



Síndrome de Burnout e condições psicossociais em docentes do ensino superior

Camila Ronchini Montalvão^{1*}, Lucia Elaine Ranieri Cortez² e Rute Grossi-Milani^{2,3}

¹Programa de Graduação em Medicina, Centro Universitário UniCesumar, Avenida Guedner, 1610, 87050-900, Maringá, Paraná, Brasil.

²Programa de Pós-graduação em Promoção da Saúde, Centro Universitário UniCesumar, Maringá, Paraná, Brasil. ³Programa de Mestrado em Tecnologias Limpas, Centro Universitário UniCesumar, Maringá, Paraná, Brasil. *Autor para correspondência. E-mail: camila_33_r@yahoo.com.br

RESUMO. A Síndrome de Burnout é uma resposta ao estresse crônico diário em profissionais que atuam diretamente com o público, abrange a exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional. Os docentes situam-se entre os mais afetados pois, no ensino superior, os profissionais são levados a acumular diferentes funções que vão além das de docência e pesquisa. Objetivou-se revisar a produção científica acerca da Síndrome de Burnout em docentes do nível superior e sua relação com variáveis sociodemográficas, laborais e individuais. Foram consultadas as bases de dados Scielo, Lilacs, PubMed e PsycINFO, utilizando-se as palavras-chave: esgotamento emocional; docentes universitários; stress ocupacional; qualidade de vida no trabalho. Nestas mesmas bases foram selecionados 15 artigos, publicados entre 2011 e 2015, nos quais observou-se o predomínio de estudos de prevalência, com taxas em torno de 19%. Dentre os fatores psicológicos relacionados à modulação da síndrome, foram identificados o estresse prolongado, a tendência ao neuroticismo e a depressão, apresentando impactos negativos no bem-estar. A satisfação com a vida, a autoeficácia e o engajamento no trabalho atuaram como moduladores positivos. O reconhecimento das condições de vida relacionadas à Síndrome de Burnout pode auxiliar no desenvolvimento de novas investigações e no planejamento de intervenções preventivas e terapêuticas, zelando pelo bem-estar físico e emocional do docente do ensino superior.

Palavras-chave: esgotamento emocional; docentes universitários; estresse ocupacional; qualidade de vida no trabalho.

Burnout syndrome and psychosocial conditions in teachers of higher education

ABSTRACT. The Burnout Syndrome is a response to the daily chronic stress and includes emotional exhaustion, depersonalization and low professional satisfaction. The most commonly affected professionals are those with direct contact with the public, as teachers, for instance. This paper aimed to analyze works about the burnout syndrome on third-level education. The databases consulted were the Scielo, Lilacs, PubMed and PsycINFO, and the keywords used were emotional tiredness; teacher; occupational stress and quality of work life. We selected 15 published in 2011 at 2015. Prevalence studies were predominant, with rates around 19%. The psychological factors related to the modulation of the syndrome were prolonged stress, neuroticism and depression, with negative impacts on well-being. Satisfaction with life, self-efficacy, and engagement at work acted as positive modulators. Concluded that recognizing the life conditions related to the syndrome helps in the development of new investigations and in the planning of preventive and therapeutic interventions, taking care of the physical and emotional well-being of the higher education teacher.

Keywords: emotional tiredness; teacher; occupational stress; quality of work life.

Introdução

O termo burnout se originou do inglês e se refere a algo que cessou seu funcionamento em razão de uma exaustão de energia (Mesquita, Gomes, Lobato, Gondim, & Souza, 2012). Foi inicialmente utilizado por Freudenberger (1974), que desenvolveu a expressão 'staff Burnout' para se referir a uma síndrome que afetava trabalhadores de saúde mental (psicólogos e psiquiatras) e que se apresentava como uma exaustão, isolamento e

desencanto. Posteriormente, Maslach e Jackson (1981) delinearão o que conhecemos como Síndrome de Burnout (Mesquita et al., 2012).

Esta síndrome é causada pelo estresse crônico diário e é descrita pelo Ministério da Saúde, na portaria nº 1.339 de 18 de novembro de 1999, como um transtorno mental e do comportamento relacionado ao trabalho (Brasil, 1999). Apesar de não constar Síndrome de Burnout na Classificação Internacional de Doenças, ela se enquadra na seção de problemas relacionados com o emprego e com o

desemprego, como ritmo de trabalho penoso - Z56.3 (Organização Mundial da Saúde [OMS], 1997).

