB. A diferença estatisticamente significativa se deu na correlação entre a variável e a dimensão despersonalização em que como pode ser visto na tabela 4 o valor de p foi menor do que 0,05, confirmando a hipótese alternativa.

Tabela 6 - Correlação entre ter filhos, *Burnout* e as dimensões

	X ² (1)	Teste Exato de Fisher (p valor)	Phi
<i>BURNOUT</i>	3,60	0,09	-
EE	1,45	0,28	
DE	7,40	0,01	-0,275

RP	4,18	0,55	-
----	------	------	---

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

Com a análise do coeficiente de *Phi* infere-se uma correlação negativa, ou seja, não ter filho influencia em alta despersonalização, entretanto, a correlação não é forte (abaixo de 50%). Essa associação pode ser explicada pelo fato de que a maternidade/paternidade pode equilibrar o profissional, e assim possibilitar melhores estratégias de enfrentamento (MASLACH *et al.*, 2017; PEREIRA, 2017).

4.4.2. Associação entre variáveis ocupacionais com *Burnout*

Os testes estatísticos não paramétricos demonstram que não há efeito de variáveis ocupacionais selecionadas para o questionário sobre as dimensões *burnout*.

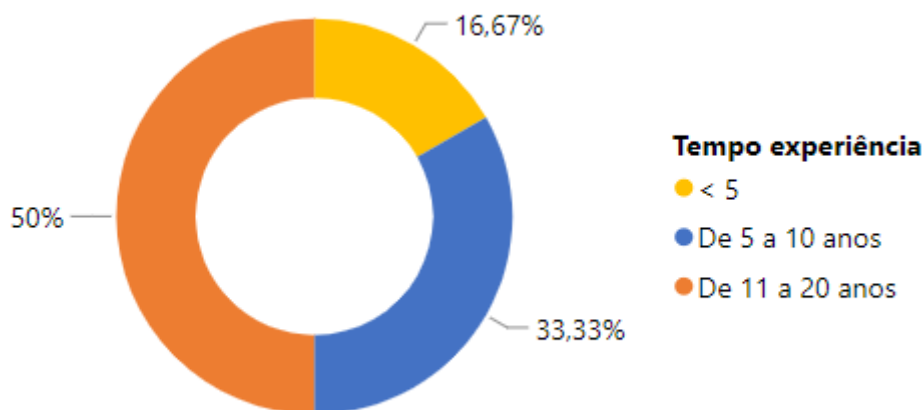
Tabela 7 - Correlação entre tempo de experiência, *Burnout* e as dimensões

	X ² (4)	Teste Exato de Fisher (p valor)
Tempo de experiência		
<i>BURNOUT</i>	1,46	0,84
EE	2,67	0,70
DE	4,36	0,31
RP	5,47	0,30
Carga Horária		
<i>BURNOUT</i>	2,73	0,48
EE	4,54	0,41
DE	4,30	0,43
RP	3,68	0,43

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

Como mostra a Figura 6, professores que têm acima de 20 anos de experiência não apresentaram *burnout* e a taxa de incidência foi maior naqueles que tinham de 11 a 20 anos de experiência.

Figura 6 - Distribuição do *burnout* entre o tempo de experiência



Fonte: Autoria Própria

Todos que apresentam *burnout* trabalham até 40h por semana. Quem trabalha até 30h, 71,88% apresenta pelo menos uma dimensão do *burnout* e quem trabalha acima de 40h (65,52%) apresenta pelo menos uma dimensão.

Para calcular a correlação com a etapa da educação, os dados foram tratados individualmente, isto é, não foram feitas análises de combinação das etapas.

Tabela 8 - Correlação entre nível de ensino, *Burnout* e as dimensões

	$X^2(1)$	Teste Qui Quadrado (p valor)	Teste Exato de Fisher (p valor)
Infantil			
<i>BURNOUT</i>	1,34		0,59
EE	0,05	1,00	
DE	0,38	0,58	
RP	0,87	0,40	
Fundamental I			

<i>BURNOUT</i>	1,54		0,59
EE	0,30	0,78	
DE	0,10	0,80	
RP	1,20	0,41	
Fundamental II			
<i>BURNOUT</i>	0,29		0,69
EE	0,07	0,83	
DE	0,001	1,00	
RP	0,07	0,83	
Médio			
<i>BURNOUT</i>	1,90		1,00
EE	3,15	0,08	
DE	0,11	0,83	
RP	0,80	0,39	

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

As etapas finais do ensino - Ensino fundamental II e Ensino Médio se mostram mais propensas para o desenvolvimento da síndrome e a maioria dos que apresentam pelo menos uma das dimensões atua em uma dessas etapas (65,07%) sendo que 33,33% atuam nas duas. As três dimensões juntas não aparecem em professores que lecionam na educação infantil nem no ensino fundamental I. A tabela mostra a prevalência das dimensões do *burnout* em relação às etapas de atuação.

Tabela 9 - Prevalência das dimensões do *Burnout* em relação às etapas de atuação

Etapa de atuação	Alta EE	Alta DE	Baixa RP
Educação Infantil	29,41%	41,18%	41,18%
Ensino Fundamental I	36,84%	31,58%	42,11%

Etapa de atuação	Alta EE	Alta DE	Baixa RP
Ensino Fundamental II	32,73%	34,55%	32,73%
Ensino Médio	24,56%	33,33%	28,07%

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

4.4.3. Associação entre variáveis de estresse durante a pandemia com *Burnout*

O teste exato de Fisher mostra que há efeito do aumento da carga horária de trabalho sobre a dimensão exaustão emocional do *burnout*. Na amostra 25 professores em que essa dimensão encontra-se presente concordam totalmente que o item foi um fator de estresse durante a pandemia, enquanto que o esperado era um valor de 14 professores, ou seja, obteve-se uma quantidade superior à esperada, caso não existisse associação entre essas duas variáveis. Por outro lado, o valor obtido de pessoas que discordam com o item foi inferior ao esperado, caso uma variável não tivesse efeito sobre a outra, mostrando que pessoas que não tiveram aumento de carga horária têm uma tendência menor a desenvolver EE. O coeficiente V de Cramer forneceu um grau de associação de 0,47. A tabela 10 mostra os valores do Qui quadrado e o p-valor.

