



FACULDADE DE TECNOLOGIA DE AMERICANA
Curso Superior de Tecnologia em Gestão Empresarial

Marjorie Ikeda da Costa Silva

**SÍNDROME DE *BURNOUT* E SEUS EFEITOS NA QUALIDADE DE VIDA EM
DOCENTES: ESTUDO DE CASO**

Americana, S.P.

2017



FACULDADE DE TECNOLOGIA DE AMERICANA
Curso Superior de Tecnologia em Gestão Empresarial

Marjorie Ikeda da Costa Silva 0040641422026

**SÍNDROME DE *BURNOUT* E SEUS EFEITOS NA QUALIDADE DE VIDA EM
DOCENTES: ESTUDO DE CASO**

Trabalho de Conclusão de Curso desenvolvido em cumprimento à exigência curricular do Curso Gestão Empresarial, sob a orientação da Prof.^a Dra. Acácia de Fátima Ventura.

Área de concentração: Gestão de pessoas e relações de trabalho.

Americana, S.P.

2017

FICHA CATALOGRÁFICA – Biblioteca Fatec Americana - CEETEPS
Dados Internacionais de Catalogação-na-fonte

S581s SILVA, Marjorie Ikeda da Costa

Síndrome de Burnout e seus efeitos na qualidade de vida em docentes:
estudo de caso./ Marjorie Ikeda da Costa Silva. – Americana: 2017.

58f.

Monografia (Curso de Tecnologia em Gestão Empresarial) - -
Faculdade de Tecnologia de Americana – Centro Estadual de Educação
Tecnológica Paula Souza

Orientador: Profa. Dra. Acácia de Fátima Ventura

1. Psicologia aplicada à administração I. VENTURA, Acácia de Fátima
II. Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza – Faculdade de
Tecnologia de Americana

CDU: 159.9:658

Marjorie Ikeda da Costa Silva

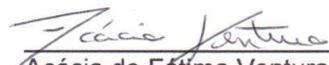
**SÍNDROME DE *BURNOUT* E SEUS EFEITOS NA QUALIDADE DE VIDA EM
DOCENTES DA REDE PÚBLICA: ESTUDO DE CASO**

Trabalho de graduação apresentado como exigência parcial para obtenção do título de Tecnólogo em Gestão Empresarial pelo CEETEPS/Faculdade de Tecnologia – FATEC/ Americana.

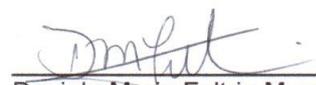
Área de concentração: Gestão de pessoas e relações de trabalho.

Americana, 27 de Junho de 2017.

Banca Examinadora:



Acácia de Fátima Ventura
Professora Doutora
FATEC-Americana



Daniela Maria Feltrin Marchini (Membro)
Professora Mestre
FATEC-Americana



Luiz Carlos Caetano (Membro)
Professor Especialista
FATEC-Americana

Dedico este trabalho a todos os professores por ter feito parte das nossas vidas, e tenha certeza de que tudo o que aprendemos, vamos levar por toda a nossa vida. Aos nossos mestres, toda a nossa gratidão e carinho.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus por proporcionar a realização deste sonho.

Aos meus pais Eduardo e Maria Ikeda que sempre me encorajaram.

Ao meu marido Evandro e minha filha Sayuri, pelo incentivo e compreensão durante essa trajetória, entendendo minha ausência familiar.

Ao meu amigo Diego Lucas Vicciano que desde o primeiro dia da Fatec, foi amizade à primeira vista, parceiros. Aos meus novos amigos, Aline Milan Falcade, Juliana Cristina dos Santos, Nathalia de Mira Bortolotto e Wellington Rafael Rangel que me acolheram e me fizeram sentir amparada, sendo um grupo perfeito de trabalho, para que eu pudesse chegar ao final desta graduação.

Aos meus amigos e parceiros Erika Andresa da Silva e Alex Pontes Tadeu por todo o incentivo e toda a ajuda no final.

Ao meu amigo Lucas Ramon que ajudou com o abstract.

Aos anjos que contribuíram para correção ortográfica e gráficos dinâmicos Márcio Cesar Gazola e Eduardo dos Santos Souza, respectivamente.

A Gilmara Reami, Juliana Nazário e Rita de C. Pereira Simon obrigada por suas contribuições.

As minhas clientes na compreensão dos horários confusos e até esquecidos.

A todos os meus amigos e familiares, que me acompanharam nessa caminhada.

A professora Ms. Paula da Fonte Sanches que me orientou na tabulação e orientação dos dados do estudo de caso.

A professora orientadora Dra. Acácia de Fatima Ventura, sempre me orientando com dedicação, carinho e atenção durante a realização do presente trabalho.

Agradeço imensamente aos professores e gestores que contribuíram para a finalização do trabalho, disponibilizando tempo e atenção. Sem vocês, nada disso teria se tornado realidade.

“Ainda que eu falasse as línguas dos homens e dos anjos, se eu não tenho o amor, sou como sino ruidoso ou como címbalo estridente. Ainda que eu tenha o dom da profecia, o conhecimento de todos os mistérios e de toda a ciência, ainda que eu tenha toda a fé, a ponto de mover montanhas, se eu não tenho o amor, eu nada sou.”

(Coríntios 13, 1-2)

RESUMO

Este trabalho de conclusão de curso tem como objetivo estudar as psicopatologias relacionadas ao trabalho docente, visando compreender como a Síndrome de *Burnout* afeta tais profissionais. Foi utilizada a pesquisa bibliográfica e o estudo de caso, para o qual utilizou-se o questionário “Avaliação Sociodemográfico” e o “Questionário Preliminar de Identificação da *Burnout*”. A pesquisa foi aplicada em professores de ensino médio da rede pública e particular da região de Campinas – S.P., mantendo absoluto sigilo da identificação dos sujeitos e das instituições de ensino. A população total constitui-se de trinta e sete sujeitos, sendo dezoito da rede pública e dezenove da particular. Para a análise da pesquisa houve uma subdivisão nas dimensões da síndrome de *Burnout*: exaustão emocional; despersonalização e falta de envolvimento pessoal no trabalho. Observou-se com o estudo de caso que a fragmentação dos sintomas não auxilia no seu diagnóstico, o que causa, por muitas vezes, a não cura da síndrome, pois se sana um sintoma, mas não todos. O professor deve estar atento a como se sente em seu trabalho, e, obviamente em sua vida familiar e afetiva e, ao observar algum sintoma diferente em seu comportamento, não ignorar, pois sua saúde é fundamental para a sua qualidade de vida no trabalho.

Palavra-chave: professores de ensino médio, síndrome de *Burnout*, qualidade de vida no trabalho.

ABSTRACT

This research paper aims to study the psychopathologies related to teaching work, aiming to understand how Burnout Syndrome affects such professionals. It was used the bibliographic research and the case study, using a questionnaire "Sociodemographic evaluation" and "Preliminary Questionnaire of Identification of Burnout". The research was applied to high school teachers of the public and private school of Campinas region - S.P., maintaining absolute confidentiality of the identification of individuals and educational institutions involved. The research target population was consisted of thirty-seven individuals, eighteen of the public school and nineteen of the private school. For the analysis of the research there was a subdivision in the dimensions of Burnout syndrome: emotional exhaustion; depersonalization and lack of personal involvement in work. It was observed with the case study that the fragmentation of the symptoms does not aid in its diagnosis, which often causes the non-cure of the syndrome, since a symptom is healed, but not all. The teacher should be aware of how he feels at work, and obviously in his family and affective life and, when observing a different symptom in his behavior, do not ignore, because his health is fundamental to his quality of life at work.

Keywords: high school teachers, Burnout syndrome, quality of life at work.

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 - Faixa etária.....	34
Gráfico 2 - Estado civil	34
Gráfico 3 - Número de filhos.....	35
Gráfico 4 – Trabalha em mais de uma instituição	35
Gráfico 5 – Em quantas instituições trabalham: rede pública ou particular	36
Gráfico 6 - Mudança da profissão	36
Gráfico 7 - Férias.....	37
Gráfico 8 – Questão 1: Esgotamento emocional relacionado ao trabalho.....	50
Gráfico 9 – Questão 2: Exaustão ao final do dia de trabalho	50
Gráfico 10 – Questão 3: Indisposição ao se levantar para a realização do trabalho.	51
Gráfico 11 - Questão 6: Grande desprendimento para realização das tarefas laborais	51
Gráfico 12 – Questão 10: Sentimento de pouca vitalidade e desânimo	51
Gráfico 13 – Questão 16: Sentimento de estresse elevado com as pessoas que atendo	52
Gráfico 14 – Questão 4: Envolvimento com problemas alheios	53
Gráfico 15 – Questão 5: Trato as pessoas como se fossem da família	53
Gráfico 16 – Questão 8: Salário desproporcional à função executada.....	54
Gráfico 17 – Questão 13: Não acredito mais naquilo que realizo profissionalmente.	54
Gráfico 18 – Questão 14: Sem forças para conseguir algum resultado significativo .	54
Gráfico 19 – Questão 15: Sentimento de estar no emprego somente pelo salário ...	55
Gráfico 20 – Questão 17: Sentimento de responsabilidade pelos problemas das pessoas que atendo	55
Gráfico 21 – Questão 20: Não acredito mais na profissão que exerço	55
Gráfico 22 – Questão 7: Posso fazer mais pelas pessoas que me assistem	56
Gráfico 23 – Questão 9: Ser referência para as pessoas que lido diariamente	56
Gráfico 24 – Questão 11: Não me sinto realizado com meu trabalho	57
Gráfico 25 – Questão 12: Não sente mais tanto amor pelo meu trabalho como antes	57
Gráfico 26 – Questão 18: Sinto que as pessoas me culpam pelos seus problemas .	57
Gráfico 27 – Questão 19: Penso que não importa o que eu faça, nada vai mudar no meu trabalho	58

