



Enfermería Actual de Costa Rica

ISSN: 1409-4568

ISSN: 1409-4568

Universidad de Costa Rica, Escuela de Enfermería

Lima da Silva, Jorge Luiz; Cardoso de Lacerda Pereira, Letícia;  
Pereira Santos, Mariana; Alves Bezerra Bortolazzo, Pedro Antonio;  
Gomes da Silva Rabelo, Thalia; Amaral Machado, Emanoelle

Prevalência da síndrome de Burnout entre professores da Escola Estadual em Niterói, Brasil

Enfermería Actual de Costa Rica, núm. 34, 2018, Janeiro-Junho, pp. 14-25

Universidad de Costa Rica, Escuela de Enfermería

DOI: 10.15517/revenf.v0i34.30262

Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44854610002>

- Como citar este artigo
- Número completo
- Mais informações do artigo
- Site da revista em redalyc.org

## **Prevalencia del Síndrome de Burnout entre profesores de la Escuela Estatal en Niterói, Brasil<sup>1</sup>**

Jorge Luiz Lima da Silva<sup>2</sup>, Letícia Cardoso de Lacerda Pereira<sup>3</sup>, Mariana Pereira Santos<sup>4</sup>, Pedro Antonio Alves Bezerra Bortolazzo<sup>5</sup>, Thalia Gomes da Silva Rabelo<sup>6</sup>, Emanoelle Amaral Machado<sup>7</sup>

**Institución:** Universidad Federal Fluminense, Brasil

### **RESUMEN**

El objetivo de este estudio fue describir la prevalencia del Síndrome de Burnout entre los profesores de la Escuela Estatal en Niterói, Brasil. Se trata de un estudio cuantitativo, descriptivo, con información de una encuesta realizada con maestros. El cuestionario utilizado constó de preguntas cerradas que abordaron las características sociodemográficas y las características del trabajo de los sujetos de investigación y el Maslach Burnout Inventory. La sospecha de prevalencia de síndrome de burnout según criterio de Grunfeld fue de 33 casos (63.5%). La prevalencia significativa de este síndrome entre los maestros genera alerta sobre las condiciones de trabajo y de la salud mental de estos profesionales. Se concluye que, a partir de los datos analizados, se observó que la profesión carece de intervenciones para mejorar la calidad de vida de los docentes en su trabajo.

**Palabras Clave:** Maestros, Salud-de-los-trabajadores, Síndrome-de-Burnout

<sup>1</sup> Fecha de recepción: 18 de agosto del 2017

Fecha de aceptación: 17 de noviembre del 2017

<sup>2</sup> Doctor en Salud Pública de la Universidad Federal Fluminense, Brasil. Correo electrónico: [jorgeluizlima@gmail.com](mailto:jorgeluizlima@gmail.com)

<sup>3</sup> Enfermera de Trabajo, Universidad del Estado de Rio de Janeiro. Correo electrónico: [leticiaclp@hotmail.com](mailto:leticiaclp@hotmail.com)

<sup>4</sup> Enfermera. Universidad Federal Fluminense, Brasil. Correo electrónico: [marianas@id.uff.br](mailto:marianas@id.uff.br)

<sup>5</sup> Enfermera. Universidad Federal Fluminense, Brasil. Correo electrónico: [pabortolazzo@gmail.com](mailto:pabortolazzo@gmail.com)

<sup>6</sup> Enfermera. Universidad Federal Fluminense, Brasil. Correo electrónico: [thatybells2@gmail.com](mailto:thatybells2@gmail.com)

<sup>7</sup> Enfermera de la Placi de Cuidados Extensivos, Brasil. Correo electrónico: [emanoelemachado@gmail.com](mailto:emanoelemachado@gmail.com)

## Prevalence of Burnout Syndrome among professors of the State School in Niterói, Brazil<sup>1</sup>

Jorge Luiz Lima da Silva<sup>2</sup>, Letícia Cardoso de Lacerda Pereira<sup>3</sup>, Mariana Pereira Santos<sup>4</sup>, Pedro Antonio Alves Bezerra Bortolazzo<sup>5</sup>, Thalia Gomes da Silva Rabelo<sup>6</sup>, Emanoelle Amaral Machado<sup>7</sup>

**Institution:** Federal University Fluminense

### ABSTRACT

The objective of this study was to describe the prevalence of Burnout Syndrome among the professors of the State School in Niterói, Brazil. It is a quantitative, descriptive study, with information from a survey conducted with teachers. The questionnaire used consisted of closed questions that addressed the sociodemographic characteristics and work characteristics of the research subjects and the Maslach Burnout Inventory. Suspected prevalence of burnout syndrome according to Grunfeld's criteria was 33 cases (63.5%). The significant prevalence of this syndrome among teachers generates alert about working conditions and the mental health of these professionals. It is concluded that, from the data analyzed, it was observed that the profession lacks interventions to improve the quality of life of teachers in their work.