A definição mais utilizada da Síndrome de Burnout, e que inclusive serve de modelo, é a de Maslach e Jackson (1981), que a descrevem a partir de três dimensões: a da exaustão emocional ou do esgotamento emocional, a da despersonalização e a da baixa realização profissional. A exaustão emocional é o sinal principal da síndrome e se caracteriza pelo sentimento de sobrecarga de trabalho, gerando um estresse laboral que leva o indivíduo a apresentar-se com pouca energia para realização das tarefas cotidianas. Em um segundo momento, como reação à exaustão emocional, temos a despersonalização, na qual há distanciamento emocional, caracterizado por apatia em relação aos seus familiares, aos colegas de trabalho e da equipe administrativa. Por fim, a baixa realização profissional acarreta o sentimento de desmotivação, ineficácia e inadequação à vida profissional e pessoal, inclusive (Ramón, 2015).

Após estudos semelhantes aos de Maslach e Jackson (1981), Gil-Monte (2005), ao investigar o meio educacional, ampliou as dimensões da Síndrome de Burnout e acrescentou às três dimensões referidas, uma quarta: a da culpa. Esta dimensão se caracteriza pelo surgimento do sentimento de culpa relativo a comportamentos que se distanciam de preceitos estabelecidos por determinada instituição de ensino ou, até mesmo, do papel social atribuído ao educador (Diehl & Carlotto, 2014). A partir deste novo modelo identificou-se dois tipos de perfil de Burnout. O primeiro deles é caracterizado pela presença da síndrome, embora não se identifique incapacidade do docente para exercer sua profissão. Já o segundo perfil caracteriza-se pela incapacidade do docente de exercer sua função, indicando, por isso, um comprometimento maior das atividades do indivíduo causado pela síndrome (Diehl & Carlotto, 2014).

Apesar das diferenças entre as concepções de Maslach e Jackson (1981) e a de Gil-Monte (2005), a Síndrome de Burnout sempre foi estudada como um fenômeno social e não individual, visto que era considerada uma resposta apenas ao ambiente e às situações estressantes. Essa visão fez com que os estudos sobre as vulnerabilidades individuais fossem negligenciados e, apenas em 2010, pesquisas mostraram a necessidade de se estudar os fatores individuais relacionados como a personalidade (Bianchi & Schonfeld, 2016).

Independentemente das diversas perspectivas a partir das quais o estudo desta síndrome pode ser feito, há o consenso de que os profissionais que

lidam diretamente com outras pessoas são os mais afetados, pois estão sujeitos a um maior envolvimento emocional; o que acarreta uma sobrecarga emocional e mental. Nesse contexto, uma das profissões mais atingidas é a de docente (Carlotto, 2011).

Os professores, independentemente do nível de ensino em que atuam, necessitam de conhecimentos diversos, na área pedagógica e científica, além de sensibilidade e de criatividade que lhes permitam reagir às diversas situações e obstáculos intrínsecos à atividade docente. Apesar de características gerais, cada nível de ensino possui suas particularidades. Se consideramos o nível médio, os docentes precisam mostrar a seus alunos que aquilo que aprendem na escola será utilizado no seu cotidiano e é uma ferramenta para atingir objetivos futuros (Rodríguez, Becerra, Betrán, Estrada, & Viera, 2008). Ao analisarmos a docência no ensino superior, observamos que a finalidade desta seria a de formar indivíduos altamente qualificados e criadores de novos conhecimentos para a sociedade. Nesse contexto, o ensino superior deveria ser construído a partir do diálogo entre docentes e alunos, no qual ambos compartilham seus saberes e suas experiências para gerarem novas ideias (Álvarez, 2012).

O desequilíbrio existente entre o esforço do docente e sua recompensa pessoal e profissional é um dos principais fatores que levam ao desenvolvimento da síndrome. Quando o docente do nível superior possui um alto nível de Burnout, principalmente no que se refere à dimensão de despersonalização, a docência deixa de ser um diálogo entre alunos e professores e passa a ser realizada de uma maneira imparcial e burocrática, na qual ambos ocultam seus conhecimentos e apenas cumprem o compromisso de estar na instituição de ensino, afetando diretamente na aprendizagem (Álvarez, 2012).

O presente estudo tem como objetivo analisar a produção nacional e internacional acerca da Síndrome de Burnout em docentes do nível superior, verificando as relações com variáveis sociodemográficas, laborais e individuais, como a da personalidade.