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

APEOESP - Associação de Professores do Ensino Oficial do Estado de São Paulo

MEC - Ministério da Educação e Cultura

O.C.T. - Organização Científica do Trabalho

OMS – Organização Mundial da Saúde

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	11
1. PSICOPATOLOGIAS DO TRABALHO RELACIONADAS AO DOCENTE E À SÍNDROME DE BURNOUT	18
1.1. PSICOPATOLOGIA DO TRABALHO	18
1.2. PSICODINÂMICA DO TRABALHO	19
1.3. SÍNDROME DE BURNOUT	20
1.3.1. Psicopatologia em docentes	23
1.3.2. Conceito da síndrome de Burnout	25
1.3.3. Síndrome de Burnout em docentes	25
1.3.4. Estresse ocupacional.....	28
1.3.5. Estresse ocupacional em docentes	30
1.3.6. Depressão	32
2. ESTUDO DE CASO	33
2.1. DESCRIÇÃO DA POPULAÇÃO	33
2.2. RESULTADOS E ANÁLISES	37
2.2.1. Exaustão emocional.....	38
2.2.2. Despersonalização	38
2.2.3. Falta de envolvimento pessoal no trabalho.....	40
3. CONSIDERAÇÕES FINAIS	41
4. REFERÊNCIAS	44
APÊNDICE A –	48
APÊNDICE B –	49
APÊNDICE C –	50
APÊNDICE D –	53
APÊNDICE E –	56

INTRODUÇÃO

A formação de docentes é uma história com altos e baixos até chegar nos dias atuais. Em seu histórico, a profissão docente passou por repetidos acontecimentos e transformações.

No século XVI, com a chegada dos Portugueses ao Brasil, iniciou-se também a educação humanística, voltada para o espiritual, pois acreditava-se que a cultura aqui era neutra, como uma página de livro em branco, [...] enviam jesuítas e governadores para tomar posse e povoar a nova terra e converter os gentios [...] (HILSDORF, 2003. p.5)

Os jesuítas queriam converter os índios ao cristianismo e propagar a fé católica, ensinando a educação básica como ler e contar. Nesta época surgiu a “casa de meninos”, somente os meninos das tribos participavam.

“Os jesuítas querem tornar o outro, o não-cristão, seja indígena, seja infiel ou herege, em cristão, para tornar os homens o mais possível igual. Daí as práticas dos jesuítas missionário e catequista. (HILSDORF, 2003, p.4).”

Permaneceu assim por um período de 210 anos na história brasileira.

O trabalho educacional dos jesuítas já está em declínio quando os indígenas começam a fugir das tribos, e no ano de 1759, por meio de uma ação militar, Marquês de Pombal expulsa os jesuítas do território brasileiro, acreditando que estavam fortalecidos, acumulando riquezas e com isso diminuindo o poder da Coroa Portuguesa.

Pombal instaura a educação pelo Estado, com objetivos e métodos pedagógicos autoritários e disciplinares. Esta medida causa uma queda no nível de ensino, pois o país ficou sem ensino de qualidade por aproximadamente 10 anos, por causa de professores mal instruídos. Assim iniciou-se um processo de organização e normatização do exercício da profissão docente. Foi no século XVIII que teve a necessidade de uma autorização do Estado (adquirida através de um exame) para lecionar.

Em 1820 é instalada no Brasil, a primeira instituição de preparação de professores, baseado no ensino de método Lancaster, conhecido por utilizar alunos que se destacam dos demais, como alunos monitores, responsáveis por contribuir

para o ensino do restante do grupo. O método Lancaster parecia resolver o problema da implantação de escolas e da formação de professores, pois atendia à necessidade da população e resolvia o problema da falta de professores. (COSTA; SILVA et al, 2014)

No século XIX o ensino passa por mais uma transformação, uma intensa expansão escolar e a procura cada vez mais forte, o método Lancaster fica enfraquecido, pois preocupava-se mais com a estrutura do que com a qualidade do ensino.

Com a reforma e as novas exigências o curso normal dessas escolas passa a ser o curso complementar. Para cursá-lo era preciso ter o ensino primário preliminar e instituído com um ensino de um ano de prática.

“Até o século XIX, o corpo docente em sua grande maioria, era formado por professores homens, pois acreditava-se (sic) que as mulheres não eram capazes de desenvolver esse trabalho”. (COSTA; SILVA et al, 2014. p.5)

A expansão do capitalismo fez com que se ampliassem as oportunidades no mercado de trabalho e assim uma grande saída dos homens na carreira de docentes. Com a modernização da economia, a educação foi vista como elemento essencial para o desenvolvimento do país e o investimento na educação feminina, quando o magistério passa a ter uma nova fase, a feminização. Acreditava-se que a mulher tinha maior facilidade para lidar com uma sala de aula repleta de crianças pelo simples instinto de ser mãe.

A incorporação da mulher na função docente foi justificada como uma extensão das atividades femininas além dos limites domésticos. Cuidar de crianças, educá-las continuava a ser tarefa de mãe, portanto, nada melhor do que a mulher mesmo solteira, para executá-la. (NOVAES, 1995, p.103)

Conforme Costa e Silva et. al (2014), em 1940 ocorre uma divisão de funções entre homens e mulheres. As mulheres tinham a obrigação com as meninas em ensinar a vida em sociedade e afazeres domésticos enquanto os homens tinham programas e currículo distintos.

Devido a uma nova decadência no ensino, mais uma reformulação aconteceu e surgiu o curso de habilitação específica para o magistério. Em 1971 houve

também a ocorrência da escolarização e profissionalização e o primeiro grau com duração de oito anos.

Nos dias atuais, um relatório sobre gênero e trabalho realizado durante uma pesquisa, Codo (1999) revelou um aumento gradual e significativo da participação de homens em uma profissão até então feminina, o resultado desse estudo permite constatar que hoje estamos em face de um processo gradual de desfeminização da atividade docente. Tornando-se então uma carreira mista.

Para Novaes (1995, p.107):

A escola tem percorrido, ao longo do tempo, uma trajetória de evolução. Do mestre-escola ao professor-orientador, ao monitor e uma dessas mudanças diz respeito à disciplina (...). Da palmatória, dos castigos ajoelhados em grãos de milho, quando a autoridade do professor não podia ser questionada, até o uso dos métodos não diretivos, com a aparente total liberdade dos alunos, há de se pensar que ocorreu uma queda da autoridade do professor e que, conseqüentemente, menores seriam suas exigências quanto à disciplina da classe e maiores os níveis de autonomia e liberdade dos alunos.

A partir do exposto, o estudo se **justifica** por questões sociais, econômicas e políticas que afetam diretamente a população de um país. No caso brasileiro, desde as eleições para a Presidência da República em 2014, atrelada aos escândalos da Operação Lava Jato conduzida pela Polícia Federal, colaboraram para o adoecimento do povo no tocante às doenças psíquicas e, o medo aterroriza a população. Como a economia caminha a passos lentos, o desemprego cresce como só visto durante o período da Ditadura Militar, ocorrida no país no período de 1964 a 1985, a situação da saúde pública apodrece e o povo padece.

Torna-se desnecessário descrever o número de fatores estressores causados nos trabalhadores empregados (que não sabem se terão o emprego até o final da tarde) e os desempregados (que diariamente recebem um “não há vagas” como resposta). Os efeitos físicos e mentais causados pela tensão diária é o esgotamento profissional ou uma psicopatologia conhecida como Síndrome de *Burnout*.

Conforme Dalgarrondo (2008, p. 27), “psicopatologias são um conjunto de conhecimentos referente ao adoecimento mental do ser humano”.

A situação **problema** da pesquisa foi: Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2017) com a publicação *Depression and other common mental*

disorders: global health estimates, o número de pessoas com depressão aumenta a cada dia, 18% entre 2005 e 2015, conforme o novo relatório global apresentado pela OMS. A depressão atinge 5,8 % da população brasileira e distúrbios relacionados à ansiedade afetam 9,3 % desta mesma população. Há 322 milhões de pessoas vivendo com esse transtorno mental no mundo. A prevalência é maior entre as mulheres.

Conforme Toledo e Vieira (2016) ao escreverem para o Estadão, dizem que a rede estadual de ensino paulista dá 372 licenças médicas a professores por dia. No ano de 2015, foram cerca de 136 mil afastamentos médicos concedidos. Dos 220 mil docentes da rede, 48 mil - 21,8% - saíram de licença ao menos uma vez. A principal causa de afastamento são transtornos mentais e comportamentais, responsáveis por 27,8% dos casos. Destacam que a carreira docente, segundo especialistas, é considerada estressante por más condições de trabalho - alta carga horária, conflitos com os alunos e acúmulo de mais de um emprego. O problema cria um desafio para o governo do Estado, que precisa substituir os afastados constantemente para manter as aulas.

De acordo com Camargo (2012) relata uma pesquisa do Sindicato dos Professores do Ensino Oficial do Estado de São Paulo (APEOESP de Araraquara) revela que 40% dos professores afastados por problemas de saúde, quatro tiveram algum tipo de transtorno psiquiátrico. Os diagnósticos mais comuns foram ansiedade e depressão.

Segundo o Sindicato de Professores do Distrito Federal (2012), não existem números nacionais do Ministério da Educação (MEC). Os dados são resultado de pesquisas realizadas em algumas Secretarias de Educação do país ou universidades. Muitos professores, inclusive, não aceitam que a doença possa estar associada ao trabalho.