**Keywords:** Burnout-syndrome, Occupational health, Teachers

<sup>1</sup> Date of receipt: August 18, 2017

Date of acceptance: November 17, 2017

<sup>2</sup> PhD in Public Health from the Fluminense Federal University, Brazil. E-mail: [jorgeluzlima@gmail.com](mailto:jorgeluzlima@gmail.com)

<sup>3</sup> Nurse of Work, University of the State of Rio de Janeiro, Brasil. E-mail: [leticiaclp@hotmail.com](mailto:leticiaclp@hotmail.com)

<sup>4</sup> Nursing. Fluminense Federal University, Brasil. E-mail: [marianas@id.uff.br](mailto:marianas@id.uff.br)

<sup>5</sup> Nursing. Fluminense Federal University, Brasil. E-mail: [pabortolazzo@gmail.com](mailto:pabortolazzo@gmail.com)

<sup>6</sup> Nursing. Fluminense Federal University, Brasil. E-mail: [thatybells2@gmail.com](mailto:thatybells2@gmail.com)

<sup>7</sup> Nurse of Extensive Care. De la Paci, Brasil. E-mail: [emanoelemachado@gmail.com](mailto:emanoelemachado@gmail.com)

## Prevalência da síndrome de Burnout entre professores da Escola Estadual em Niterói, Brasil<sup>1</sup>

Jorge Luiz Lima da Silva<sup>2</sup>, Letícia Cardoso de Lacerda Pereira<sup>3</sup>, Mariana Pereira Santos<sup>4</sup>, Pedro Antonio Alves Bezerra Bortolazzo<sup>5</sup>, Thalia Gomes da Silva Rabelo<sup>6</sup>, Emanoelle Amaral Machado<sup>7</sup>

**Instituição:** Universidade Federal Fluminense

### RESUMO

O objetivo deste estudo foi descrever a prevalência da Síndrome de Burnout entre os professores da Escola Estadual em Niterói, Brasil. É um estudo quantitativo e descritivo, com informações de uma pesquisa realizada com professores. O questionário utilizado consistiu em questões fechadas que abordavam as características sociodemográficas e as características de trabalho dos sujeitos da pesquisa e o Inventário Maslach Burnout. A suspeita de prevalência de síndrome de burnout de acordo com os critérios de Grunfeld foi de 33 casos (63,5%). A prevalência significativa desta síndrome entre os professores gera alerta sobre as condições de trabalho e a saúde mental desses profissionais. Conclui-se que, a partir dos dados analisados, observou-se que a profissão não possui intervenções para melhorar a qualidade de vida dos professores em seus trabalhos.

**Palavras Chave:** Docentes, Saúde-do-trabalhador, síndrome-de-Burnout.

<sup>1</sup> Data de recepção: 18 de agosto de 2017

Data de aceitação: 17 de novembro de 2017

<sup>2</sup> Doutorado em Saúde Pública pela Universidade Federal Fluminense, Brasil. Correio eletrônico: [jorgeluizlima@gmail.com](mailto:jorgeluizlima@gmail.com)

<sup>3</sup> Enfermeira do Trabalho pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil. Correio eletrônico: [leticiaclp@hotmail.com](mailto:leticiaclp@hotmail.com)

<sup>4</sup> Enfermeira. Universidade Federal Fluminense, Brasil. Correio eletrônico: [marianas@id.uff.br](mailto:marianas@id.uff.br)

<sup>5</sup> Enfermeira. Universidade Federal Fluminense, Brasil. Correio eletrônico: [pabortolazzo@gmail.com](mailto:pabortolazzo@gmail.com)

<sup>6</sup> Enfermeira. Universidade Federal Fluminense, Brasil. Correio eletrônico: [thatybells2@gmail.com](mailto:thatybells2@gmail.com)