Metodologia

O procedimento aplicado para esta revisão foi inspirado na metodologia *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*-Prisma (Urrútia & Bonfill, 2010), que é composta por quatro fases para que se atinja uma melhor compreensão dos resultados: identificação dos artigos, triagem, elegibilidade e artigos incluídos.

Inicialmente, procedeu-se a uma busca por artigos nas seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs), PubMed, *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e *American Psychological Association* (PsycINFO). As terminologias de buscas utilizadas em língua portuguesa foram: Síndrome, Burnout e docentes; e, na língua inglesa: *Burnout Syndrome* e *teachers/professor*, todas elas de acordo com os descritores de psicologia BVS-PSI – Biblioteca Virtual de Saúde –, Psicologia Brasil e descritores em Ciências da Saúde (DeSC) – Biblioteca Virtual de Saúde.

Foram selecionados os artigos que apresentaram como tema a Síndrome de Burnout em docentes do ensino superior – de língua espanhola, inglesa ou portuguesa – publicados entre 2011-2015. Foram excluídos os que abordavam a Síndrome de Burnout apenas em docentes do ensino infantil, fundamental e médio, pesquisas documentais ou de revisão, anais de congressos, assim como teses e dissertações.

A primeira base de dados pesquisada foi a SciELO, na qual foram encontrados 26 artigos, entre os quais apenas sete foram selecionados na triagem. Posteriormente, foi realizada a pesquisa na base de dados Lilacs, na qual foram localizados 30 artigos, dos quais apenas sete foram selecionados. Nas bases de dados PubMed e *American Psychological Association* (PsycINFO), foram feitas duas pesquisas. Na primeira delas, os descritores de busca utilizados foram: Burnout Syndrome e teachers e, na segunda pesquisa: Burnout Syndrome e professor. No total foram encontrados seis artigos na base de dados PubMed, sendo que apenas um se enquadrou nos critérios de seleção. Na base de dados PsycINFO, foram encontrados 31 artigos, dentre os quais dois não apresentavam o texto integral, três não tinham o texto integral nos idiomas delimitados para a revisão, cinco eram pesquisas documentais ou de revisão, como teses e dissertações. Os outros 19 artigos eram estudos que tinham por objeto os docentes do ensino infantil, do ensino fundamental e do ensino médio, e os dois artigos selecionados para o estudo já haviam sido encontrados na base de dados Lilacs. Portanto, dos 93 artigos encontrados, 15 foram selecionados para análise.

Após a pesquisa inicial dos textos que se encontravam integralmente disponíveis, a seleção dos artigos foi realizada em três etapas. A primeira delas foi a de pesquisa inicial nas bases de dados. A segunda foi a de triagem, que visava a exclusão dos artigos que não preenchiam o critério de seleção, mantendo-se apenas aqueles que possivelmente poderiam ser utilizados para o estudo. Na etapa de triagem foi realizada a leitura dos títulos e resumos

e, em caso de dúvidas sobre a relevância do artigo, procedeu-se a leitura da metodologia e do objetivo da pesquisa. A terceira etapa foi a da confirmação da relevância dos artigos para o estudo, por meio da leitura integral dos textos selecionados previamente, sempre utilizando os critérios preestabelecidos.

Os artigos foram analisados de forma sistemática por meio de um formulário desenvolvido para a catalogação e caracterização da produção acerca do tema Síndrome de Burnout em docentes do ensino superior. As variáveis utilizadas para a catalogação foram o título do texto, o título do periódico, autor(es) do artigo, ano da publicação, área de produção e palavras-chave. A caracterização da produção enfocou o tema e os objetivos do artigo, técnicas de pesquisa, bibliografia de referência, variáveis e resultados, conclusão e, por fim, as limitações do estudo.

Resultados e discussão

Nos artigos selecionados observa-se o predomínio dos delineamentos descritivos e correlacionais. A maior parte deu-se nos países da América Latina, com amostras oscilando entre 48 e 982 docentes. No Brasil foram desenvolvidos sete estudos, nos quais foram avaliados a prevalência da Síndrome de Burnout e sua relação com fatores sociodemográficos e laborais. Comparativamente aos estudos estrangeiros, nota-se uma tendência nas investigações internacionais a relacionarem a síndrome com outras variáveis, como características de personalidade, estratégias de enfrentamento e depressão.

O perfil dos quinze artigos selecionados, quanto ao país, ano, amostra e delineamento, pode ser conferido na Tabela 1.