Tabela 10 - Correlação entre Aumento da carga horária de trabalho, Burnout e as dimensões

	$\chi^2(4)$	Teste Exato de Fisher (p-valor)	V de Cramer
<i>BURNOUT</i>	3,56	0,64	-
EE	21,33	< 0,01	0,47
DE	4,30	0,19	-
RP	3,68	0,85	-

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

A jornada de trabalho excessiva também se correlaciona-se com a exaustão emocional. A presença desse fator estressante gera uma tendência de desenvolver altos níveis de exaustão emocional. O fator de correlação é de 0,46, como pode ser observado na tabela 11.

Tabela 11 - Correlação entre Jornada de trabalho excessiva, *Burnout* e as dimensões

	$\chi^2(4)$	Teste Exato de Fisher (p valor)	V de Cramer
<i>BURNOUT</i>	1,82	0,90	
EE	20,39	0,00	0,46
DE	6,29	0,18	
RP	1,05	0,87	

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

Outro item que apresenta correlação estatisticamente significativa com a exaustão emocional foi o de urgência no aprendizado de *softwares* e tecnologias. Para os casos que apresentaram a dimensão, o valor obtido no “concordo totalmente” foi 20, maior que o valor esperado (13) e 0 no “discordo totalmente”, menor do que o esperado (2,5). E para os que não tem a dimensão, obteve-se um valor residual de 2,0 no “discordo totalmente” e de -2,9 no “concordo totalmente”, provando que a urgência no aprendizado interfere no desenvolvimento da exaustão emocional. O grau de associação foi de 0,33.

Tabela 12 - Correlação entre Urgência no aprendizado de softwares e tecnologias, *Burnout* e as dimensões

	$\chi^2(4)$	Teste Exato de Fisher (p valor)	V de Cramer
<i>BURNOUT</i>	4,61	0,55	
EE	10,72	0,03	0,33
DE	2,92	0,59	
RP	2,24	0,75	

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

A urgência no aprendizado de novas metodologias de ensino também é considerada um fator de estresse durante a pandemia que desencadeou o aumento dos níveis de exaustão emocional. A correlação é de 0,34, como se vê na tabela 13. valor residual -3,1

Tabela 13 - Correlação entre Urgência no aprendizado de novas metodologias de ensino, *Burnout* e as dimensões

	$\chi^2(4)$	Teste Exato de Fisher (p valor)	V de Cramer
<i>BURNOUT</i>	2,88	0,75	
EE	11,10	0,03	0,34
DE	4,77	0,31	
RP	4,70	0,39	

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

O teste exato de Fisher mostra que a alta cobrança de resultados durante a pandemia provocou um efeito na exaustão emocional dos professores com uma força de 0,37 e um valor residual de 3,6 entre o valor real e o esperado na concordância com o item quando a dimensão estava presente.

Tabela 14 - Correlação entre Alta cobrança de resultados, *Burnout* e as dimensões

	$\chi^2(4)$	Teste Exato de Fisher (p valor)	V de Cramer
<i>BURNOUT</i>	2,57	0,76	
EE	13,72	< 0,01	0,37
DE	6,00	0,23	
RP	5,77	0,21	

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

O medo de contaminação pelo vírus da COVID 19 foi um fator que contribuiu para altos níveis de exaustão emocional, com um grau de associação igual a 0,33.

Tabela 15 - Correlação entre medo de contaminação pelo vírus da COVID 19, *Burnout* e as dimensões

	X ² (4)	Teste Exato de Fisher (p valor)	V de Cramer
<i>BURNOUT</i>	5,56	0,35	
EE	10,32	0,03	0,33
DE	7,65	0,09	
RP	7,42	0,11	

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

Um fator estressante de relevância foi a insegurança em relação ao futuro que a pandemia de COVID 19 instaurou na vida dos profissionais da educação. Este item teve associação com dois critérios para o desenvolvimento do *Burnout*: altos níveis de exaustão emocional e de despersonalização apresentando coeficiente de relação V de Cramer iguais a 41% e 31%, respectivamente.

Tabela 16 - Correlação entre insegurança em relação ao futuro, *Burnout* e as dimensões

	X ² (4)	Teste Exato de Fisher (p valor)	V de Cramer
<i>BURNOUT</i>	7,84	0,13	
EE	16,06	< 0,01	0,41
DE	9,27	0,04	0,31
RP	4,48	0,39	

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

O teste do Qui quadrado mostra que a falta de reconhecimento das famílias também foi impactante para os professores se sentirem exaustos emocionalmente, tendo um grau de associação entre si de 41% e valor residual de 3,4.

Tabela 17 - Correlação entre falta de reconhecimento das famílias, *Burnout* e as dimensões

	X ² (4)	Teste Qui Quadrado (p valor)	Teste Exato de Fisher (p valor)	V de Cramer
--	--------------------	------------------------------	---------------------------------	-------------

<i>BURNOUT</i>	5,07		0,45	-
EE	16,48	< 0,01	-	0,41
DE	6,09	0,20	-	-
RP	5,11	0,31	-	-

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

A falta de reconhecimento dos gestores obteve uma forte relação com a exaustão emocional ($X^2=21,52$; $p<0,01$) com um coeficiente de V de Cramer de 47% e valor residual de -4,2 e 4,2 no concordo totalmente e 2,1 e -2,1 no discordo totalmente, ou seja, a presença desse item faz com que o resultado de pessoas com exaustão seja superior ao esperado.

Tabela 18 - Correlação entre falta de reconhecimento dos gestores, *Burnout* e as dimensões

	$X^2(4)$	Teste Qui Quadrado (p valor)	Teste Exato de Fisher (p valor)	V de Cramer
<i>BURNOUT</i>	6,28	-	0,30	-
EE	21,52	< 0,01	-	0,47
DE	4,75	0,34	-	-
RP	7,65	0,09	-	-

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

A única variável que apresenta correlação direta com a presença da síndrome de *burnout* foi a falta de capacitação em relação às metodologias de ensino remotas e ainda mostra o impacto especificamente na exaustão emocional. Para os que têm a doença o valor esperado de concordância era 1,5 e o obtido foi 5 de 6 e para os que não tem a doença o valor esperado era 24 e o real foi 20, resultando em um valor residual superior a 1,9 e inferior a -1,9 respectivamente.