<sup>7</sup> Enfermeira da Placi de Cuidados Extensivos, Brasil. Correio eletrônico: [emanoelemachado@gmail.com](mailto:emanoelemachado@gmail.com)

## INTRODUÇÃO

O estresse, palavra derivada do latim e empregada popularmente a partir do século XVII, tem como principais significados o cansaço e a fadiga. O sintoma surge como uma resposta do organismo a uma situação considerada conflitante. O estresse também pode ser entendido como reação do organismo associada a componentes psicológicos, físicos e hormonais, em situações com necessidade de grande adaptação a um evento importante<sup>1</sup>. O estresse no trabalho, chamado de estresse ocupacional, refere-se à dificuldade de adaptação às demandas existentes no trabalho e àquelas que o próprio indivíduo identifica<sup>2,3</sup>.

A atividade docente é considerada uma das mais estressantes, pois conduz ao desgaste físico e emocional e contribui para o surgimento de síndromes, como a de Burnout (SB). A profissão, nos últimos tempos, tem sofrido transformações relevantes quanto à metodologia, obsolescência e questões econômicas, que se associam à desvalorizações e críticas<sup>4</sup>. Os profissionais de ensino estão mais expostos a ambientes conflitivos e de exigências no trabalho, tais como tarefas extraclasse, reuniões e atividades adicionais, problemas com alunos que chegam a ameaças verbais e físicas, pressão do tempo, relacionamento tenso com os pais, a falta de espírito de equipe que gera um clima negativo, prejudicando o ambiente de trabalho, a pouca possibilidade de crescimento na carreira e os salários defasados<sup>5</sup>. Quando os estressores superam a capacidade do indivíduo em gerenciá-los, pode resultar em sobrecarga, desmotivação e consequências graves como burnout<sup>6</sup>.

Esse último termo origina-se do verbo inglês *to burn out* que remete queimar-se por completo, consumir-se. É uma doença característica do trabalho resultante do esgotamento, da decepção e da perda do interesse pelas atividades profissionais com que lidam direta ou indiretamente com pessoas. Caracteriza-se por três dimensões: exaustão emocional (EE), despersonalificação (DE) e redução da realização pessoal (RP). A patologia pode incluir em sua definição: comportamentos de incapacidade de envolvimento emocional; pouca realização profissional; depressão; irritabilidade; comportamento frio e impessoal; e comprometimento da realização das atividades do trabalho<sup>6,7</sup>.

Um aspecto a ser considerado na atualidade é a magnitude dos aspectos psicossociais representado, em grande parte, pelo estresse na sociedade moderna. As condições sociais de trabalho e o estresse psicológico mostram-se, cada vez mais, como fatores de risco ocupacional que afetam praticamente toda a população economicamente ativa<sup>8</sup>. Dessa forma, burnout atinge várias profissões, mas tem um enfoque de estudo vinculado a profissões de ensino e serviços de saúde, por estarem relacionadas ao intenso e contínuo contato emocional com pessoas<sup>5</sup>. A intensidade desse fenômeno e o impacto sobre a economia também podem ser evidenciados por meio de afastamentos, ausências e baixa produtividade<sup>8</sup>.

As alterações psíquicas desses trabalhadores trazem prejuízos ao indivíduo na vida social além de afetar a qualidade da atividade desenvolvida. O equilíbrio no ambiente de trabalho depende de estratégias e manobras que visam evitar ou reduzir doenças advindas do estresse no trabalho<sup>9</sup>.

Conforme o exposto, este estudo teve como objetivo conhecer a prevalência de suspeita de SB entre docentes.

## Revista Electrónica Enfermería Actual en Costa Rica

[www.revenf.ucr.ac.cr](http://www.revenf.ucr.ac.cr)

### MATERIAL E MÉTODO

Trata-se de uma pesquisa descritiva realizada por meio de levantamento (Suvey). Esse tipo de pesquisa procura a frequência com que o evento ocorre, suas características, causas, natureza, relações com outros eventos e como este foi tratado<sup>10</sup>.

Os participantes do estudo foram 52 docentes do ensino fundamental, médio, supletivo e técnico, que trabalham em um colégio estadual do município de Niterói. O campo de atuação é dividido em: ensino fundamental e ensino médio (turno da manhã); ensino fundamental (turno da tarde); supletivo e técnico em contabilidade (turno da noite).