Percebe-se que os órgãos públicos nacionais e internacionais não utilizam, para diagnóstico, a síndrome de *Burnout*, mas sim seus sintomas, o que pode levar a fragmentação no momento do trabalho.

A partir do exposto pelos órgãos públicos nacionais e internacionais, a **pergunta** problema foi: Qual a dificuldade no diagnóstico da síndrome de *Burnout*?

As **hipóteses** foram: a) A saúde pública não está preparada para o diagnóstico desta síndrome por não ser conveniente ao Estado ou por faltar capacitação dos médicos; b) Há rejeição do docente pela síndrome e o tratamento adequado; c) Os estressores no ambiente de trabalho e fora dele favorecendo o aparecimento da síndrome de *Burnout*, sem que seja diagnosticado precisamente, para um tratamento mais focado neste *mix* de sintomas.

O **Objetivo Geral** do estudo foi: Estudar as psicopatologias relacionadas ao trabalho docente, objetivando compreender como a Síndrome de *Burnout* afeta tais profissionais.

E os **Objetivos Específicos** foram: a) Realizar uma pesquisa bibliográfica sobre psicopatologias relacionadas ao trabalho docente, especificamente a Síndrome de *Burnout*, buscando conhecer suas características e sintomas, dentre outros; b) Fazer uma pesquisa com docentes de escolas pública e particular da região de Campinas, visando identificar características que possam ter relação com a Síndrome de *Burnout*. Questionário *MASLACH*; c) Discutir as teorias estudadas atrelando com os dados colhidos na pesquisa, analisando possíveis alternativas de melhoria da qualidade de vida do grupo estudado.

O **método** utilizado para o desenvolvimento do estudo foi o método hipotético dedutivo que significa para Lakatos e Marconi (1991, p. 95):

Parte de um problema ao qual se oferece uma espécie de solução provisória, uma teoria-tentativa, passando-se depois a criticar a solução, com vista à eliminação do erro e, tal como no caso da dialética, esse processo se renovaria a si mesmo, dando surgimento a novos problemas.

A **pesquisa** foi classificada de acordo com sua natureza como aplicada, que segundo Gil (2002, p. 18), determina gerar conhecimentos para aplicação prática, direcionado à solução do problema específico.

Para a abordagem do problema foram usadas as pesquisas quantitativa e qualitativa.

Para Gil (2002, p. 175), a pesquisa qualitativa e quantitativa é:

A análise dos dados nas pesquisas experimentais e nos levantamentos é essencialmente quantitativa. O mesmo não ocorre, no entanto, com as pesquisas definidas como estudos de campo, estudos de caso, pesquisa-ação ou pesquisa participante. Nestas, os procedimentos analíticos são principalmente de natureza qualitativa. E, ao contrário do que ocorre nas pesquisas experimentais e levantamentos em que os procedimentos analíticos podem ser definidos previamente, não há fórmulas ou receitas predefinidas para orientar os pesquisadores. Assim, a análise dos dados na pesquisa qualitativa passa a depender muito da capacidade e do estilo do pesquisador.

A pesquisa qualitativa nas palavras de Demo (1989, p. 245):

“Se nos perguntarmos pelo resultado de uma avaliação qualitativa, podemos dizer que não produz propriamente papéis escritos, registros e fichas, levantamentos, embora nada tenha contra. Seu produto mais típico, ainda que nunca exclusivo, é o depoimento, o testemunho, a proposta”.

De acordo com Barros e Lehfeld (2000, p. 70) diz que na pesquisa descritiva:

[...] não há a interferência do pesquisador, isto é, ele descreve o objeto de pesquisa. Procura descobrir a frequência com que um fenômeno ocorre, sua natureza, característica, causas, relações e conexões com outros fenômenos e pode ser de dois tipos: pesquisa documental e/ ou bibliográfica e a pesquisa de campo.

E, a pesquisa comparativa:

Consiste em investigar coisas ou fatos e explicá-los segundo suas semelhanças e suas diferenças. Geralmente, o método comparativo aborda duas séries ou fatos de natureza similar, tomados de meios sociais ou de outra área do saber, a fim de se detectar o que é comum a ambos. (FACHIN, 2006, p. 40).

Para os procedimentos técnicos utilizaram-se as pesquisas bibliográficas, Estudo de Caso através do “Questionário Preliminar de Identificação da Síndrome

de *Burnout*” (elaborado e adaptado por *Chafic Jbeili*, inspirado no *Maslach Burnout Inventory* – MBI).

A Pesquisa bibliográfica:

A bibliografia como técnica tem por objetivo a descrição e a classificação dos livros e documentos similares, segundo critérios, tais como autor, gênero literário, conteúdo temático, data etc. Dessa técnica resultam repertórios, boletins, catálogos bibliográficos. E é a eles que se deve recorrer quando se visa elaborar a bibliografia especial referente ao tema do trabalho. Fala-se de bibliografia especial porque a escolha das obras deve ser criteriosa, retendo apenas aquelas que interessem especificamente ao assunto tratado. (SEVERINO, 2002, p. 77)

O estudo de caso:

Todos os aspectos do caso são investigados como um todo, quando o estudo é intensivo. O direcionamento deste método dá-se com a obtenção de uma descrição e compreensão completas das relações dos fatores em cada caso, sem contar o número de casos envolvidos. Conforme o objetivo da investigação, o número de casos pode ser reduzido a um elemento caso ou abranger inúmeros elementos, como grupos, subgrupos, empresas, comunidades, instituições e outros. Às vezes, uma análise detalhada desses casos selecionados pode contribuir para a obtenção de ideias sobre possíveis relações. (FACHIN, 2006, p. 45)

E, o questionário:

É a forma mais usada para coletar dados, pois possibilita medir com mais exatidão o que se deseja, Em geral, a palavra questionário refere-se a um meio de obter respostas às questões por uma fórmula que o próprio informante preenche. Ele contém um conjunto de questões, todas logicamente relacionadas com um problema central. (CERVO; BERVIAN; SILVA, 2007, p. 53)

O trabalho foi estruturado em dois capítulos, sendo que o Primeiro trata-se das psicopatologias relativas ao trabalho, bem como de sua psicodinâmica. Apresenta as questões teóricas da Síndrome de *Burnout* e destaca o estresse ocupacional em docentes e a depressão, que são sintomas que mascaram e tornam o diagnóstico da síndrome fragmentado, pois ele é multidimensional. No Segundo apresenta-se um estudo de caso realizado com 37 professores das redes pública e particular, com descrição da população, análise e resultados dos dados. Com base nas informações conseguidas a partir dos estudos realizados no capítulo anterior, o Terceiro capítulo se reserva às Considerações Finais.

1. PSICOPATOLOGIAS DO TRABALHO RELACIONADAS AO DOCENTE E À SÍNDROME DE *BURNOUT*

A vida dos docentes nos dias atuais é marcada por uma carga intensa de trabalho, que necessita esforços redobrados, velocidade na realização das funções e grande pressão interna e externa. A consequência de tudo isso reflete de maneira prejudicial na saúde física e mental dos professores, transformando o trabalho, que deveria ser prazeroso, em sofrimento. Esse sofrimento pode acentuar ainda mais quando se relaciona com as questões motivacionais, além daquelas relacionadas à subjetividade, como os sonhos, projetos, desejos que cada um vivencia e idealiza. Sendo assim o trabalho pode se tornar um desencadeador do sofrimento psíquico para quem o desempenha, deixando o indivíduo cada vez mais privado da liberdade de criação.

1.1. PSICOPATOLOGIA DO TRABALHO

O termo psicopatologia do trabalho surgiu logo após a II guerra mundial, a partir de contribuições importantes da chamada psiquiatria social; é a ciência que se dedica ao estudo e ao tratamento das doenças mentais com o objetivo de prevenir, diagnosticar, tratar e reabilitar os distúrbios da mente. No Brasil a psicopatologia do trabalho é recente.

Foi durante a década de 50 que Louis Le Guillant realizou as primeiras observações sistemáticas que permitiu estabelecer relações entre trabalho e Psicopatologia. (CRESPO, 2002)

Com estas observações, Dejours (1998) complementa que surge a partir deste, uma nova força da luta operária pela saúde mental. Diz respeito ao esgotamento taylorista. Primeiramente, no terreno econômico, onde as greves, as paralisações de produção, as operações padrão, o desperdício, o absenteísmo, a rotatividade, a sabotagem da produção e a "alergia ao trabalho" levam a procurar soluções alternativas. No terreno ideológico, enfim, onde o sistema Taylor é denunciado como desumanizante e acusado de todos os vícios, principalmente pelos operários, mas também por uma parte do patronato. A reorganização das tarefas, como alternativa para a Organização Científica do Trabalho (O.C.T.), faz nascer amplas discussões sobre o objetivo do trabalho, a relação homem-tarefa e acentua a dimensão mental do trabalho industrial.

A luta pela saúde do corpo conduzia à denúncia das condições de trabalho. Por condição de trabalho é preciso entender, antes de tudo, ambiente físico (temperatura, pressão, barulho, vibração, irradiação, altitude etc.), ambiente químico (produtos manipulados, vapores e gases tóxicos, poeiras, fumaças etc.), o ambiente biológico (vírus, bactérias, parasitas, fungos), as condições de higiene, de segurança, e as características antropométricas do posto de trabalho. (DEJOURS, 1998)

A repetição do trabalho, a monotonia da tarefa, a robotização não poupam o trabalhador. A uniformização aparente das exigências do trabalho parece indicar a direção que a observação psicopatológica deveria usar: privilegiar o que há de comum e de coletivo na vivência ao invés de se restringir ao que separa os indivíduos.