Tabela 19 - Correlação entre falta de capacitação em relação às metodologias de ensino remotas, *Burnout* e as dimensões

	X ² (4)	Teste Qui Quadrado (p valor)	Teste Exato de Fisher (p valor)	V de Cramer
<i>BURNOUT</i>	11,97		0,02	0,35
EE	10,14	0,04		0,32
DE	2,14	0,72		
RP	4,15	0,41		

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

Considerando-se que as aulas passaram a ser administradas das casas dos professores, o fator de estresse “falta de infraestrutura” mostra que tem efeito sobre a dimensão exaustão emocional. Metade dos respondentes não tiveram esse fator como impactante no seu nível de estresse, mas dentre os que estavam exaustos emocionalmente foi verificada uma correlação com o fator em questão.

Tabela 20 - Correlação entre falta de infraestrutura, *Burnout* e as dimensões

	X ² (4)	Teste Qui Quadrado (p valor)	Teste Exato de Fisher (p valor)	V de Cramer
<i>BURNOUT</i>	3,73		0,45	
EE	11,69	0,02		0,35
DE	6,90	0,15		
RP	2,08	0,76		

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

A dificuldade de conciliação entre demandas domésticas, familiares e profissionais durante a pandemia teve efeito sobre a exaustão emocional e sobre a despersonalização. Os valores obtidos superaram as expectativas, estabelecendo uma força moderada entre as relações.

Tabela 21 - Correlação entre sensação de não conseguir dar conta de todas as demandas domésticas, familiares e profissionais, *Burnout* e as dimensões

	X ² (4)	Teste Exato de Fisher (p valor)	V de Cramer
<i>BURNOUT</i>	4,29	0,57	
EE	18,97	< 0,01	0,44
DE	13,82	< 0,01	0,38
RP	0,67	0,98	

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

Já a redução de atividades prazerosas impactou significativamente no aumento da exaustão emocional e da despersonalização como pode ser visto na tabela 22, gerando um resíduo de 3,5.

Tabela 22 - Correlação entre redução de atividades prazerosas, *Burnout* e as dimensões

	X ² (4)	Teste Exato de Fisher (p valor)	V de Cramer
<i>BURNOUT</i>	1,85	1,00	
EE	13,92	< 0,01	0,38
DE	9,79	0,05	0,32
RP	2,97	0,60	

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

Dentre os fatores de estresse questionados, "problemas financeiros" foi o único que além de se associar com alta exaustão emocional também se relacionou com a baixa realização profissional.

Tabela 23 - Correlação entre problemas financeiros, *Burnout* e as dimensões

	X ² (4)	Teste Exato de Fisher (p valor)	V de Cramer
<i>BURNOUT</i>	4,51	0,57	

EE	13,55	< 0,01	0,37
DE	5,33	0,27	
RP	12,84	0,02	0,36

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

Verifica-se também uma correlação entre o fator de estresse “medo de perder o emprego” com níveis elevados de exaustão emocional, apresentando um grau de associação de 35%.

Tabela 24 - Correlação entre medo de perder o emprego, *Burnout* e as dimensões

	$\chi^2(4)$	Teste Exato de Fisher (p valor)	V de Cramer
<i>BURNOUT</i>	5,68	0,46	
EE	11,72	0,02	0,35
DE	4,85	0,34	
RP	4,60	0,35	

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

O item “isolamento social” se associou com altos níveis de exaustão emocional, coeficiente V de Cramer positivo de 32,5%.

Tabela 25 - Correlação entre isolamento social, *Burnout* e as dimensões

	$\chi^2(4)$	Teste Exato de Fisher (p valor)	V de Cramer
<i>BURNOUT</i>	2,81	0,73	
EE	10,33	0,04	0,33
DE	4,65	0,37	
RP	1,84	0,80	

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

No que diz respeito a um dos fatores que os professores consideram mais estressantes “aulas *online* e presencial simultâneas”, foi verificada uma correlação

positiva de 32% com a alta despersonalização, contribuindo para o desenvolvimento da síndrome.

Tabela 26 - Correlação entre aulas simultâneas, *Burnout* e as dimensões

	$\chi^2(4)$	Teste Exato de Fisher (p valor)	V de Cramer
<i>BURNOUT</i>	2,62	0,49	
EE	8,16	0,06	
DE	9,78	0,02	0,32
RP	5,36	0,23	

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

A baixa participação dos alunos, o crescimento da demanda de atendimento individual às famílias, falta de capacitação no suporte ao aluno, falta de capacitação no uso de tecnologias, falta de capacitação no suporte às famílias e a falta de contato direto com os alunos não apresentaram relação com nenhuma dimensão da Síndrome de *Burnout*.

Tabela 27 - Correlação entre Baixa participação dos alunos, *Burnout* e as dimensões

	$\chi^2(4)$	Teste Exato de Fisher (p valor)
<i>BURNOUT</i>	2,04	0,85
EE	4,98	0,28
DE	3,16	0,65
RP	5,80	0,19

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

Tabela 28 - Correlação entre crescimento da demanda de atendimento individual às famílias, *Burnout* e as dimensões

	$\chi^2(4)$	Teste Qui Quadrado (p valor)	Teste Exato de Fisher (p valor)
<i>BURNOUT</i>	4,70		0,38
EE	3,05	0,51	

DE	1,74	0,82
RP	3,37	0,53

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

Tabela 29 - Correlação entre falta de capacitação no suporte ao aluno, *Burnout* e as dimensões

	X ² (4)	Teste Qui Quadrado (p valor)	Teste Exato de Fisher (p valor)
<i>BURNOUT</i>	5,27	-	0,41
EE	4,89	0,33	-
DE	6,15	0,19	-
RP	8,53	0,09	-

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

Tabela 30 - Correlação entre falta de capacitação no uso de tecnologias, *Burnout* e as dimensões

	X ² (4)	Teste Qui Quadrado (p valor)	Teste Exato de Fisher (p valor)
<i>BURNOUT</i>	4,50	-	0,41
EE	8,75	0,07	-
DE	0,94	0,93	-
RP	5,62	0,24	-

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

Tabela 31 - Correlação entre falta de capacitação no suporte às famílias, *Burnout* e as dimensões