A coleta de dados foi realizada no ano de 2014, utilizando como instrumento um questionário autoaplicado, contendo perguntas fechadas e seções, organizadas pelos seguintes assuntos: aspectos relacionados às características sociodemográficas como cor da pele autorreferida, sexo, faixa etária, escolaridade e renda per capita por salário mínimo. Os estratos da variável cor da pele basearam-se na classificação proposta pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística<sup>11</sup>. Em relação ao aspecto de trabalho, foram estudadas as variáveis: área de atuação; carga horária semanal e carga horária.

Para a avaliação de burnout, utilizou-se o *Maslach Burnout Inventory* (MBI), questionário contendo vinte e duas questões com pontuação de zero a cinco, para avaliar se o trabalhador se expõe a síndrome, variando de acordo com a percepção da intensidade de estresse profissional<sup>12</sup>.

O MBI é formado por escala de frequência com 5 pontos, os quais avaliam 3 dimensões: esgotamento emocional (9 afirmativas); despersonalificação (5 afirmativas) e realização pessoal (8 afirmativas), em sua versão adaptada e validada para o português com profissionais de enfermagem<sup>13</sup>.

A pontuação foi obtida pela soma dos valores em cada subescala. Foram utilizados pontos de corte, no qual os autores consideraram que, na subescala esgotamento emocional, pontuação  $\geq 27$  seria indicativa de alto nível. Nas subescalas despersonalificação e realização pessoal, a pontuação  $\geq 10$  indicou nível alto e  $\geq 40$  indicou nível baixo, respectivamente<sup>8,14</sup>.

Devido à ausência de consenso na literatura científica para o diagnóstico, foram utilizados como critérios para SB o grau elevado nas dimensões esgotamento emocional e despersonalificação, somado a grau baixo em realização pessoal<sup>15</sup>, ou apenas uma das dimensões em desequilíbrio. A prevalência foi verificada também pelo critério de Golembiewski, Manzenrieder e Carter, que consideram apenas a despersonalificação como preditora da síndrome<sup>16</sup>.

### Considerações éticas

O estudo foi aprovado pelo comitê de ética em pesquisa da Escola de Enfermagem Anna Nery sob o protocolo nº 071/2009, seguindo recomendações formais.

## RESULTADOS

### Caracterização sociodemográfica

A população estudada apresentou acima de 25 anos, sendo a média de idade mais encontrada acima de 47 anos – 24 pessoas (53,8%) com desvio padrão de  $\pm 8,5$ , a cor da pele mais referida foi a branca – 42 pessoas (80,8%), predominou o sexo feminino – 45 pessoas (86,5%), com nível de pós-graduação *sensu* ou *stricto sensu* – 32 pessoas (61,5%) e ganhos financeiros da família acima de sete salários mínimos – 33 pessoas (63,5%).

### Descrição do mbi referente às dimensões da síndrome de burnout

Segundo critério de Ramirez, não foram encontrados suspeitos, de acordo com Grunfeld, 33 casos (63,5%) e, com Golembievski, 15 casos (28,8%).

A partir da observação dessas três dimensões que compõem a síndrome, pode-se constatar a existência de maior frequência de respostas positivas para a dimensão “esgotamento emocional”, com destaque para as questões: *sinto que meu trabalho está me desgastando* (90,4%) e *quando termino minha jornada de trabalho sinto-me esgotado (a)* (88,5%). (Tabela 1)

Em relação à dimensão “realização pessoal” pode-se perceber pelas frequências das respostas, que os docentes sentem-se satisfeitos com sua função social, pois as respostas se mantiveram positivas, acima de 90%. (Tabela 1)

Quanto à dimensão “despersonalização” duas questões foram mais citadas como comuns: *sinto que me tornei mais duro (a) com as pessoas, desde que comecei este trabalho* (67,3%), e *- fico preocupado (a) que este trabalho esteja me enrijecendo emocionalmente* (65,4%). (Tabela 1)

**Tabela 1** – Escola Estatal en Niterói. Respostas dos docentes ao questionário MBI, 2014  
*(Freqüência absoluta [fi] e relativa[Fi])*