Se observar as consequências sobre o aparelho mental, será constatado que as desordens ignoradas aparecem no funcionamento físico.

O esgotamento físico obtido pelo trabalho, em condições não favoráveis, pode levar ao esgotamento mental ocasionando as psicopatologias do trabalho.

É preciso reconhecer que o conflito que opõe o trabalho à vida mental é um território quase desconhecido. Até indivíduos dotados de uma sólida estrutura psíquica podem ser vítimas de uma paralisia mental induzida pela organização do trabalho. (DEJOURS, 1998. p.45)

Só há doença mental quando a história psíquica do indivíduo perde relação com a história da sociedade, quando as correspondências e as compartilhagens subentendidas de significado se rompem, quando o conflito entre as histórias se torna permanente na irresolução, esta não é sequer compreendida e o sujeito é invadido pela dor sem estímulo concreto. (CODD; SAMPAIO; HITOMI, 1994)

1.2. PSICODINÂMICA DO TRABALHO

A psicodinâmica do trabalho refere-se à coletividade de trabalho e não aos indivíduos separadamente. O estudo do efeito da organização do trabalho sobre o aparelho psíquico foi inovado por Christophe Dejours, na utilização do conceito de psicopatologia do trabalho, em substituição ao de psicodinâmica do trabalho.

Para Crespo (2002, p. 132) “Psicodinâmica do trabalho é conseguir compreender como os trabalhadores alcançam manter certo equilíbrio psíquico, mesmo estando submetidos a condições de trabalho desestruturantes”.

Ainda de acordo com Crespo (2002), após diagnosticar o sofrimento psíquico em situações de trabalho, ela não busca atos terapêuticos individuais, mas interferências voltadas para a organização do trabalho à qual os indivíduos estejam submetidos.

Pode-se refletir que a psicodinâmica do trabalho é a combinação do indivíduo e a sua psiquê (personalidade como um todo: pensamentos, sentimentos e comportamento; consciente e inconsciente) associado com o ambiente de trabalho na organização. Em um ambiente de trabalho estressante, o indivíduo terá que conduzir intensamente a sua psiquê para que não seja impactado por alguma psicopatologia.

“O organismo humano é suficientemente flexível para se adaptar a exigências culturais variadas, mas ele precisa de uma trama que o oriente e dirija”. (BATISTA; CODO, 2002, p. 401).

O tempo sistematizou as organizações, deixando a era taylorista e burocrática (disciplina, obediência, cadência, tirania e rotinização). Hoje é mantida a exigência da autonomia (versatilidade, criatividade, flexibilidade), aspectos tão reguladores nas organizações quanto o escravizante da época taylorista.

1.3. SÍNDROME DE *BURNOUT*

“O termo *Burnout* surgiu como uma metáfora para exprimir o sentimento de profissionais que trabalhavam diretamente com pacientes dependentes de substâncias químicas”. (CODO; MENEZES, 1999, p. 240)

Para Figueiras e Hippert (2002, p. 124, apud FREUDENBERG, 1996):

Um subtipo de neurose profissional chamada neurose de excelência, que se aproxima do conceito anglo-saxão de *Burnout*, ou “queimadura interna”, constituindo-se no desgaste do indivíduo na luta constante pelo sucesso e para satisfazer os ideais de excelência determinados pela sociedade.

Com base na perspectiva francesa da psicopatologia do trabalho, uma distinção entre estresse profissional e neurose profissional, caracterizando o primeiro como um processo de perturbação no indivíduo decorrente da excessiva

mobilização de sua energia de adaptação para o enfrentamento das solicitações de seu meio ambiente profissional, que ultrapassam suas capacidades atuais, físicas ou psíquicas.

Para Figueiras e Hippert (2002, p. 124): “Já neurose profissional refere-se a um estado de desorganização persistente da personalidade, com conseqüente instalação de uma patologia, vinculada a uma situação profissional ou organizacional determinada, uma das conseqüências do estresse ocupacional”.

Para Codo e Menezes (1999, p. 238):

Burnout foi o nome escolhido; em português, algo como “perder o fogo”, “perder a energia” ou “queimar (para fora) completamente” (numa tradução mais direta). É uma síndrome através da qual o trabalhador perde o sentido da sua relação com o trabalho, de forma que as coisas já não importam mais e qualquer esforço lhe parece ser inútil. Esta síndrome afeta, principalmente, profissionais da área de serviços quando em contato direto com seus usuários. Como clientela de risco são apontados os profissionais de educação e saúde, policiais e agentes penitenciários, entre outros.

A síndrome de *Burnout* é definida por Maslach e Jackson (1981) como uma relação à tensão emocional crônica gerada a partir do contato direto e excessivo com outros seres humanos, particularmente quando estes estão preocupados ou com problemas. Cuidar exige tensão emocional constante, atenção permanente; grandes responsabilidades espreitam o profissional a cada gesto no trabalho.

“O trabalhador se envolve afetivamente com os seus clientes, se desgasta e, num extremo, desiste, não aguenta mais, entra em *Burnout*”. (CODO; MENEZES, 1999, p. 238)

Segundo Codo e Menezes (1999, p. 238):

A síndrome é entendida como um conceito multidimensional que envolve três componentes:

- 1) Exaustão emocional – situação em que os trabalhadores sentem que não podem dar mais de si mesmos a nível afetivo. Percebem esgotada a energia e os recursos emocionais próprios, devido ao contato diário com os problemas.
- 2) Despersonalização – desenvolvimento de sentimentos e atitudes negativas e de cinismo às pessoas destinatárias do trabalho (usuários/clientes) – endurecimento afetivo, “coisificação” da relação.
- 3) Falta de envolvimento pessoal no trabalho – tendência de uma “evolução negativa” no trabalho, afetando a habilidade para

realização do trabalho e o atendimento, ou contato com as pessoas usuárias do trabalho, bem como com a organização.

Para Figueiras e Hippert (2002, p. 125):

A *Burnout* é considerada uma das principais consequências do estresse ocupacional. Além do desgaste físico, outros sintomas podem ser encontrados: exaustão emocional, com o aparecimento de cansaço, irritabilidade, propensão a acidentes, sinais de depressão e/ou ansiedade, susceptibilidade a doenças, abuso de álcool, cigarros ou outras drogas; despersonalização, no sentido sociológico do termo, correspondendo a uma atitude negativa e insensível em relação às pessoas do convívio no trabalho; diminuição da realização e da produtividade profissional e depressão.

Para Figueiras e Hippert (2002), além desses sintomas, o distúrbio do sono são consequências do sistema de trabalho por turnos alternados, muito comuns em países industrializados. Este sistema aumenta demasiadamente o desgaste individual dos trabalhadores, prejudica o rendimento profissional, com o aumento do cansaço e do sono quando eles estão acordados, altera o ciclo normal de secreção de hormônios e provoca alterações na temperatura corporal, tendo consequências para vida familiar e social.

Existem também pessoas que carregam dentro de si um nível de ansiedade muito intensa, que se acostumaram lidar com o estresse utilizando o trabalho como um meio de descarga desta tensão, caracteriza, de acordo com Figueiras; Hippert (2002), o que é chamado de “viciados no trabalho” ou *workaholics*. Estes, fora do ambiente e das funções do trabalho, têm dificuldades de desfrutar de seu tempo livre, seja no convívio com os familiares, no lazer ou na vida social. São relacionados a uma personalidade definida pelo esforço crônico e incessante de melhorar cada vez mais, em períodos de tempo pequenos, mesmo que encontre obstáculos do ambiente ou de pessoas.

Pessoas com este perfil estão predispostas ao estresse, é muito valorizado e motivado no meio empresarial e pela sociedade industrializada, pois produz verdadeiras máquinas laborais, com um nível de rendimento profissional elevado, sendo assim, exposto a um maior risco às psicopatologias do trabalho. (FIGUEIRAS; HIPPERT, 2002)

“Paradoxalmente, o sujeito adocece justamente no momento em que obtém êxito”. (CODD; MENEZES, 1999, p. 238).

1.3.1. Psicopatologia em docentes

A Organização Mundial da Saúde (OMS, 2001) define que a saúde é um conjunto de bem-estar físico, mental e social: não se trata, portanto da simples ausência de doença.

Os conceitos de Saúde Mental envolvem o bem-estar subjetivo, a auto-eficácia, a autonomia, a competência, a dependência operacional e a autor-realização do potencial e emocional do indivíduo na vida particular e no trabalho (OMS, 2001).

Para Ferreira (2011, p. 29) “A sociedade a qual vivemos possui condições reais de ambiente que afetam a qualidade de vida dos trabalhadores podendo vir a contribuir e fazer com que o trabalho seja gerador de sofrimento e não de prazer”.

Essa torna-se cada vez mais competitiva e exclusiva, ao se esforçar de forma individualista e até mesmo competitiva torna os professores mais vulneráveis, vítimas de problemas em sua saúde mental. “Quando o trabalho deixa de ser considerado uma fonte de contribuição e prazer passando a caracterizar sofrimento no exercício da profissão, doenças associadas surgem gerando significativas sequelas para o trabalhador”. (FERREIRA, 2011, p.36)

A saúde mental provém de atitudes positivas em relação a si mesmo e ao outro especialmente no ambiente escolar, pois promove a qualidade de vida e não torna o professor vulnerável a transtornos mentais.

Vários fatores presentes no sistema educacional brasileiro levam o adoecimento do professor. A escola da rede pública contemporânea passa por momentos de mudanças devido a constantes transformações políticas, tecnológicas e econômicas resultantes da globalização (LIBÂNEO; OLIVEIRA; TOSCHI; 2007).