Tabela 1. Representação dos estudos segundo país, ano, amostra e delineamento.

País	Ano	Amostra	Delineamento
Brasil	2011	48	DC*
		50	Descritivo
	2012	70	DC
		60	DC
		169	DC
		202	DC
Colômbia	2011	982	DC
		89	DC
Venezuela	2012	405	DC
		108	DC
México	2014	120	Descritivo
		156	DC
		164	DC
Portugal	2011	308	DC
		404	DC

*Descritivo Correlacional.

Como instrumento para medir a Síndrome de Burnout em docentes, os trabalhos empregaram três

tipos: a escala Maslach Burnout Inventory (MBI), versão em português do Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo, que foi elaborada e validada para a população brasileira por Gil-Monte, Carlotto e Câmara (2010) e o Cuestionario de Burnout del Profesorado (CBP-R) de Moreno, Garrosa, e González (2000).

Onze estudos utilizaram como instrumento a escala Maslach Burnout Inventory (MBI), amplamente difundida na comunidade científica, e também de fácil aplicabilidade. Esse instrumento foi elaborado por Maslach e Jackson (1986) e adaptado para o uso no Brasil por Carlotto e Câmara (Carlotto, 2011). O instrumento é autoaplicável, composto por 22 itens, e as respostas são do tipo Likert. Desses 22 itens, nove avaliam o esgotamento profissional, cinco avaliam a despersonalização e oito a baixa realização pessoal. Quanto maior o nível de Burnout, a tendência é que a maior pontuação seja observada nas dimensões de despersonalização e exaustão emocional (Gomes & Quintão, 2011).

Para avaliar a Síndrome de Burnout, outros três artigos utilizaram como instrumento a versão em português do Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo, que foi elaborada e validada para a população brasileira por Gil-Monte, Carlotto e Câmara (2010). Esse instrumento, assim como o MBI, é autoaplicável. Entretanto, aqui temos 20 itens que se dividem em quatro dimensões, sendo elas as seguintes: ilusão pelo trabalho, desgaste psíquico, indolência e culpa. Assim como a MBI, as respostas são do tipo Likert. Neste caso, quando há um alto índice nas dimensões de desgaste psíquico e indolência, associado a um baixo índice na dimensão de ilusão pelo trabalho, temos um maior nível de Burnout (Costa, Gil-Monte, Possobona, & Ambrosano, 2013).

Apenas um estudo utilizou o instrumento Cuestionario de Burnout del Profesorado (CBP-R) de Moreno et al. (2000), composto por 66 itens, e as áreas que avalia são: estresse, Síndrome de Burnout, desorganização institucional e problemas administrativos (Rodríguez, Hinojosa, & Ramírez, 2015). Apesar desse instrumento analisar diversas variáveis, a Síndrome de Burnout continua a ser avaliada de acordo com as três dimensões do MBI, que são: esgotamento profissional, despersonalização e baixa realização pessoal.

Em relação às limitações dos estudos, a mais relatada foi quanto à amostra. Como esta era composta por docentes voluntários, os autores levantaram a hipótese de que os que não participaram poderiam ser aqueles afetados pela síndrome (Zucoloto, Maroco, & Campos, 2012;

Costa et al., 2013). Destacou-se também a falta de tempo para a coleta de dados, a composição da amostra por docentes de diferentes níveis de ensino (Dalagasperina & Monteiro, 2014) e a restrição a apenas uma região, o que não representaria a totalidade de docentes (Gomes & Quintão, 2011).

Outra dificuldade relatada foi em relação ao tipo de estudo. De acordo com Gaxiola-Villa (2014), o estudo transversal que realizou para analisar a Síndrome de Burnout em donas de casa que eram docentes não cumpre o requisito de relação temporal de causa e efeito, portanto, o autor recomenda a realização de estudos longitudinais sobre o tema. Isto se aplica à totalidade dos artigos, visto que empregaram o delineamento transversal.

A prevalência da Síndrome de Burnout nos estudos analisados variou de 14,2 até 63,5%. A maior prevalência (63,5%) foi identificada no México, em um estudo com 156 docentes de cinco unidades acadêmicas: Nutrição, Medicina, Odontologia, Enfermagem e Bioquímica. Já o que apresentou a menor prevalência (14,2%) foi o brasileiro, realizado com uma amostra de 169 docentes de sete instituições de nível superior.