DIMENSÕES E QUESTÕES	Frecuencia	
	fi Sim	Fi
<b>ESGOTAMENTO EMOCIONAL</b>		
Sinto que meu trabalho está me desgastando.	47	90,4
Quando termino minha jornada de trabalho sinto-me esgotado (a).	46	88,5
Quando me levanto pela manhã e me deparo com outra jornada de trabalho, já me sinto esgotado(a).	45	86,5
Sinto que estou trabalhando demais.	44	84,6
Sinto-me frustrado(a) com meu trabalho.	43	82,7
Sinto-me como se estivesse no limite de minhas possibilidades.	40	76,9
Sinto-me emocionalmente decepcionado(a) com meu trabalho.	41	78,8
Sinto que trabalhar todo o dia com pessoas me cansa.	35	67,3
Sinto que trabalhar em contato direto com pessoas, todo o dia, me estressa.	35	67,3
<b>REALIZAÇÃO PESSOAL</b>		
Sinto que estou exercendo influência positiva na vida de pessoas por meio do meu trabalho.	52	100,0
Creio que consigo muitas coisas valiosas nesse trabalho.	51	98,1
Sinto que posso criar, com facilidade, um clima agradável em meu trabalho.	51	98,1
Sinto que, no meu trabalho, os problemas emocionais são tratados de forma adequada.	44	84,6
Sinto-me estimulado depois de haver trabalhado diretamente com quem tenho que atender.	49	94,2
Sinto-me com muita energia no meu trabalho.	48	92,3
Sinto que trato com muita eficiência os problemas das pessoas as quais tenho que atender.	51	98,1
Sinto que posso entender facilmente as pessoas que tenho que atender.	51	98,1
<b>DESPERSONIFICAÇÃO</b>		
Sinto que me tornei mais duro(a) com as pessoas, desde que comecei este trabalho.	35	67,3
Fico preocupado(a) que este trabalho esteja me enrijecendo emocionalmente.	34	65,4
Sinto que realmente não me importa o que ocorra com as pessoas as quais tenho que atender profissionalmente.	17	32,7
Sinto que estou tratando algumas pessoas com as quais me relaciono no meu trabalho como se fossem objetos impessoais.	7	13,5
Parece-me que os beneficiados com meu trabalho culpam-me por alguns de seus problemas.	26	50,0

Legenda: Total de docentes = 52, 100,0%

Fonte: elaboração própria.

Segundo a análise das dimensões da síndrome, constata-se que o esgotamento emocional e a realização pessoal se encontram elevados. A despersonalificação apresentou escore médio.

Dos pesquisados, 50,0% (n=26) referiram estar pouco estressados, 19,2% (n=10) referiram não estar nem um pouco estressados, 17,3% (n=9) referiram estar estressados e 13,5% (n=7) referiram estar muito estressados, embora 59,6% (n=31) referiram estar felizes no trabalho, e 40,4% (n=21 pessoas) referiram não estar felizes com o trabalho por algum motivo, 53,8% (n=28) pensaram em abandonar o trabalho e 75% (n=39) referiram não pensar no trabalho nos dias de folga.

Os escores das dimensões da Síndrome de Burnout encontram-se a seguir, onde se pode observar 40,4% (n=21) dos docentes com grau expressivo de esgotamento emocional, seguido de 28,8% (n=15) em despersonalificação alta, e 11,5 % (n=6) com realização pessoal baixa (Tabela 2).

**Tabela 2** - Escola Estatal en Niterói. Padrão de pontuação dos escores da Síndrome de Burnout pelo *Maslach Burnout Inventory* entre professores, 2014. (*Freqüência absoluta [fi]* e *relativa[Fi]*)

<b>Dimensões Investigadas</b>	<b>Escores</b>			<b>Suspeitos</b>		<b>Tendência central</b>	
	<b>Alto*-médio-baixo</b>			<i>fi</i>	<i>Fi</i>	<b>Média encontrada</b>	<b>Desvio padrão</b>
Esgotamento emocional	<b>≥27</b>	19-26	<19	21	40,4	25,0	15,4
Depersonalização	<b>≥10</b>	06-09	<06	15	28,8	09,0	05,2
Realização pessoal	<b>≤33</b>	34-39	<b>≥40</b>	06	11,5	27,0	09,5

Legenda: Total de docentes = 52, 100,0%

Fonte: elaboração própria.

## DISCUSSÃO

As consequências do burnout têm efeitos negativos para a organização de ensino, para o indivíduo e sua profissão<sup>17</sup>. Professores com fortes sentimentos vocacionais são mais vulneráveis à síndrome, pois ao evitar ver sua atividade como trabalho, mas sim como vocação, tendem a envolver-se de forma excessiva, podendo resultar em sobrecarga de trabalho<sup>18</sup>. O profissional docente lida com grandes contingentes de pessoas, em atividades envolvendo grupos que exigem complexidade de ações e agilidade de pensamentos, para a tomada de atitudes proativas que permitam o desenvolvimento de seus discentes.