	X ² (4)	Teste Qui Quadrado (p valor)	Teste Exato de Fisher (p valor)
<i>BURNOUT</i>	3,78		0,55
EE	5,61		0,26
DE	0,94	0,92	

RP	6,75	0,16
----	------	------

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

Tabela 32 - Correlação entre falta de contato direto com os alunos, *Burnout* e as dimensões

	X ² (4)	Teste Exato de Fisher (p valor)
<i>BURNOUT</i>	2,85	0,87
EE	6,64	0,16
DE	4,68	0,36
RP	1,56	0,81

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Segundo o modelo teórico de desenvolvimento da síndrome de *burnout* de Maslach e Jackson (2017), o indivíduo desenvolve, inicialmente, sentimentos de alta exaustão emocional frente aos estressores laborais, seguidos por despersonalização e, por último, baixa realização profissional. Assim, para o rastreamento da doença, é necessário que haja uma combinação entre altos níveis de exaustão emocional, despersonalização e baixos níveis de realização profissional.

A presente pesquisa teve como objetivo geral identificar a incidência da Síndrome de *Burnout* em professores que atuaram durante a pandemia de COVID-19. A análise dos resultados demonstrou que 6% de uma amostra de 98 respostas apresentou simultaneamente as três dimensões que caracterizam a doença. E 64% estão em risco de desenvolver a síndrome, visto que pelo menos um dos critérios se mostrou presente nesses casos.

O objetivo específico de identificar as condições de trabalho as quais os professores foram submetidos durante a pandemia que poderiam propiciar o surgimento do *burnout* foi contemplado. Nesse contexto, percebeu-se que mais da metade dos respondentes concordaram que 20 dos 23 itens levantados para o questionário foram fatores de estresse durante a pandemia. Sendo, a carga horária de trabalho o fator mais percebido como estressante, o que corroborou com as pesquisas que afirmam que este item é um fator de risco para o desenvolvimento da doença ocupacional. Já na análise de correlação dos itens especificamente com a SB, verificou-se que 6 deles não tiveram efeito estatisticamente significativo em nenhuma dimensão da doença. São eles: a baixa participação dos alunos, o crescimento da demanda de atendimento individual às famílias, a falta de capacitação no uso de tecnologias, no suporte às famílias e a falta de contato direto com os alunos.

Em relação ao objetivo específico de avaliar a correlação da SB com variáveis sociodemográficas verificou-se que a única que se associou à presença de pelo menos um critério para o desenvolvimento da patologia foi a presença de filhos. A associação foi de 28% e foi negativa, ou seja, os professores desta pesquisa que não tem filhos se mostraram mais propícios ao desenvolvimento da doença.

Os dados sobre gênero e a SB indicaram diferenças entre homens e mulheres em uma análise descritiva, em que, percentualmente, estas atingiram um valor maior.

Para atender ao quarto objetivo específico, analisou-se a associação entre a SB e as variáveis ocupacionais e nenhuma delas mostrou correlação.

Desse modo, compreende-se que a SB, além de ser um problema de saúde pública em vários países, inclusive no Brasil, ocasionando inúmeras consequências aos profissionais nos contextos físico, psicológico e mental e causando sequelas secundárias aos meios profissionais e sociais, também teve uma alta incidência na presente amostra com professores do Distrito Federal.

Diante do exposto, percebe-se a necessidade de um incentivo à programas de saúde e segurança no trabalho voltadas a atenção em profissionais da educação, com o intuito de promover a saúde e prevenir essa problemática. É importante estruturar melhorias no sistema de informação sobre a Síndrome de *Burnout*, a fim de diminuir a subnotificação e prover conhecimento sobre a saúde local para que os diagnósticos possam ser identificados de forma precisa e precoce (SILVEIRA, 2016).

Os escores calculados através de percentis de cada subescala do *burnout* foram limitantes para o estudo, à medida que isto impede a generalização dos resultados das pesquisas para outros contextos e populações, pois são calculados a partir da amostra específica de cada estudo (Campos *et al.*, 2015). Portanto, um ponto de atenção para estudos futuros é buscar métodos de definição dos escores de maneira que se alcance uma validade externa e os resultados das pesquisas possam ser comparados.

Além disso, sugere-se um olhar focalizado em professores universitários, a começar pelos professores da Universidade de Brasília, pois além da atuação em sala de aula devem atuar no segmento de pesquisa e extensão, o que possivelmente os expõe a mais fatores de estresse.

Em síntese, a pesquisa mostrou que é fundamental que a realização de estudos nessa área cresça para aumentar a compreensão sobre o tema e abrir possibilidades de atuação em nível abrangente. Com isso, o aumento de recursos poderá favorecer o combate à Síndrome de *Burnout*.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABEP. Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. Critério Brasil (CCEB) 2020 - PNADC 2019. Acesso em: 06 de fev. de 2022. Disponível em: <<https://www.abep.org/criterio-brasil>>

ANDRADE, P. S; CARDOSO, T. A. O. **Prazer e Dor na Docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout.** Saúde Soc. São Paulo, v.21, n.1, p.129-140, 2012.

ASSOCIAÇÃO Brasileira para Prevenção de Acidentes. **Doença ocupa segundo lugar no ranking dos afastamentos do trabalho.** SOS Rev Assoc Bras Prevenção Acidentes. 2000; 35:210.

AQUINO, V., & Monteiro, N. Brasil confirma primeiro caso da doença. **Governo Federal, Ministério da Saúde.** 27 de fev. de 2020. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/46435-brasil-confirma-primeiro-caso-de-novo-coronavirus>. Acesso em 10 de janeiro de 2022.

BANSAL, P; BINGEMANN, T; GREENHAW, M; MOSNAIM, G; NANDA, A; OPPENHEIMER, J; SHARMA, H; STUKUS, D; SHAKER, M. **Clinician Wellness During the COVID-19 Pandemic: Extraordinary Times and Unusual Challenges for the Allergist/Immunologist.** American Academy of Allergy, Asthma & Immunology, v. 8, p. 1781-1790.E3, 01 jun. 2020.

QUE PAÍSES e territórios ainda não têm casos confirmados de coronavírus? BBC, 2020. Disponível em: <<https://www.bbc.com/portuguese/internacional-52136748>>. Acesso em: 25 set. 2021.

BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. **Burnout: Quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador.** 4. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.

BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. **Considerações sobre a síndrome de *burnout* e seu impacto no ensino**. Bol. psicol, v. 62, n.137, São Paulo, dez. 2012.

BEZERRA, G; SENA, A. S. R.; BRAGA, S. T.; SANTOS, M. E. N.; CORREIA, K.; CARNEIRO. Y.; PINHEIRO. W. **O Impacto da Pandemia por Covid-19 na Saúde Mental dos Profissionais da Saúde: Revisão Integrativa**. Revista Enfermagem Atual, p. e-020012, 28 ago. 2020.

BATISTA, J. B. V.; CARLOTTO, M. S.; COUTINHO, A. S.; AUGUSTO, L. G. da S. **Síndrome de Burnout: confronto entre o conhecimento médico e a realidade das fichas médicas**. Psicologia em Estudo, v. 16, n. 3, p. 429-435. doi: 10.1590/S1413-73722011000300010, Maringá, jul./set., 2011.

BORGES, F. E. DE; BORGES ARAGÃO, D.; BORGES, F. E.; BORGES, F. E.; SOUSA, A. S.; MACHADO, A. L. **Fatores de risco para a Síndrome de Burnout em profissionais da saúde durante a pandemia de COVID-19**. Revista Enfermagem Atual In Derme, v. 95, n. 33, p. e-021006, 13 jan. 2021.

BRASIL. Lei n. 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. **Presidência da República**, Brasília, dez.1996.

BRASIL. Ministério da Saúde . **Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde**. Brasília: Ministério da Saúde, 2001. 580p.

BRASIL. Portaria n^o 356 de 11 de março de 2020. **Diário Oficial da União**, Ministério da Saúde/Gabinete do Ministro, Brasília, DF, Seção 1, p. 185, 12 mar. 2020.

CAMPOS, I. C. M.; PEREIRA, S. S.; SCHIAVON, I. C. A.; ALVES, M. **Maslach burnout inventory - human services survey (Mbi-hss): revisão integrativa de sua utilização em pesquisas Brasileiras**. Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR, Umuarama, v. 24, n. 3, p. 187-195, set./dez. 2020

CARLOTTO, M. S. **A síndrome de burnout e o trabalho docente.** São Leopoldo – RS. Psicologia em Estudo, Maringá, v. 7, n. 1, p. 21-29, jan./jun. 2002.

CARLOTTO, M.S.; CÂMARA, S.G. **Análise fatorial do Inventário maslach *burnout* (MBI) em uma amostra de professores de escolas privadas.** Psicol Estud, v. 9, n. 3, p. 499-505, 2004.

CARLOTTO, M. S. **Síndrome de Burnout em Professores: Prevalência e Fatores Associados.** Revista Psicologia: Teoria e Pesquisa, v. 27, n.4, p. 403-410, Out-Dez 2011.

CRODA, J. H. R.; GARCIA, L. P. **Resposta Imediata da Vigilância em Saúde à epidemia da COVID-19.** Epidemiol. Serv. Saude, Brasília, v. 29, n.1, p. e2020002, mar. 2020.

CNTE. Educação - Pandemia impacta atuação de professoras em todo o país. Revista Matria, Ano 19, v. 1, n. 19, Edição 2021. Disponível em: <<https://www.cnte.org.br/index.php/publicacoes/revista-matria/revista-matria-2021/73772-educacao-pandemia-impacta-atuacao-de-professoras-em-todo-o-pais>>. Acesso em 21 de out. de 2021.

DALCIN, Larissa; CARLOTTO, Mary Sandra. **Síndrome de burnout em professores no Brasil: considerações para uma agenda de pesquisa.** Psicol. rev. (Belo Horizonte), Belo Horizonte , v. 23, n. 2, p. 745-770, ago. 2017 .

DEJOURS, C. **A Loucura do Trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho.** 5 ed. São Paulo: Cortez – Oboré, 1992.

FERENHOF, I. A.; FERENHOF, E. A. **Sobre a Síndrome de Burnout em professores.** ECCOS – Revista científica – Centro Universitário Nove de Julho, São Paulo, v. 4, n. 1, p.131-151, jun. 2002.

FONSECA, J. J. S. **Metodologia da pesquisa científica**. Fortaleza: UEC, 2002. Disponível em: < www.ufrgs.br/cursopgdr/downloadsSerie/derad005.pdf >. Acesso em: 15 abr. 2022.

FREUDENBERGER, H. J. **Staff burn-out**. Journal of social issues, Malden, v. 30, no. 1, p. 159-165, 1974.

FROTA, G. B.; TEODÓSIO, A. S. S. **Profissão docente, profissão decente: Estratégias de professores frente ao sofrimento no trabalho em um ambiente de inovação pedagógica**. Encontro da ANPAD - EnANPAD, 36, Rio de Janeiro (RJ): ANPAD, set. 2012.

GABRIEL, K. P.; AGUINIS, H. **How to prevent and combat employee burnout and create healthier workplaces during crises and beyond**. Business Horizons, v. 65, ed. 2, p. 183-192, Washington, 2022.

GARCÍA-CARMONA, M.; MARÍN, M. D.; AGUAYO, R. **Burnout syndrome in secondary school teachers: a systematic review and meta-analysis**. Soc. Psychol. Educ. 22, p. 189–208, 2019.

GASPARINI, S. M.; BARRETO, S. M.; ASSUNÇÃO, A. A. **O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde**. Revista Educação e Pesquisa, vol.31, n.2, São Paulo, mai/ago. 2005.

GICHEVA, D. **Altruism and Burnout: Long Hours in the Teaching Profession**. ILR Review, Cornell University, ILR School, v. 75(2), p. 427-457, 28 dez. 2020.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6ª ed. São Paulo: Atlas, 2017.

GIL-MONTE, P. R. **El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout) como fenómeno transcultural**. Informació Psicológica, n. 91-92, p. 4-11, 07 abr. 2008.