Nos estudos realizados nos três países da América do Sul temos uma prevalência semelhante. Nos estudos brasileiros, a prevalência foi em média de 17,1, no estudo colombiano, foi de 19,1 e, no venezuelano, 21%. Essas taxas de prevalência podem ser explicadas pelas semelhanças entre os sistemas de educação superior destes países.

Em relação ao sexo, a maioria dos estudos indica que há predomínio da síndrome e suas dimensões, tais como a despersonalização e exaustão emocional, no sexo feminino (Gomes & Quintão, 2011). Gonçalves e outros autores, apesar de não encontrarem diferenças estatísticas significativas entre a população feminina e a masculina em sua amostra, relataram que o maior nível da síndrome em mulheres ocorre por elas possuírem, além das preocupações com seu trabalho, afazeres domésticos e cobranças estéticas e emocionais maiores que os homens. No que diz respeito à idade, os estudos apontam que quanto mais jovem o docente, maior o nível de esgotamento profissional e, conseqüentemente, maior a probabilidade de desenvolver a síndrome.

Relativamente ao estado civil, há uma concordância entre os artigos de que as pessoas solteiras apresentariam uma maior realização pessoal, o que seria um fator protetor para o desenvolvimento da síndrome, por apresentarem menos preocupações familiares e conjugais (Gonçalves et al., 2011).

Quanto ao tempo de docência, menos de cinco anos seria um fator favorável para desenvolver Burnout (Ramírez, Moreno, Beltrán, & Perales, 2014). Docentes que lecionavam em níveis inferiores apresentavam um maior índice de Burnout, visto que a exaustão emocional era mais significativa nesse grupo (Gomes & Quintão, 2011; David & Quintão, 2011). Apesar da exaustão emocional prevalecer entre os docentes de níveis inferiores de ensino, os sinais de exaustão em docentes do nível superior, segundo Zucoloto et al. (2012), eram visíveis, pois 47,1 deles afirmaram precisar de mais tempo para relaxar depois de um dia de trabalho, 26,1 eram incapazes de suportar a pressão do trabalho e 24,3% se sentiam emocionalmente esgotados e tinham menos energia para as atividades de lazer.

A carga horária de trabalho também foi relacionada com a prevalência da Síndrome de Burnout. Em docentes que trabalhavam em tempo integral, a prevalência da síndrome chegou a 25% (Botero & Romero, 2012). Esse estudo revelou que os docentes em tempo integral sofrem um maior esgotamento emocional se comparados com docentes horistas.

Outros fatores laborais citados como de risco para uma maior prevalência da síndrome foram as condições de trabalho inadequadas, que abrangem a estrutura da instituição e sua burocracia administrativa, os baixos salários, a falta de reconhecimento, a falta de educação e limites dos alunos e o medo de demissão. Estas variáveis laborais contribuem para o aumento do desgaste emocional do docente (Dalagasperina & Monteiro, 2014), (Borges, Ruiz, Rangel, & González, 2012).

Seis dos artigos analisados nesta revisão relacionaram a Síndrome de Burnout com as variáveis físicas e psicológicas, como o nível de estresse percebido, depressão, bem-estar psicológico, o nível geral de saúde e dor musculoesquelética.

Deste modo, notou-se o importante papel do estresse como gerador e perpetuador da síndrome. O estresse, definido como uma reação do organismo frente a estímulos nocivos, sejam eles físicos ou psicológicos, possui correlação significativa com as três dimensões de Burnout. Usualmente, os indivíduos que atuam no ensino superior dispõem, além da docência, de outra carreira de atuação profissional (Salgado, Reyna, & Bastida, 2012). Este fato nos leva a pensar que o estresse procede não só da atividade docente, mas também de outras situações desgastantes vivenciadas pelo profissional. Neste contexto, professores de áreas específicas, como a da saúde, possuem uma maior vulnerabilidade à síndrome, por sobrecarga de

trabalho e fatores estressores, revelando que o nível de ensino tem um grande potencial na gênese desta síndrome (Mendonça, Coelho, & Júca, 2012). Rodríguez et al. (2015) afirmam o que já está descrito na literatura, que o estresse prolongado seria um fator de risco para o desenvolvimento da síndrome, corroborando com a tese de que o estresse é um dos impactantes negativos.

Juntamente com o nível de Burnout, podemos observar o desenvolvimento da depressão, o que foi relatado por Gomes e Quintão (2011). Tais autores analisaram a relação entre a satisfação com a vida, a depressão e a Síndrome de Burnout, juntamente com outras características laborais, e relataram que quanto maior a satisfação com a vida, menores são os níveis de despersonalização e de exaustão emocional.