A busca constante por condições mais dignas de sobrevivência tem levado a classe trabalhadora a mudanças de hábitos que sobrecarregam seu dia-a-dia de trabalho e obrigações. Entretanto, a classe dos professores não foge a essa característica ao prolongar sua jornada de trabalho ao lar, e ainda, ao submeterem-se as más-condições de trabalho oferecidas, nas quais se incluem a desvalorização profissional e o estresse diário ocasionado por uma série de fatores negativos que se estendem, desde o campo político até o social<sup>19</sup>.

Observa-se que a classe trabalhadora docente, para conseguir ao menos voz na sociedade, acaba tendo que recorrer a greves, manifestações, e paralisações reivindicando melhores salários e condições de trabalho. A grande

questão é, se esses docentes com desgaste emocional reconhecem que necessitam de ajuda profissional. Pois as estratégias de enfrentamento relatadas na literatura são individuais como: autocontrole; suporte social; melhor administração do tempo; resolução de problemas e reavaliação positiva de fatores que podem amenizar os sinais e sintomas de burnout<sup>6</sup>. Podem ser ressaltadas, também, estratégias coletivas como: dialogar mais sobre as dificuldades; e atividades recreativas. Isso se soma a constatação deste estudo ter encontrado esgotamento emocional acima da média e os docentes referirem que se sentem esgotados, após a jornada e que esse processo causa desgaste.

Para desempenhar as funções docentes, são exigidas diversas condições, e o professor sofre um desgaste físico e psicológico ao tentar suprir determinadas demandas, o que em muitos casos ocasiona o estresse ocupacional<sup>20</sup>. Nessa ótica cabe destacar o número desmedido de turmas e de matérias lecionadas, além de múltiplos vínculos empregatícios para manter um padrão socioeconômico.

Socialmente é aceitável sentir-se exausto em função do trabalho. Em muitos casos, isso faz com que o profissional seja mais valorizado, inclusive pelo corpo diretivo, o qual passa a ver esses trabalhadores como dedicados e comprometidos com as metas e objetivos institucionais, estratégia essa bastante utilizada pelas organizações, na busca de mais produtividade. O número de alunos atendidos diariamente pelos docentes interfere significativamente no esgotamento emocional. Uma elevação no número de discentes corresponde ao aumento de demanda, tornando o trabalhador mais vulnerável ao burnout<sup>18</sup>.

Características geradoras de estresse são a precariedade na infraestrutura das escolas e a sobrecarga de trabalho, pois os professores assumem outras atividades, como cuidador e/ou secretário<sup>21</sup>. Uma pesquisa mostra que os professores de ensino fundamental e médio apresentam mais atitudes negativas em relação aos alunos e menor frequência de realização profissional<sup>19</sup>. Essa constatação que se afirma com os achados da despersonalização neste estudo, onde se encontrou escore médio nessa dimensão, o que pode fazer com que se sintam frios, mais preocupados e enrijecidos emocionalmente. Contudo, constata-se por meio deste estudo que a dimensão referente à realização pessoal encontra-se em escore elevado, demonstrado por respostas afirmativas quanto à satisfação com sua atividade profissional.

A identificação de possíveis agentes estressores no trabalho corresponde ao início da mudança que deve ser realizada no ambiente de trabalho. Esse processo deve ser feito precocemente, desenvolvendo soluções para minimizar efeitos nocivos, tornando o cotidiano mais produtivo e prazeroso. A educação em saúde, por meio de discussões temáticas, panfletos educativos e palestras sustentam o arcabouço de informações necessárias para fornecer subsídios ao trabalhador para detecção precoce de sintomas de SB e o autocuidado.

## CONCLUSÃO

Foi observada a prevalência expressiva de SB entre professores o que gera alerta sobre as condições de trabalho e saúde psíquica desses profissionais. A exaustão emocional e despersonalização mostraram-se no estrato médio segundo MBI, embora de acordo com os critérios diagnósticos, pode-se constatar prevalência de 84,6% de

suspeitos entre o grupo. O fato se confirma quando se observa que 53,8% dos sujeitos da pesquisa pensaram alguma vez em abandonar suas funções de trabalho.