A presença de políticas públicas que interferem radicalmente na vida diária dos docentes, pois sem estruturar, discutir, avaliar e valorizar o saber do professor, as medidas educacionais são implantadas de forma autoritária (SOUZA, 2007).

O que acontece com esse educador/trabalhador que precisa desenvolver suas atividades de trabalho num cenário caracterizado pela violência, ou ameaçado por ela? O que acontece com sua subjetividade? Existe a preocupação com a integridade física do educador e do educando, e isso está certo, a preocupação com a destruição do patrimônio público, e isso também deve nos preocupar, mas, por incrível que pareça, (sic) pouco nos preocupamos com a

saúde mental dos integrantes da comunidade escolar num cenário como o atual. (BATISTA; EL-MOOR, 1999, p. 143).

Talvez seja não só por estes motivos citados que os professores estão adoecendo. A escola dificilmente é visualizada como uma organização de trabalho e sim como um local familiar onde se passa vários anos da vida, algumas horas por dia, cinco dias da semana. A escola é uma organização como outra qualquer e considerada uma empresa de médio porte onde o esforço para administrar tudo, não é em nada menor como a rotina, os problemas, a burocracia de uma empresa.

O trabalhador desta organização está constantemente expondo seu trabalho a críticas diretas dos clientes e nem podemos nos iludir que, sendo estes crianças ou adolescentes, a situação seja diferente. Ao contrário, quem trabalha com clientes nesta faixa etária sabe muito bem que são críticos impiedosos e com muito menos constrangimento para desaprovar alguma coisa que não está agradando, do que alguém de meia idade que tem certas reservas adquiridas com o tempo e a experiência. Precisam ser conquistados o tempo todo, bem tratados, bem atendidos, do contrário manifestam suas frustrações das formas mais constrangedoras e inesperadas. (SORATTO; OLIVIER-HECKLER, 1999, p. 91).

A profissão de docente enfrenta transformações na sociedade que interfere no seu trabalho, mudanças na relação com alunos, um ambiente escolar desafiador com baixos salários, desprestígio e desvalorização da profissão, exigência no compromisso com a transmissão de conhecimento na sua profissão em preparar novos cidadãos, diante a essa realidade escolar o professor está propenso a gerar estresse devido às exigências profissionais no ambiente escolar e fora dele, levando uma sobrecarga de trabalho para casa. “O estresse pode apresentar tanto aspectos positivos quanto negativos [...]” (BENEVIDES-PEREIRA apud REIS et. al 2008).

Acreditamos que: quanto maior a defasagem entre o “trabalho como deve ser” e a “realidade do trabalho” nas escolas, maior será o investimento afetivo e cognitivo exigido ao professor, maior será o esforço realizado e, por isso, maior será seu sofrimento no cotidiano do trabalho. (CODD; BATISTA, 1999, p. 85).

Na pesquisa bibliográfica sobre psicopatologias que acomete os professores foram encontradas pesquisas sobre síndrome de *Burnout*, depressão e estresse os quais serão apresentados a seguir.

As causas e os efeitos do estresse, depressão e da síndrome de *Burnout* em docentes aparecem através de baixo autoestima, pouco vigor, falta de criatividade no trabalho, dificuldades de concentração, irritabilidade, falta de controle na sala de

aula, insatisfação profissional e consequências emocionais excessivas a acontecimentos do dia a dia. (FERREIRA; SILVA, 2013).

As psicopatologias em docentes podem se tornar um caso de saúde pública, devido ao grande abandono da profissão que ocorre no âmbito escolar.

1.3.2. Conceito da síndrome de *Burnout*

Segundo Codo e Menezes (1999, p. 240):

O estudo da literatura indica que não existe uma definição única sobre *Burnout*, mas é consenso até hoje os estudos desenvolvidos que seria uma resposta ao *stress* laboral crônico, não devendo, contudo, ser confundido com o *estresse*. O primeiro envolve atitudes e condutas negativas com relação aos usuários, clientes, organização e trabalho; é assim, uma experiência subjetiva, envolvendo atitudes e sentimentos que vêm acarretar problemas de ordem prática e emocional ao trabalhador e à organização. O conceito de *estresse*, por outro lado, não envolve tais atitudes e condutas, é um esgotamento pessoal com interferência na vida do indivíduo e não necessariamente na sua relação com o trabalho.

“Para Freudenberg, a partir de uma perspectiva clínica, considera que *Burnout* representa um estado de exaustão resultante de trabalhar exaustivamente, deixando de lado até as próprias necessidades”. (CODO; MENEZES, 1999, p. 240)

Cherniss, a partir de uma perspectiva organizacional, argumenta que os sintomas que compõem a síndrome de *Burnout* são respostas possíveis para um trabalho estressante, frustrante ou monótono. Cherniss alerta para a diferença entre *Burnout* e alienação. A alienação diminui a liberdade do sujeito para levar a cabo sua tarefa; no caso da *Burnout*, a situação se inverte um pouco, o sujeito tem liberdade para agir mas sobre uma tarefa impossível de realizar. (CODO; MENEZES, 1999, p. 241)

Para Codo e Menezes (1999, p. 242):

Um trabalhador que entra em *Burnout* assume uma posição de frieza a seus clientes, não se deixando envolver com seus problemas e dificuldades. As relações interpessoais são cortadas, como se ele estivesse em contato apenas com objetos, ou seja, a relação torna-se desprovida de calor humano.

1.3.3. Síndrome de *Burnout* em docentes

Identifica-se a síndrome de *Burnout* em docentes, com sintomas individuais e profissionais, já destacados neste projeto. Com o emocional e físico exaustos, estão frequentemente irritados, ansiosos, com raiva ou tristes. As emoções frustradas,

específicas da síndrome, podem levar a sintomas psicossomáticos como: insônia, úlcera, dores de cabeça e hipertensão.

No aspecto profissional, o docente apresenta seu rendimento desgastado e atividades do seu dia a dia como, planejamento de aulas, torna-se menos frequente. Apresenta perda de entusiasmo e criatividade, com apatia pelos alunos. O docente mostra-se desfavorável e arrependido ao ingressar na profissão, fantasiando ou planejando seriamente abandoná-la.

A Burnout é uma desistência de quem ainda está lá. Encalacrado em uma situação de trabalho que não pode suportar, mas que também não pode desistir. O trabalho arma, inconscientemente, uma retirada psicológica, um modo de abandonar o trabalho, apesar de continuar no posto. Está presente na sala de aula, mas passa a considerar cada aula, cada aluno, cada semestre, como números que vão se somando em uma folha em branco. (CODO; MENEZES, 1999, p. 254).

Os docentes apresentam a síndrome de *Burnout* quando gastam muito tempo de seu intervalo denegrindo alunos, reclamando da administração, arrependendo-se de sua escolha profissional e planejando novas opções de trabalho. (CARLOTTO, 2002, p. 04).

Ao fator personalidade, os educadores são, em sua grande maioria, comprometidos com o trabalho e realizam intensamente suas atividades, sentindo-se decepcionados quando não são recompensados por seus esforços. Idealizações em relação ao trabalho e à organização facilitam o surgimento da síndrome. (CARLOTTO, 2002)

As variáveis sociodemográficas têm mostrado em estudos que os professores do sexo masculino são mais vulneráveis do que o sexo feminino, o que levou à suposição de que mulheres são mais flexíveis e mais abertas para lidar com as várias pressões presentes na profissão de ensino. (CARLOTTO, 2002)

Carlotto (2002) diz ainda que, professores mais jovens apresentam maior risco de desenvolver a síndrome de *Burnout*, provavelmente devido às expectativas irreais com relação à profissão. Jovens precisam aprender a lidar com as variáveis do trabalho e, por esta razão, podem apresentar maiores níveis da síndrome.

Professores com mais idade, segundo Carlotto (2002), parecem já ter decidido permanecer na carreira, demonstrando saber lidar melhor com os estressores ou com os sintomas pessoais relacionados ao estresse.

Estudos de alguns escritores identificaram que quanto maior a experiência profissional do professor, menor é o nível da síndrome. Já para outros escritores, o nível em que o professor atua é mais sintomático. Professores de ensino fundamental e médio apresentam mais atitudes negativas em relação aos alunos e menor contato de sentimentos.

Para Figueiras e Hippert (2002, p. 125)

Como formas de prevenção da síndrome de *Burnout*, é recomendado aumentar a variedade de rotinas, evitando a monotonia, prevenir o excesso de horas trabalhadas, melhorar a qualidade das relações sociais, das condições físicas no trabalho, e investir no aperfeiçoamento profissional e pessoal dos docentes.

Segundo Carlotto (2002, p. 25), “mesmo que esta seja uma tendência de todas as profissões, nenhuma categoria tem sido tão severamente avaliada e cobrada pela população em geral nas últimas duas décadas como a dos professores.”

Se de um lado a necessidade de trabalhar, de outro a necessidade de se dedicar mais à família, à vida cotidiana com a da casa, os filhos, o marido, as obrigações...; enfim, um conflito instalado, um paradoxo, uma angústia. A atividade profissional exige também um trabalho fora da escola. Ler, corrigir prova, preparar aula, se atualizar. Atividades inerentes à função. (CODO; MENEZES, 1999, p. 258)

Para Codo e Menezes (1999, p. 258):

Essa é a vida do professor, é exercer uma missão de tempo integral. O envolvimento pessoal no trabalho continua e tem que continuar cada vez mais intenso, é a sua proposta de vida. Mas, e a família? O resultado disso tudo não poderia ser outro, um sofrimento psíquico, a exaustão emocional e a despersonalização.