Características intrínsecas, como as crenças, as estratégias de enfrentamento e também a autoeficácia, demonstraram potencial de atuação como fatores de proteção (Carlotto et al., 2015). Segundo Carlotto, Dias, Batista, e Vidal (2015), a autoeficácia que envolve a convicção sobre a própria capacidade de praticar ações e cumprir determinadas metas preestabelecidas pode ajudar a mediar o estresse laboral. Nessa perspectiva, constataram o papel mediador da autoeficácia na Síndrome de Burnout em docentes e a relação positiva com a capacidade de lidar com fatores estressores decorrentes de uma sobrecarga laboral. A autoeficácia traz o sentimento de satisfação pessoal e a crença de poder resolver os desafios propostos. Além disso, os docentes com uma maior autoeficácia tendem a auxiliar de forma mais vigorosa a aprendizagem e o desempenho dos alunos.

No que diz respeito às estratégias de enfrentamento, o estudo realizado por David e Quintão (2011) mostrou relações com a Síndrome de Burnout e constatou que aqueles docentes que apresentaram estratégias de enfrentamento focadas no problema tiveram menos índices de Burnout do que aqueles que apresentavam estratégias voltadas para as emoções, pois tendiam a buscar formas de se adaptar para resolver determinado problema causador do estresse. Ou seja, no primeiro tipo de estratégia geralmente elimina-se a fonte estressora, enquanto que no segundo tipo, que enfoca as emoções, apenas minimizam o fator estressor, não o extinguindo totalmente, o que contribui para a perpetuação da síndrome.

Para David e Quintão (2011), a personalidade dos docentes também está relacionada com a Síndrome de Burnout. A personalidade avaliada pelo Big Five Inventory (BFI) considera cinco dimensões: conscienciosidade, abertura à experiência, extroversão, neuroticismo e

amabilidade. Destas cinco dimensões, apenas o neuroticismo, que se refere à tendência dos indivíduos de apresentarem sentimentos negativos, se relacionou de forma positiva com a Síndrome de Burnout. Nota-se uma relação negativa entre neuroticismo, satisfação com a vida e maior escolaridade, mostrando que quanto maior o nível de escolaridade, menor a tendência de neuroticismo na personalidade e, conseqüentemente, menor o índice de Burnout.

Outra variável relacionada com a Síndrome de Burnout é o engajamento no trabalho, que seria um estado psicológico positivo em relação à vida profissional, manifestando-se em uma maior determinação e dedicação (Ramírez et al., 2014). Na literatura, vemos que há uma relação negativa entre a Síndrome de Burnout e o engajamento no trabalho, de modo que quanto maior o nível de Burnout, menor o engajamento no trabalho (Ramírez et al., 2014). Entretanto notaram-se divergências, em que os níveis de Burnout e de engajamento se apresentaram, simultaneamente, altos. Isto se explica por que, apesar do estresse crônico apresentado, existe um alto nível de compromisso dos docentes com o trabalho, observado por comportamentos como responsabilidade, dedicação, honestidade, tolerância e prudência em relação à docência.

Ao tentar estabelecer relações entre a Síndrome de Burnout, o nível geral de saúde, e a dor musculoesquelética, a associação não se mostrou significativa. As queixas mais apresentadas foram de dores na região do pescoço e lombar, o que esclarece a diminuição do nível geral de saúde. Entretanto, contempla-se uma correlação negativa entre o nível geral de saúde e a dimensão de exaustão emocional da Síndrome de Burnout (Suda, Coelho, Bertaci, & Santos, 2011), o que nos mostra como a síndrome afeta profundamente o bem-estar físico e psicológico do profissional, visto que o nível geral de saúde está diretamente relacionado com uma boa qualidade de vida.

Considerações finais

Para o entendimento da Síndrome de Burnout em docentes universitários é necessária a compreensão das diversas vertentes dos estudos na literatura nacional e internacional. Deste modo, delineou-se a presente revisão, o que permitiu verificar as relações com variáveis sociodemográficas, laborais e pessoais, no período de 2011 a 2015. Notou-se a forte presença de estudos de prevalência em países da América Latina, região em que se observou a expansão do ensino superior nas últimas décadas e a vivência de realidades razoavelmente

semelhantes no que se refere às condições de trabalho: baixa remuneração, pouco reconhecimento e medo de demissão devido às crises econômicas que frequentemente assolam os países do continente. Tal realidade incide na dimensão de esgotamento emocional, a qual se destacou em docentes jovens e que trabalham em tempo integral. Ressalta-se ainda a prevalência da dimensão de exaustão emocional em docentes do sexo feminino, especialmente em níveis inferiores de ensino, como nos níveis infantil, fundamental e médio, em que se deve considerar o quanto as mulheres são sobrecarregadas pelo acúmulo de papéis e dos afazeres domésticos, além das preocupações com seu trabalho, e cobranças estéticas e emocionais.