GLINA, D. M. R.; ROCHA, L. E.; BATISTA, M. L.; MENDONÇA, M. G. V. **Saúde mental e trabalho: uma reflexão sobre o nexso com o trabalho e o diagnóstico, com base na prática.** Cadernos de Saúde Pública, 17(3), p. 607-616 , jun. 2001

GUIMARÃES, E. Como está a saúde mental dos professores na pandemia? **GESTRADO**, Minas Gerais, 26 de out. de 2021. Disponível em: <<https://gestrado.net.br/como-esta-a-saude-mental-dos-professores-na-pandemia/>>. Acesso em 22 de dez de 2021.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA. **Sinopse Estatística da Educação Básica 2020.** Brasília: Inep, 2021. Disponível em: <<https://www.gov.br/inep/pt-br/acesso-a-informacao/dados-abertos/sinopses-estatisticas/educacao-basica>>. Acesso em 02 02. 2022.

INTERNATIONAL STRESS MANAGEMENT ASSOCIATION - BRASIL. ISMA-BR. **Promoção da Saúde e Produtividade no Trabalho**, 2020. Disponível em: <<http://www.ismabrasil.com.br/?con=artigos&idi=ptbr&obj=site&pag=3>>. Acesso em 14 nov. 2021.

HOMRICH, B. Transtornos psíquicos lideram ranking do adoecimento docente na UFSM. **SEDUFMS**, Santa Maria, 30 de abr. de 2021. Disponível em: <<https://www.sedufsm.org.br/noticia/6618-transtornos-psiquicos-lideram-ranking-do-adoecimento-docente-na-u fsm>>. Acesso em 21 de out. de 2021.

HORA, H. R. M; MONTEIRO, G. T. R.; ARICA, J. **Confiabilidade em Questionários para Qualidade: Um Estudo com o Coeficiente Alfa de Cronbach.** Produto & Produção, vol. 11, n. 2, p. 85 - 103, jun. 2010

Kreuzfeld, S., & Seibt, R. (2022). **Aspectos específicos de gênero dos professores em relação ao comportamento do trabalho e aposentadoria precoce.** Fronteiras da psicologia, 13 anos, 829333.

MACINTYRE, P. D., GREGERSEN, T., e MERCER, S. **Language teachers' coping strategies during the Covid-19 conversion to online teaching: Correlations with**

stress, wellbeing and negative emotions. V. 94, p. 1–13, nov. de 2020. doi: 10.1016/j.system.2020.102352.

MARCELO, C. **Desenvolvimento profissional docente: passado e futuro.** Revista de Ciências da Educação, n.8, p.7-22, abr. 2009.

MARTINS, R. Teletrabalho se consolida em gangorra emocional trazida pela pandemia. **SINPRO-DF**, 03 de ago. de 2020. Disponível em: <<https://www.sinprodf.org.br/teletrabalho-se-consolida-em-gangorra-emocional-trazida-pela-pandemia/>>. Acesso em 20 de dez. de 2021.

Maslach, C., Schaufeli, W. B. & Leiter, M. P. **Job Burnout.** Annual Reviews Psychology, v. 52, p. 397-422, 2001.

MASLACH, C.; LEITER, M. P. **New insights into burnout and health care: Strategies for improving civility and alleviating burnout.** Medical teacher, v. 39, n. 2, p. 160–163, fev. 2017.

MELO, Bernardo Dolabella et al. (org). **Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19: violência doméstica e familiar na COVID-19.** Rio de Janeiro: Fiocruz, 2020. Cartilha. 22 p.

MELO, M. T.; DIAS, S. R.; VOLPATO, A. N. Impactos da Pandemia da COVID-19 na Qualidade de Vida dos Professores de SC. **SINPROESC**, Florianópolis, 23 de out. 2020. Disponível em: <<http://www.sinproesc.org.br/sinproesc/Pesquisas/Impactos%20da%20Pandemia%20da%20COVID-19%20na%20Qualidade%20de%20Vida%20dos%20Professores%20de%20SC.pdf>>. Acesso em 21 de out. 2021.

MENDES, T. C.; BACCON, A. L. P. **Profissão docente: o que é ser professor?** XII Congresso Nacional de Educação. Educere. PUCPR, out. 2015.

NASCIMENTO, Kelen Braga do; SEIXAS, Carlos Eduardo. **O adoecimento do professor da Educação Básica no Brasil: apontamentos da última década de pesquisas.** *Revista Educação Pública*, v. 20, nº 36, 22 de setembro de 2020.

NOVA ESCOLA. A situação dos professores no Brasil durante a pandemia. 01 de jul. de 2020. Disponível em: <<https://www.andes.org.br/diretorios/files/renata/junho/ne-pesquisa-professor-final-1.pdf>>. Acesso em 20 de out. de 2021.

NORONHA, M. M. B., ASSUNÇÃO, A. A. & OLIVEIRA, D. A. **O sofrimento no trabalho docente: o caso das professoras da rede pública de Montes Claros, Minas Gerais.** Rio de Janeiro: Trabalho, Educação e Saúde, v. 6 (1), 2008.

NUNES, V. M. A.; AZEVEDO, M. F. C.; MENDONÇA DE MORAES, M.; COSTA, L. C.; NASCIMENTO, I. C. S.; NOBRE, T. T. X.; DA SILVA, M. E. **COVID-19 e o cuidado de idosos: recomendações para instituições de longa permanência.** Natal, RN, EDUFRN, 2020.

Organização Mundial da Saúde. (2019, 28 de maio). **Burn-out an "occupational phenomenon": International Classification of Diseases.** Retirado de: <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>.

PAIVA, K. C. M.; CASALECHI, T. T. **Relações de Poder, Assédio Moral e Burnout : um estudo em uma escola particular.** ENANPAD – Encontro da ANPAD, São Paulo, set. 2009.

PARO, V. H. **Trabalho Docente na Escola Fundamental: Questões Candentes.** Cadernos de Pesquisa, v. 42, n. 146, p. 586-611, mai. 2012.

PEREIRA, S. S. **Variáveis mediadoras do Burnout em profissionais de serviços de urgência e emergência: aplicabilidade do Maslach Burnout Inventory – Human Services Survey (MBI-HSS).** Ribeirão Preto: Universidade de São Paulo – USP. 2017.

PERKINS, E. C. **Design de sistemas de informação centrado no usuário e a abordagem do sense making**. Transinformação, v. 14, n. 2, p. 139-151, jul/dez, 2002.