Ainda para Codo e Menezes (1999, p. 258):

Temos que a exaustão emocional nada mais é do que a expressão do sofrimento que os trabalhadores sentem quando não conseguem dar mais de si mesmos a nível afetivo. Esgotam-se a energia e os recursos emocionais próprios, se sentem exauridos emocionalmente. Esse sentimento, em termos práticos, faz com que o trabalhador, professor dedicado, sinta que os problemas que lhe são apresentados são muito maiores do que os recursos que tem para resolvê-los.

Difícilmente encontra-se um profissional da área suscetível com um diagnóstico da síndrome de *Burnout*, o que ocorre normalmente é a prescrição de medicação para a depressão, ansiedade e/ou vitaminas para passar o estresse,

porém, se há o afastamento do trabalho, ele não passa de quinze dias, tempo não suficiente para que a síndrome seja curada.

1.3.4. Estresse ocupacional

As atenções sempre foram voltadas para as doenças ocupacionais físicas em função da dor ser visível e pouco para as psicopatologias, doenças da mente. Dor que não pode ser vista por terceiros.

A palavra estresse tem origem na palavra inglesa *stress*, que significa "pressão", "tensão" ou "insistência".

Estresse é o estado em que ocorre um desgaste emocional da máquina humana e/ou comprometimento da habilidade do indivíduo, basicamente decorrente de uma incapacidade crônica do organismo de tolerar, superar, ou se adaptar às exigências de natureza psicológica existentes em seu ambiente de vida. (SANTOS, 2005, p. 03).

O estresse ocupacional é um conjunto de instabilidades vividas nas organizações. As causas do estresse no ambiente organizacional podem ser:

- Inadequação do salário;
- Ambiente desagradável (barulhento, sujo, sem iluminação);
- Longas jornadas;
- Conflitos com colegas e superiores;
- Monotonia;
- Insegurança;
- Má atribuição de responsabilidade;
- Gerenciamento inadequado;
- Falta de autonomia;
- A falta de prospecção de carreira etc.

O estresse passou a ser responsável pela maioria dos males que nos inquietam, principalmente aqueles relacionados ao estilo de vida urbano atual. O estresse já é um problema econômico e social, de saúde pública, que implica em gastos não só para o indivíduo, mas também para a organização e o governo. (FIGUEIRAS; HIPPERT, 2002)

Quando algo não está bem em uma das partes, ou até mesmo em ambas, colaborador-organização, os estressores do ambiente começam a impactar negativamente e contribuem para algumas consequências disfuncionais nos colaboradores e até mesmo na organização.

O estresse é um conjunto de reações físicas, químicas e mentais que se desenvolve em três fases, de acordo com Figueiras e Hippert (2002, p. 113):

[...] A primeira fase é a do alerta ou alarme, indicada por manifestações agudas e liberação de adrenalina e corticoides. Nesta fase, o organismo apresenta uma reação de luta ou fuga, ou reação de emergência, em que todas as energias são sensibilizadas diante do perigo externo.

A segunda fase é a resistência, em que o organismo usa suas forças para manter sua resposta. Nesta fase as reações são opostas à fase anterior e muitos dos sintomas iniciais desaparecem, podendo ocorrer somente a sensação de desgaste. Quando esta situação persiste, e o estressor é contínuo, temos a terceira fase, a fase de exaustão, quando o organismo não tem mais como reagir e pode chegar a morte.

“O estresse está presente em todas estas fases, embora suas manifestações sejam diferentes ao longo do tempo.” (FIGUEIRAS; HIPPERT, 2002, p. 113)

As pessoas experimentam, no mínimo, os dois primeiros estágios em vários momentos da vida. Porém o terceiro estágio, denominado ‘exaustão’, é o mais severo. Diante de longas e continuadas exposições ao mesmo estressor, ao qual o corpo tenta se ajustar, os sinais de alarme reaparecem, mas nesse momento, são irreversíveis e o indivíduo não resiste, chegando ao estágio de ‘esgotamento mental’, o que poderá levar a determinadas doenças relacionadas. (CANOVA, apud ZILLE; CREMONEZI, 2013)

São duas as fontes principais de estresse no trabalho: causas ambientais decorrentes de vários fatores externos que conduzem ao excesso de trabalho, insegurança no trabalho, número de clientes internos ou externos a serem atendidos. E causas pessoais decorrentes de como cada pessoa reage aos mesmos fatores ambientais podendo provocar o estresse. Um exemplo disso são os *workaholics* (pessoas viciadas em trabalho), trabalhadores compulsivos e perfeccionistas, geralmente mais sujeitas ao estresse do que as outras.

[...] Em relação à sintomatologia, os sintomas físicos do estresse mais comuns são: fadiga, dores de cabeça, insônia, dores no corpo, palpitações, alterações intestinais, náusea, tremores, extremidades

frias e resfriados constantes. Os sintomas psíquicos, nomeados como mentais e emocionais, referem-se à diminuição da concentração e memória, indecisão, confusão, perda do senso de humor, ansiedade, nervosismo, depressão, raiva, frustração, preocupação, medo, irritabilidade e impaciência. (FIGUEIRAS; HIPPERT, 2002, p. 116)

O estresse pode vir acompanhado de vários transtornos mentais temporários ou pela irritação de um transtorno neurótico, psicótico ou sociopata previamente existente. Outros sintomas são pensamentos obcecados e compulsivos, além da angústia e sensibilidade emocional aumentada em relação a eventos de menor importância, que podem levar o indivíduo a apresentar comportamentos mais agressivos e até mesmo violentos. Por outro lado, sintomas depressivos também podem ser associados ao estresse, como diminuição de apetite, alterações no sono, comportamento apático e perda de interesse sexual. Podem ocorrer ainda comportamentos de fuga, como o uso de medicamentos variados, tabaco, álcool e drogas ilícitas. (FIGUEIRAS; HIPPERT, 2002, p. 117)

“As condições de trabalho de alguém, o seu papel, as suas aspirações de carreira e qualidade do relacionamento no trabalho interagem com a personalidade e influenciam os níveis de estresse pessoal e de bem-estar físico e mental”. (MORGAN, 2009, p.301).

Para a organização o estresse pode interferir na qualidade do trabalho, aumento do absenteísmo e rotatividade. Porém é relevante a distinção entre o estresse “bom” e o estresse “ruim”.

Eustresse é a quantidade de estresse que melhora o desempenho do indivíduo, (motivação, aguçando a criatividade e competitividade), enquanto o distresse é o excesso ou insuficiência desse estado que paralisa o indivíduo ou o leva a ter respostas inadequadas. A doença seria uma resposta de distresse. O que determina um e outro são as características reais dos estímulos e também a interpretação que o indivíduo dá a eles. (FIGUEIRAS; HIPPERT, 2002, p. 117)

1.3.5. Estresse ocupacional em docentes

O professor, principalmente aquele que habitualmente leciona no ensino fundamental, tem sofrido profundas mudanças pessoais, sociais e econômicas. Até a década de sessenta, ele era considerado de nível elevado e recebia salário considerável. Atualmente, a profissão de professor passou a ser considerada como uma das últimas alternativas de escolha profissional pelos jovens. Isto se deve ao baixo nível de reconhecimento, ao salário ser muito aquém do desejável e necessário a um padrão de vida compatível com a exigência fundamental que se faz

ao professor, ou seja, dar aos alunos uma educação básica, do ponto de vista cognitivo, afetivo e social. (MARTINS, apud ZILLE; CREMONEZI, 2013)

“Diante desta situação, o professor poderá apresentar respostas psicológica, fisiológica e emocional, quando tenta adaptar-se às pressões internas e externas resultante do contexto educacional”. (LIPP, apud ZILLE; CREMONEZI, 2013, p. 07)

A pressão estressante sobre o professor da rede pública surge de várias situações. Na maioria das vezes, é desrespeitado, enfrenta prédios mal cuidados, com a falta de material didático, com a violência provocada pela falta de segurança nas escolas. Estressores é que não faltam nesse ambiente. (MARTINS, apud ZILLE; CREMONEZI, 2013)

Os professores estão sedados diante da política atual do país, que vêm enfrentando um descaso com a estrutura do Sistema Educacional.

É importante cuidar da escola, amenizando as pressões sofridas pelos docentes, melhorando a qualidade de ensino e favorecendo as relações entre professores, alunos, pais, administração e toda comunidade escolar. (LIPP, apud FERREIRA, 2011)

O estresse é o responsável pelo exagerado número de professores que se afastam da sala de aula.

Em relação ao tratamento, Figueiras e Hippert (2002) afirma que não há uma técnica específica, mas um conjunto de tratamentos utilizados aos diversos problemas de adaptação e saúde. Entretanto, várias estratégias e alternativas são apresentadas, muitas delas compatíveis. Para diminuir o estresse, propõe mudanças de comportamento, modo de pensar, estilo de vida, e da própria situação que o indivíduo se encontra. Recomenda ainda moderar a ingestão de cafeína, praticar exercícios físicos, relaxamento ou meditação, e destaca a importância de dormir bem e ter atividades de lazer. Além disso, ter expectativas realistas na vida, bom humor, e procurar fazer reinterpretações das situações estressantes, reavaliando suas crenças. Finalmente, buscar apoio familiar, social ou profissional quando necessário.

1.3.6. Depressão

A depressão é um transtorno mental mais frequente do que se imagina, pessoas de todas as idades sofrem com este transtorno.