No que concerne às características psicológicas, os fatores que se relacionaram com a modulação da síndrome foram estresse prolongado, tendência ao neuroticismo e depressão, apresentando impactos negativos no bem-estar dos docentes e piora do quadro daqueles que já manifestavam a síndrome. A satisfação com a vida, a autoeficácia, e um maior nível de engajamento no trabalho, atuaram como moduladores positivos.

A partir do panorama geral dos estudos sobre a síndrome verificou-se que há uma tendência dos autores a utilizarem o Maslach Burnout Inventory (MBI), que é amplamente difundido pela comunidade científica, por ser um instrumento de pesquisa padronizado e validado, o que concede às pesquisas resultados mais confiáveis e criteriosos. Entretanto, outros instrumentos vêm ganhando espaço nos estudos, principalmente o Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo, que acrescenta uma quarta dimensão à síndrome: a culpa, que permite a identificação dos tipos de perfil de Burnout, importantes para o manejo dos sujeitos que apresentam a síndrome.

Estudar as condições psicossociais relacionadas à Síndrome de Burnout auxilia no desenvolvimento de novas investigações e no planejamento de intervenções preventivas e terapêuticas, zelando pelo bem-estar físico e emocional do docente do ensino superior, visto sua importância no processo de ensino-aprendizagem.

Referências

- Álvarez, C. C. B. (2012). Riesgo psicosocial intralaboral y "burnout" en docentes universitarios de algunos países latino-americanos. *Cuadernos de Administración Universidad del Valle*, 28(48), 177-132.
- Bianchi, R., & Schonfeld, I. S. (2016). Burnout is associated with a depressive cognitive style. *Personality*