PEYON, Eduardo Rodrigues; "**A Psicodinâmica do Trabalho: Pulsão e Trabalho**", p. 170 -308. In: Sobre o Trabalho Contemporâneo: Diálogos entre a Psicanálise e a Psicodinâmica do Trabalho. São Paulo: Blucher, 2018.

PLUUT, H., ILIES, R.; CURŞEU P. L.; LIU, Y. **Social support at work and at home: Dual-buffering effects in the work-family conflict process**. Organizational Behavior and Human Decision Processes, v. 146:1-13, mai. 2018.

PROFESSORES(AS) têm trabalho triplicado durante a pandemia e pouco apoio do governo. **APP SINDICATO**, Curitiba, 14 de out. de 2020. Disponível em: <<https://appsindicato.org.br/professoras-tem-trabalho-triplicado-durante-a-pandemia-e-pouco-apoio-do-governo/>>. Acesso em: 20 de out. 2021.

RIBEIRO, Larissa Maciel; VIEIRA, Thayana de Almeida; NAKA, Karytta Sousa. **Síndrome de Burnout em Profissionais de Saúde Antes e Durante a Pandemia da Covid-19**. Revista Eletrônica Acervo Saúde, v. 12, n. 11, p. e5021, nov. 2020.

RUBILAR, V. N.; OROS, L. B.; **Stress and Burnout in Teachers During Times of Pandemic**. Frontiers in Psychology. 12:756007, Argentina, nov. 2021.

SALVAGIONI, D. A. J.; MESAS, A. E.; MELANDA, F.N.; GONZALEZ, A. D.; ANDRADE, S. M. **Burnout and Long-term Sickness Absence From the Teaching Function: A Cohort Study**. Safety and Health at Work, jan. 2022.

SHARPE, D. **Chi-Square Test is Statistically Significant: Now What?**. Practical Assessment, Research, and Evaluation, 20(1), 8, 2015.

SINPROFPOLIS. CONDIÇÕES de trabalho dos professores - COVID 19. Florianópolis, 21 de set. de 2020. Disponível em:

<<https://sinprofpolis.org.br/index.php/2020/09/21/condicoes-de-trabalho-dos-professores-durante-a-pandemia/>>. Acesso em 23 de out. de 2021.

SINPROJF. Na Câmara, sindicato denúncia sobrecarga de trabalho dos professores durante a pandemia. 18 de ago. de 2021. Disponível em: <<http://sinprojf.org.br/na-camara-sindicato-denuncia-sobrecarga-de-trabalho-dos-professores-durante-a-pandemia/>>. Acesso em 23 de nov. de 2021.

SILVA R. M.; GOULART, C. T.; GUIDO, L. A. **Evolução histórica do conceito de estresse.** Rev. Cient. Sena Aires, v. 7, n. 2, p. 148-56, jun. 2018.

SILVEIRA, A. L. P.; COLLETA, T. C. D.; ONO, H. R. B.; WOITAS, L. R.; SOARES, S. H.; ANDRADE, V. L. Â.; ARAÚJO, L. A. **Síndrome de Burnout: consequências e implicações de uma realidade cada vez mais prevalente na vida dos profissionais de saúde.** Rev Bras Med Trab. v. 14, n.3, p. 275-284, mai. 2016.

SILVEIRA, D. T.; CÓRDOVA, F. P. Métodos de pesquisa. **A pesquisa científica.** Rio Grande do Sul: UFRGS, 2009.

SOUZA, L. Mais de 2,4 mil educadores da rede particular de ensino perdem o emprego ou têm salário reduzido em meio à pandemia. **SINPRO-DF**, Distrito Federal, 01 de jun. de 2020. Disponível em: <<https://www.sinprodf.org.br/mais-de-24-mil-educadores-da-rede-particular-de-ensino-perdem-o-emprego-ou-tem-salario-reduzido-em-meio-a-pandemia/>>. Acesso em: 20 de dez. de 2021.

TARDIF, M.; LESSARD, C. **O trabalho docente: elementos para uma teoria da docência como profissão de interações humanas.** Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.

TRIBUNAL SUPERIOR DO TRABALHO. TST. **Saúde mental no trabalho: a construção do trabalho seguro depende de todos nós.** 28 de abr. de 2021. Disponível em: <https://www.tst.jus.br/noticias/-/asset_publisher/89Dk/content/id/27270562/pop_up#:~:text=Em%202020%2C%20a%20concess%C3%A3o%20de,26%25%20em%20rela%C3%A7%C3%A3o%20a%202019>. Acesso em 12 de set. de 2021.

UNESCO/OIT. **A Recomendação da OIT/UNESCO de 1966 relativa ao Estatuto dos Professores e a Recomendação de 1997 da UNESCO relativa ao Estatuto do Pessoal do Ensino Superior com um guia de utilização.** 2008. Retirado de: <http://unesdoc.unesco.org/images/0016/001604/160495por.pdf>

VIEIRA, Isabela; **Conceito(s) de burnout: questões atuais da pesquisa e a contribuição da clínica.** Revista Brasileira de Saúde Ocupacional. Physis, v. 35, n. 122, dez. 2010.

VIEIRA, Isabela; RUSSO, Jane Araujo Russo. **Burnout e Estresse: entre Medicalização e Psicologização.** Revista de Saúde Coletiva. Physis, v. 29, n. 02, 2019.

WEBER, L. N. D.; LEITE, C. R.; STASIAK, G. R.; DA SILVA SANTOS, C. A.; FORTESKI, R. **O estresse no trabalho do professor. Imagens da educação.** V. 5, n.3, p. 40-52, nov. 2015.

ZANELLI, P. B. B. **Síncrome de Burnout em professores da rede pública de Seropédica e Itaguaí: Prevalência e fatores associados.** Orientador: Wanderson Fernandes de Souza. 2015. 121 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Psicologia, Instituto de Educação, Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2015.

ANEXOS

ANEXO I – Questionário

Dados Sociodemográficos

1) Gênero:

- Feminino
- Masculino
- Outros: _____

2) Idade:

- Menos de 30 anos
- De 30 a 40 anos
- De 41 a 50 anos
- De 51 a 60 anos
- Mais de 60 anos

3) Estado Civil:

- Solteiro (a)
- Casado (a)
- Divorciado (a)
- Viúvo (a)
- Convivente em união estável

4) Em qual rede de ensino você atua? (Descrição: É possível selecionar mais do que uma opção).