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde, a depressão pode causar à pessoa afetada um grande sofrimento e disfunção no trabalho, na escola ou no meio familiar. Na pior das hipóteses, ela pode levar ao suicídio. Cerca de 800 mil pessoas morrem por suicídio a cada ano — sendo a segunda principal causa de morte entre pessoas com idade entre 15 e 29 anos. (ONUBR, 2016)

Ainda segundo a OMS, assim como o estresse, a depressão resulta de uma complexa interação de fatores sociais, psicológicos e biológicos. Pessoas que passaram por eventos adversos durante a vida (desemprego, luto, trauma psicológico) estão predispostas a desenvolver depressão. A depressão pode, por sua vez, levar a mais estresse e disfunção e piorar a situação de vida da pessoa afetada e o transtorno em si. (ONUBR, 2016)

Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais DSM-5, alguns sintomas foram identificados como, mudanças no apetite ou peso, no sono e na atividade psicomotora; diminuição de energia; sentimentos de desvalia ou culpa; dificuldade para pensar, concentrar-se ou tomar decisões; ou pensamentos recorrentes de morte ou ideação suicida, planos ou tentativas de suicídio. A fim de contabilizar para um episódio depressivo maior, um sintoma deve ser recente ou então ter claramente piorado em comparação com o estado pré-episódico da pessoa. Os sintomas devem persistir na maior parte do dia, quase todos os dias, por pelo menos duas semanas consecutivas. O episódio deve ser acompanhado por sofrimento ou prejuízo clinicamente significativo no funcionamento social, profissional ou em outras áreas importantes da vida do indivíduo. Para alguns indivíduos com episódios mais leves, o funcionamento pode parecer normal, mas exige um esforço acentuadamente aumentado. O humor em um episódio depressivo maior, frequentemente é descrito pela pessoa como deprimido, triste, desesperançado, desencorajado ou "na fossa". (DSM-5, 2013, p. 204)

2. ESTUDO DE CASO

Para a aplicação da pesquisa foi utilizada o “Questionário Preliminar de Identificação da *Burnout*”, que foi elaborado e adaptado por Chafic Jbeili, inspirado no *Maslach Burnout Inventory* – MBI. (JBEILI, Chafic, 2005). Doutor ressalta que o instrumento é “informativo” e que não substitui o diagnóstico médico e/ou psicoterapêutico.

O instrumento se divide em: “Avaliação Sociodemográfico” criada pela aluna pesquisadora, pois tais dados complementam os dados da segunda parte “características psicofísicas em relação ao trabalho”. No anexo A é possível observar o questionário completo da pesquisa.

A pesquisa foi aplicada em professores de ensino médio da rede pública e particular da região de Campinas – S.P., mantendo absoluto sigilo da identificação dos sujeitos e das instituições de ensino.

Foram assinados Termos de Consentimento Livre e Esclarecido pelos sujeitos da pesquisa, os quais se encontram com a aluna pesquisadora e serão guardados por cinco anos conforme Decreto nº 93.933 de 14/01/87; Resolução CNS nº 196/96. No anexo B pode-se observar o termo completo.

A pesquisa teve início no dia 24 de abril de 2017 e encerrou-se em 22 de maio de 2017.

Foram distribuídos quarenta questionários, sendo vinte em duas escolas públicas e vinte em duas escolas particulares.

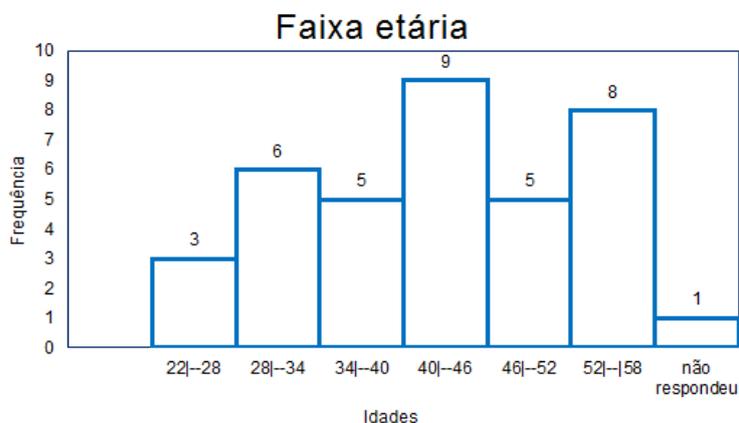
Das escolas públicas retornaram dezoito questionários, dez de uma e oito de outra. E das particulares retornaram dezenove.

Destaca-se que houve dificuldade para entrar nas escolas públicas e particulares e que para a conclusão da pesquisa foi solicitado auxílio de conhecidos que trabalhavam nas escolas.

2.1. DESCRIÇÃO DA POPULAÇÃO

A população total constitui-se de trinta e sete sujeitos, sendo dezoito da rede pública e dezenove da particular. A seguir ter-se-á a apresentação e análise dos dados.

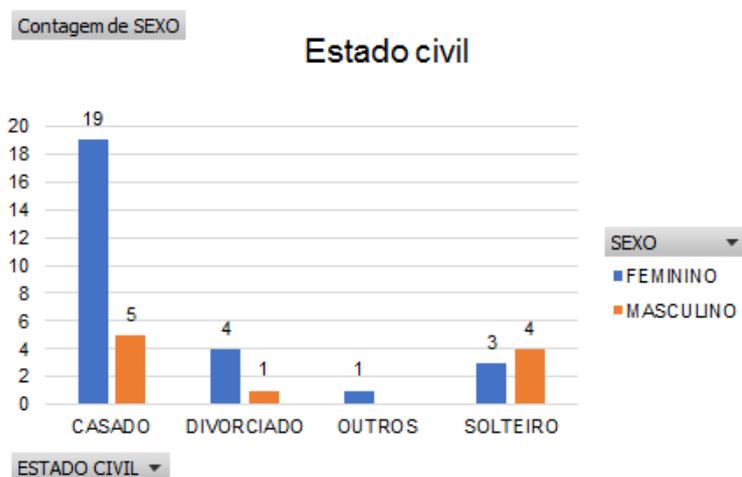
Gráfico 1 - Faixa etária



Fonte: Elaborado pela autora

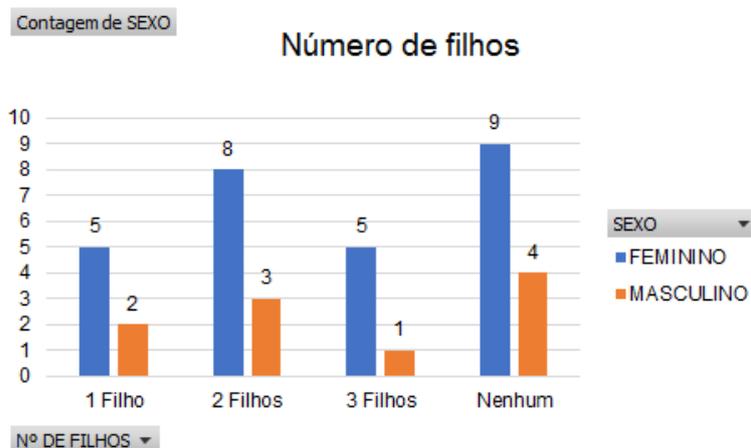
A população constitui-se de vinte e sete pessoas do sexo feminino e dez pessoas do sexo masculino. A faixa etária foi agrupada de seis em seis anos para facilitar a amostragem, conforme mostra o gráfico.

Gráfico 2 - Estado civil



Fonte: Elaborado pela autora

A análise do estado civil concentrou-se nos casados, onde se observa o maior resultado, sendo dezenove pessoas do sexo feminino e cinco pessoas do sexo masculino. Quatro pessoas divorciadas femininas e quatro solteiros do sexo masculino.

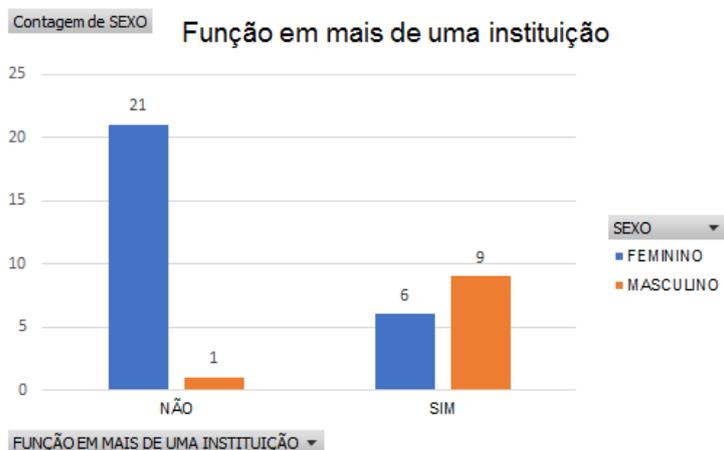
Gráfico 3 - Número de filhos

Fonte: Elaborado pela autora

Em relação ao número de filhos, as pessoas pesquisadas responderam ter de zero a três, não houve números maiores como resposta. Foi possível observar que as pessoas pesquisadas estão tendo filhos após os trinta anos de idade

Na tabulação foram classificados os sujeitos sem filhos como: “Nenhum”. Assim, observa-se que no sexo feminino, das vinte e sete mulheres que responderam as questões nove não têm filhos. Já dentre os homens, dos dez, quatro não têm filhos.