- and *Individual Differences*, 100, 1-5. doi: 10.1016/j.paid.2016.01.008
- Borges, A., Ruiz, M., Rangel, R., & González, P. (2012). Síndrome de burnout en docentes de una universidad pública venezolana. *Comunidad y Salud*, 10(1), 1-9.
- Botero, M. L. R., & Romero, H. G. (2012). Burnout syndrome in professors from an academic unit of a colombian university. *Investigación y Educación en Enfermeira*, 29(3), 427-434.
- Brasil. (1999). Ministério da Saúde. Portaria n. 1.339, de 18 de nov. de 1999. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF.
- Carlotto, M. S. (2011). Síndrome de burnout em professores: prevalência e fatores associados. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 27(4), 403-410. doi: 10.1590/S0102-37722011000400003
- Carlotto, M. S., Dias, S. R. S., Batista, J. B., & Vidal, D. L. (2015). O papel mediador da autoeficácia na relação entre a sobrecarga de trabalho e as dimensões de burnout em professores. *Psico-USF*, 20(1), 13-23. doi: 10.1590/1413-82712015200102
- Costa, L. S. T., Gil-Monte, P. R., Possobona, R. F., & Ambrosano, G. M. B. (2013). Prevalência da Síndrome de Burnout em uma amostra de professores universitários brasileiros. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 26(4), 636-642. doi: 10.1590/S0102-79722013000400003
- Dalagasperina, P., & Monteiro, J. K. (2014). Preditores da síndrome de burnout em docentes do ensino privado. *Psico-USF*, 19(2), 265-275. doi: 10.1590/1413-82712014019002011
- David, I. C., & Quintão, S. (2011). *Burnout em professores: a sua relação com a personalidade, estratégias de coping e satisfação com a vida* (Dissertação de Mestrado). Lisboa, PT: Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- Diehl, L., & Carlotto, M. (2014). Conhecimento de professores sobre a síndrome de burnout: processo, fatores de risco e consequências. *Psicologia em Estudo*, 19(4) 741-752. doi: 10.1590/1413-73722455415.
- Freudenberger, H. (1974). Staff burnout. *Journal of Social Issues*, 30, 159-165. doi: 10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x
- Gaxiola-Villa, E. (2014). Bienestar psicológico y desgaste profesional [dp] em amas de casa docentes universitárias. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 6(1), 79-88. doi: 10.5460/jbhsi.v6.1.47605
- Gil-Monte, P. R. (2005). *El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout). Una enfermedad laboral en la sociedad del bienestar*. Madrid, ES: Pirâmide.
- Gil-Monte, P. R., Carlotto, M. S., & Câmara, S. G. (2010). Validation of the brazilian version of the "spanish burnout inventory" in teachers. *Revista de Saúde Pública*, 44(1), 140-147. doi: 10.1590/S0034-89102010000100015.
- Gomes, A. P. R., & Quintão, S. R. (2011). Burnout, satisfação com a vida, depressão e carga horária em professores. *Análise Psicológica*, 29(2), 335-344. doi: 10.14417/ap.56
- Gonçalves, T. B., Leitão, A. K. R., Botelho, B. S., Marques, R. A. C. C., Hosoume, V. S. N., & Neder, P. R. B. (2011). Prevalência de síndrome de burnout em professores médicos de uma universidade pública em Belém do Pará. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, 9(2), 85-89.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99-113. doi: 10.1002/job.4030020205.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1986). *Maslach burnout inventory* (2nd ed.). Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press.
- Mendonça, V. L. G., Coelho, J. A. P. M., & Júca, M. (2012). Síndrome de burnout em médicos docentes de uma instituição pública. *Psicologia em Pesquisa*, 6(2), 90-100. doi: 10.24879/201200600200303
- Mesquita, A. A., Gomes, D. S., Lobato, J. L., Gondim, L., & Souza, S. B. (2012). Estresse e síndrome de burnout em professores: prevalência e causas. *Psicologia Argumento*, 31(75), 627-635. doi: 10.7213/psicol.argum.31.075.DS05
- Moreno-Jiménez, B., Garrosa, E., & González, J. L. (2000). La evaluación del estrés y el burnout del profesorado: el CBP-R. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 16, 151-171.
- Organização Mundial da Saúde [OMS]. (1997). *CID-10 classificação estatística internacional de doenças e problemas relacionados à saúde* (10a ed., rev.). São Paulo, SP: USP.
- Ramírez, D. R. C., Moreno, M. P., Beltrán, C. A., & Perales, C. A. (2014). Burnout y work engagement en docentes universitarios de zacatecas. *Ciencia & Trabajo*, 16(50), 116-120. doi: 10.4067/S0718-24492014000200010
- Ramón, J. P. M. (2015). Cómo se defiende el profesorado de secundaria del estrés: burnout y estrategias de afrontamiento. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 13(1), 1-9. doi: 10.1016/j.rpto.2015.02.001
- Rodríguez, M. C., Hinojosa, L. M. M., & Ramírez, M. T. G. (2015). Evaluación del desempeño docente, estrés y burnout en profesores universitarios. *Actualidades Investigativas en Educación*, 14(1), 1-22.
- Rodríguez, M. G. A., Becerra, L. N. V., Beltrán, C. A., Estrada, M. I. C., & Viera, A. O. (2008). Factores psicosociales laborales y síndrome de burnout en profesores de preparatoria de guadalajara, jalisco, México. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*, 13(1), 19-26.
- Salgado, A. V., Reyna, P. A. S., & Bastida, N. M. M. (2012). Síndrome de burnout em la facultad de odontología de la universidad autónoma del estado de México: un estudio comparativo. *International Journal of Odontostomatology*, 6(2), 129-138. doi: 10.4067/S0718-381X2012000200003

- Suda, E. Y., Coelho, A. T., Bertaci, A. C., & Santos, B. B. (2011). Relação entre nível geral de saúde, dor musculoesquelética e síndrome de burnout em professores universitários. *Fisioterapia e Pesquisa, 18*(3), 270-274. doi: 10.1590/S1809-29502011000300012
- Urrútia, G., & Bonfill, X. (2010). Declaración PRISMA: una propuesta para mejorar la publicación de revisiones sistemáticas y metaanálisis. *Medicina Clínica, 135*(11), 485-532. doi: 10.1016/j.medcli.2010.01.015
- Zucoloto, M. L., Maroco, J., & Campos, J. A. D. B. (2012). Dentistry teachers and the burnout syndrome.

Dentistry Teachers and the Burnout Syndrome, 15(1), 61-67.

Received on March 26, 2017.

Accepted on March 20, 2018.

License information: This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.