Este estudo destaca a importância da pesquisa nessa área e da necessidade de novas ações que alterem as condições de trabalho, viabilizando melhor qualidade de vida e bem-estar do trabalhador. Além disso, fornece subsídios para reflexão quanto à organização do trabalho e qualidade de vida profissional.

### Declaração de conflito de interesses

Os autores declaram que não têm nenhum tipo de conflito de interesses.

### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Priuli RMA, Moraes MS, Chiaravalloti RM. Impacto do estresse na saúde de cortadores de cana. Rev. Saúde Pública. 2014; 48(2): 225-231. Disponível em: [www.scielo.br/pdf/rsp/v48n2/0034-8910-rsp-48-2-0225.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rsp/v48n2/0034-8910-rsp-48-2-0225.pdf)
2. Oliveira EB, Araujo PMB, Maia MPQ, Cabral JL, Brito DM, Figueiredo EP. Estresse ocupacional e consumo bde ansiolíticos por trabalhadores de enfermagem. Rev. Enferm. 2014; 22(5): 615-621. Disponível em: [www.facenf.uerj.br/v22n5/v22n5a06.pdf](http://www.facenf.uerj.br/v22n5/v22n5a06.pdf)
3. De Souza RG, Santos CG, Nascimento LA, Resende AF, Borba-pinheiro CJ. Ansiedade, estresse e depressão: métodos de avaliação e a relação com a prática de exercícios físicos. CIAFIS - 2º Congresso Internacional de Atividade Física, Nutrição e Saúde, 2016. Disponível em: <http://eventos.set.edu.br/index.php/CIAFIS/article/view/3247>
4. Santos WA. Uma reflexão necessária sobre a profissão docente no Brasil, a partir dos cinco tipos de desvalorização do professor. SapereAude—Belo Horizonte. 2015; 11(6): 349-358. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/SapereAude/article/download/9764/pdf+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=cr>
5. Carlotto MS. Prevenção da síndrome de burnout em professores: um relato de experiência. Mudanças – Psicologia da Saúde. 2014; 22(1): 31-39. Disponível em: [www.metodista.br/revistas/revistas-ims/index.php/MUD/article/download/4782/4383+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=cr](http://www.metodista.br/revistas/revistas-ims/index.php/MUD/article/download/4782/4383+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=cr)
6. Barroso SM, Guerra ARP. Burnout e qualidade de vida de agentes comunitários de saúde de Caetanópolis (MG). Cad. saúdecolet. 2013; 21(3): 338-345. Disponível em: [www.scielo.br/pdf/cadsc/v21n3a16.pdf](http://www.scielo.br/pdf/cadsc/v21n3a16.pdf)

## Revista Electrónica Enfermería Actual en Costa Rica

[www.revenf.ucr.ac.cr](http://www.revenf.ucr.ac.cr)