- Pública
- Privada

5) Em qual unidade administrativa no DF você leciona?

- Não leciono no DF
- Águas Claras

- () Arniqueira
- () Braslândia
- () Candangolândia
- () Ceilândia
- () Cruzeiro
- () Fercal
- () Gama
- () Guará
- () Jardim Botânico
- () Itapoã
- () Lago Norte
- () Lago Sul
- () Noroeste
- () Núcleo Bandeirante
- () Paranoá
- () Park Way
- () Planaltina
- () Plano Piloto
- () Recanto das Emas
- () Riacho Fundo I
- () Riacho Fundo II
- () Samambaia
- () Santa Maria
- () São Sebastião
- () SCIA
- () SIA
- () Sobradinho
- () Sobradinho 2
- () Sol Nascente / Por do Sol
- () Sudoeste / Octogonal
- () Taguatinga
- () Varjão
- () Vicente Pires

6) Tem filhos (as):

Sim

Não

7) Qual a sua renda familiar mensal? (Descrição: Entenda família como as pessoas que moram com você em sua residência e rendimentos como a soma dos salários de todos os membros da sua família)

Até R\$ R\$ 1.805,90

De R\$ 1.805,91 a R\$ 3.042,46

De R\$ 3.042,47 a R\$ 5.449,59

De R\$ 5.449,60 a R\$ 10.427,73

De R\$ 10.427,74 a R\$ 22.716,98

R\$ 22.716,99 ou mais

8) Qual a sua renda pessoal mensal?

Até R\$ R\$ 1.805,90

De R\$ 1.805,91 a R\$ 3.042,46

De R\$ 3.042,47 a R\$ 5.449,59

De R\$ 5.449,60 a R\$ 10.427,73

De R\$ 10.427,74 a R\$ 22.716,98

R\$ 22.716,99 ou mais

Dados Ocupacionais

1) Você exerce ou exerceu a docência durante a pandemia?

Sim

Não

2) Tempo de experiência profissional:

Menos de 5 anos

De 5 a 10 anos

De 11 a 20 anos

De 21 a 30 anos

Mais de 30 anos

3) Carga horária semanal de atividades do trabalho:

Até 30 horas

De 31 a 40 horas

De 41 a 50 horas

De 51 a 60 horas

Mais de 60 horas

4) Em qual etapa da educação você atua? (Descrição: É possível selecionar mais do que uma opção).

Educação Infantil

Ensino Fundamental I - Anos Iniciais (1º ao 5º ano)

Ensino Fundamental II - Anos finais (6º ao 9º ano)

Ensino Médio

Inventário de Burnout de Maslach (MBI – ED)

Por favor, leia atentamente cada um dos itens a seguir e indique a frequência que melhor descreve seus sentimentos em relação ao seu trabalho durante a pandemia de COVID 19.

(1) Nunca (2) Raramente (3) Algumas vezes (4) Frequentemente (5) Sempre

		Pont.
1.	Sinto-me esgotado (a) emocionalmente devido ao meu trabalho.	
2.	Sinto-me cansado (a) ao final da jornada de trabalho.	
3.	Quando me levanto pela manhã e vou enfrentar outra jornada de trabalho, sinto-me cansado (a).	
4.	Posso entender com facilidade o que sentem meus alunos.	
5.	Creio que trato alguns alunos como se fossem objetos impessoais.	
6.	Trabalhar com pessoas o dia todo me exige um grande esforço.	
7.	Eu lido eficazmente com os problemas dos alunos.	

8.	Meu trabalho deixa-me exausto (a).	
9.	Sinto que através do meu trabalho influencio positivamente na vida de outros.	
10.	Tenho me tornado mais insensível com as pessoas desde que exerço este trabalho.	
11.	Preocupa-me o fato de que este trabalho esteja-me endurecendo emocionalmente.	
12.	Sinto-me com muita vitalidade.	
13.	Sinto-me frustrado (a) em meu trabalho.	
14.	Sinto que estou trabalhando demais.	
15.	Realmente não me preocupo com o que ocorre com alguns alunos.	
16.	Trabalhar diretamente com pessoas causa-me estresse.	
17.	Posso criar facilmente uma atmosfera relaxada para os meus alunos.	
18.	Sinto-me estimulado (a) depois de trabalhar em contato com os alunos.	
19.	Tenho conseguido muitas realizações em minha profissão.	
20.	Sinto-me no limite de minhas possibilidades.	
21.	Sinto que sei tratar de forma adequada os problemas emocionais no meu trabalho.	
22.	Sinto que os alunos me culpam de alguns de seus problemas.	

Fontes de estresse durante a pandemia

Por favor, indique até que ponto você concorda ou discorda que os seguintes itens causaram stress na sua atividade profissional durante a pandemia.

(1) Discordo totalmente (2) Discordo (3) Indiferente (4) Concordo (5) Concordo Totalmente

		Pont.
1.	Aumento da carga horária de trabalho	
2.	Jornada de trabalho excessiva	
3.	Urgência no aprendizado de softwares e tecnologias	
4.	Urgência no aprendizado de novas metodologias de ensino	

5.	Baixa participação dos alunos	
6.	Alta cobrança de resultados	
7.	Crescimento da demanda de atendimento individual às famílias	
8.	Medo de contaminação pelo vírus da COVID 19	
9.	Insegurança em relação ao futuro	
10.	Falta de reconhecimento das famílias	
11.	Falta de reconhecimento dos gestores	
12.	Falta de capacitação no suporte ao aluno	
13.	Falta de capacitação no uso de tecnologias	
14.	Falta de capacitação no suporte às famílias	
15.	Falta de capacitação em relação às metodologias de ensino remotas	
16.	Falta de infraestrutura	
17.	Falta de contato direto com os alunos	
18.	Sensação de não conseguir dar conta de todas as demandas domésticas, familiares e profissionais	
19.	Redução de atividades prazerosas	
20.	Problemas financeiros	
21.	Medo de perder o emprego	
22.	Isolamento social	
23.	Aulas simultâneas – etapas online e presencial acontecendo ao mesmo tempo	