7. Da Silva RNS, Silva LP, Da Costa MCM, Mendes JR. Síndrome de Burnout em profissionais da Enfermagem. Rev. Saúde em foco, Teresina. 2015; 2(2): 94-106. Disponível em:  
[http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:7zYxqGy\\_rxcJ:www4.fsanet.com.br/revista/index.php/saudede/foco/article/download/896/868+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=cr](http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:7zYxqGy_rxcJ:www4.fsanet.com.br/revista/index.php/saudede/foco/article/download/896/868+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=cr)
8. Silva JLL. Aspectos psicossociais e síndrome de burnout entre trabalhadores de enfermagem intensivistas. Tese (Doutorado) – Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca, Rio de Janeiro, 2015. Disponível em:  
<https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/12850>
9. Braga JCM, Zille LP. Estresse no Trabalho: estudo com taxistas na cidade de Belo Horizonte. CONTEXTUS. 2015; 13(1): 34-59.  
<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:GI6MUu0qYQgJ:www.contextus.ufc.br/2014/index.php/contextus/article/view/475+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=cr>
10. Gabriel MLD. Métodos Quantitativos em Ciências Sociais: sugestões para elaboração do relatório de pesquisa. Desenvolvimento em Questão, Ed. Unijuí, 2014, out./ dez; 28(1): 348-369. Disponível em:  
<https://revistas.unijui.edu.br/index.php/desenvolvimentoemquestao/article/viewFile/2887/3430>
11. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Características Étnico-Raciais da População: classificações e identidades. Rio de Janeiro, 2013. Disponível em:  
<https://biblioteca.ibge.gov.br/index.php/biblioteca-catalogo?id=263405&view=detalhes>
12. Leiter MP, Maslach C. Latent burnout profiles: A new approach to understanding the burnout experience. BurnoutResearch, 2016; 3(1): 89–100. Disponível em:  
[www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2213058615300188](http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2213058615300188)
13. Da Silva JLL, Soares RS, Costa FS, Ramos DS, Lima FB, Teixeira LR. Fatores psicossociais e prevalência da síndrome de burnout entre trabalhadores de enfermagem intensivistas. Rev. Bras. Ter. Intensiva. 2015; 27(2):125-133. Disponível em: [www.scielo.br/pdf/v27n2/0103-507X-rbt-27-02-0125.pdf](http://www.scielo.br/pdf/v27n2/0103-507X-rbt-27-02-0125.pdf)
14. Vicente CS, Oliveira RA, Maroco J. Análise fatorial do inventário de burnout de Maslach (MBI-HSS) em profissionais portugueses. Psicologia,Saúde& Doenças, 2013; 14 (1), 152-167. Disponível em:  
<http://repositorio.ispa.pt/handle/10400.12/2494>
15. Ferreira NN, Lucca RS. Síndrome de burnout em técnicos de enfermagem de um hospital publico do Estado de São Paulo. Rev. bras. Epidemiologia, São Paulo, 2015; 18(1): 68-79. Disponível em:  
[www.scielo.br/scielo.php?pid=S1415-790X2015000100068](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1415-790X2015000100068)

## Revista Electrónica Enfermería Actual en Costa Rica

[www.revenf.ucr.ac.cr](http://www.revenf.ucr.ac.cr)

16. Novaes MRCG, César BN, Moura TR. Desgaste laboral em docentes de medicina: uma revisão de literatura. Brasília Med 2013;50(2):111-117. Disponível em:  
[http://www.scielo.br/scielo.php?script=3Dsci\\_abstract%26pid%3DS0100-55022016000400772%26lng%3Den%26nrm%3Diso%26tIn%3Dpt+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=cr](http://www.scielo.br/scielo.php?script=3Dsci_abstract%26pid%3DS0100-55022016000400772%26lng%3Den%26nrm%3Diso%26tIn%3Dpt+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=cr)
17. Machado VR, Boechat IT, Santos MFR. Síndrome de burnout: uma reflexão sobre a saúde mental do educador. 7.ed. Revista Transformar. 2015. Disponível em:  
<http://www.fsj.edu.br/transformar/index.php/transformar/article/view/44/41>
18. Braun AC, Carlotto MS. Síndrome de Burnout: estudo comparativo entre professores do Ensino Especial e do Ensino Regular. Revista Quadrimestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional, SP. 2014; 18(1): 125-133. Disponível em: [www.scielo.br/pdf/pee/v18n1a13.pdf](http://www.scielo.br/pdf/pee/v18n1a13.pdf)
19. Koga GKC, Melanda FN, Santos HG, Sant'Anna FL, González AD, Mesas AE, et al. Fatores associados a piores níveis na escala de Burnout em professores da educação básica. Cad. Saúde Colet., Rio de Janeiro, 2015, 23 (3): 268-275. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?3Fpid%3DS1414-462X2015000300268%26script%3Dsci\\_abstract%26tIn%3Dpt+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=cr](http://www.scielo.br/scielo.php?3Fpid%3DS1414-462X2015000300268%26script%3Dsci_abstract%26tIn%3Dpt+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=cr)
20. Pereira TSL, Aguiar AL, Costa SA. Mal-Estar Docente: reflexões sobre os desconfortos presentes no desempenho da profissão. Revista Educação e Emancipação, São Luís, 2015, 8(2): 161-180. Disponível em: <http://www.periodicoeletronicos.ufma.br/index.php/reducacaoemancipacao/article/view/4220>
21. Silveira KA, Enumo SRF, Batista EP. Indicadores de estresse e estratégias de enfrentamento em professores de ensino multisseriado. Revista Quadrimestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional, São Paulo, 2014, set./dez.; 18 (3). Disponível em: [www.scielo.br/pdf/pee/v18n3/1413-8557-peo-18-03-0457.pdf](http://www.scielo.br/pdf/pee/v18n3/1413-8557-peo-18-03-0457.pdf)