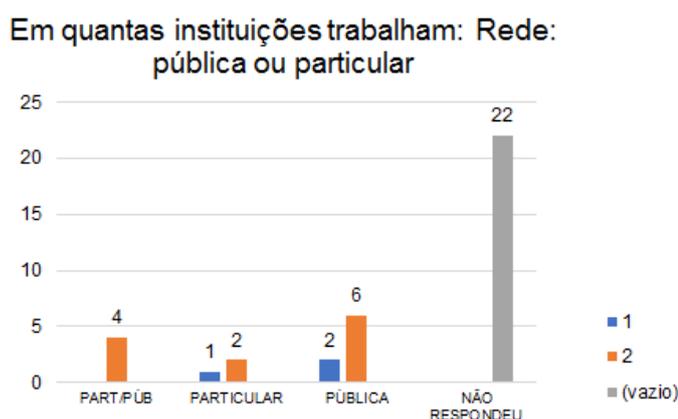
Nove pessoas dentre as vinte pesquisadas, sete do sexo feminino e dez do masculino não têm filhos e quatro de dez pessoas do sexo masculino também não têm filhos.

Gráfico 4 – Trabalha em mais de uma instituição

Fonte: Elaborado pela autora

Há uma grande discrepância quando analisado o sexo feminino em relação ao trabalho, pois vinte e uma pessoas do sexo feminino disseram trabalhar somente em uma instituição. Já os sujeitos do sexo masculino, nove pessoas responderam trabalhar em mais de uma instituição.

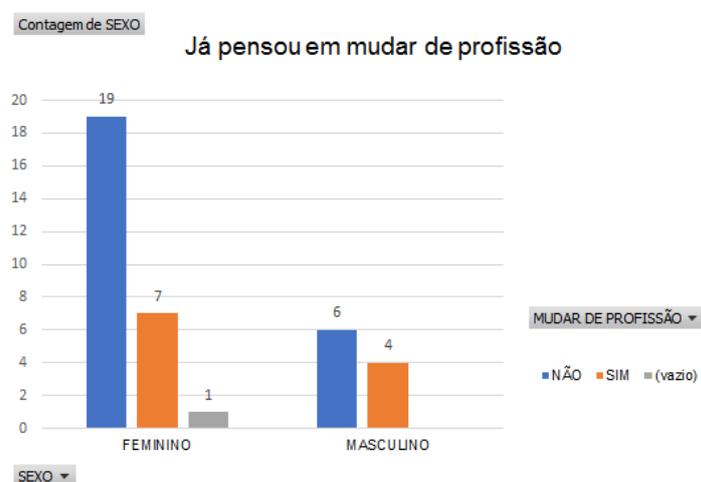
Gráfico 5 – Em quantas instituições trabalham: rede pública ou particular



Fonte: Elaborado pela autora

Das quinze pessoas analisadas que trabalham em mais de uma instituição, são elas: seis do sexo feminino e nove do sexo masculino. Pode-se analisar que, três pessoas (barras azuis) trabalham em mais de uma instituição e doze pessoas (barra laranja) trabalham em mais de duas. Quatro pessoas trabalham nas duas redes: pública e particular; três pessoas na rede particular e oito pessoas na rede pública. Destaca-se que vinte e dois sujeitos não responderam a questão.

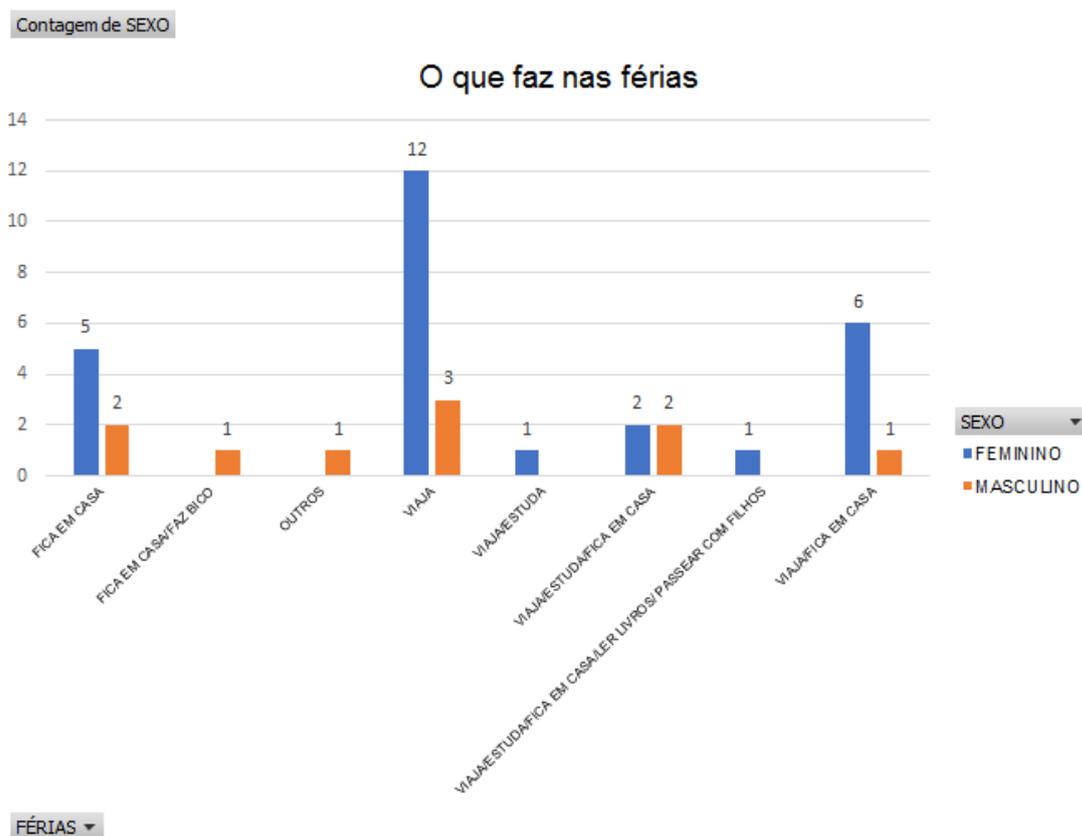
Gráfico 6 - Mudança da profissão



Fonte: Elaborado pela autora

Observou-se com o resultado desta pergunta que mesmo com alto risco de estresse da profissão, demonstrados pelas pesquisas, os sujeitos da pesquisa não têm intenção de mudar de profissão.

Gráfico 7 - Férias



Fonte: Elaborado pela autora

Nas respostas observa-se que apenas doze sujeitos efetivamente “viajam”, os demais ficam em casa e estudam, o que não espairose, podendo agravar a exaustão emocional causada pelo trabalho docente.

2.2. RESULTADOS E ANÁLISES

Com o intuito de estruturar de maneira didática que favoreça a compreensão da análise dos resultados, optou-se por tratar os dados utilizando os três componentes da síndrome de *Burnout*, são eles: exaustão emocional, despersonalização e falta de envolvimento pessoal no trabalho (que estão no capítulo 1).

Para apresentar os dados destacaram-se nos gráficos das escolas públicas e particulares as discrepâncias que surgiram entre as duas populações. As análises

centram-se nos resultados totais, isto é, na soma das duas populações, trinta e sete sujeitos.

2.2.1. Exaustão emocional

Para a dimensão da exaustão emocional estão relacionadas às questões de números: 1; 2; 3; 6; 10 e 16, que serão analisadas em conjunto e os gráficos seguem como Apêndice C.

Ao observar a população total, salienta-se que a exaustão emocional, também chamada de esgotamento emocional pode ocorrer em função de condições não favoráveis no trabalho, a paralisia mental ligada à organização do mesmo pode ocorrer até em pessoas dotadas de sólidas estruturas psíquicas.

A exaustão ao final de um dia de trabalho docente, leva-o a indisposição ao se levantar no dia seguinte para um novo dia de trabalho, o que pode ocorrer em função de um desgaste ocorrido em sala de aula no contato direto com seus alunos, alguns em mais de uma instituição por dia.

De acordo com uma fala de uma docente da rede pública: “Algumas salas da rede pública, os professores têm alunos de inclusão social, sem ajuda profissional, prometida pelo Estado”. O que segundo ela, acarreta muito mais esforço físico e mental. Diferente do relato da docente na questão de número “6” a população pesquisada, no geral respondeu que não precisa desprender grandes esforços para a realização de suas tarefas laborais no dia a dia.

O nível de estresse elevado aparece na rede pública com um número expressivo (Questão 16), a metade da população pesquisada sente-se estressado no atendimento às pessoas que atende. Como estudado anteriormente, Zille e Cremonezi (2013) destacam o desrespeito que os alunos têm pelos docentes da rede pública, passando por violência, provocada pela falta de segurança nas escolas. E salientam que estressores é o que não faltam nesse ambiente.

2.2.2. Despersonalização

Para a dimensão despersonalização estão relacionadas às questões de números: 4; 5; 8; 13; 14; 15; 17 e 20, que serão analisadas em conjunto e os gráficos seguem como Apêndice D.

A dimensão despersonalização tem papel importante na síndrome, pois se refere ao cinismo, atitudes negativas, endurecimento afetivo, ceticismo, “coisificação” da relação, baixa realização pessoal no trabalho. Assim, o indivíduo nessa situação deixa de investir em seu trabalho e nas relações afetivas que dele decorrem e, aparentemente, torna-se incapaz de se envolver com ele (CODO; VASQUES-MENEZES, 2000).

As questões relacionadas ao envolvimento com problemas alheios, o professor se envolve com a sala de aula, inevitavelmente. Com o resultado da análise, foi possível verificar que na rede particular o professor se endurece para não se envolver. Sendo assim, pode-se dizer que a ilusão (mecanismo de defesa) do professor centra-se no endurecimento afetivo, acreditando que dessa maneira sofreria menos.

O resultado da questão 5, “tratar as pessoas como se fossem da família”, foi surpreendente, pois na rede particular contradiz as respostas das questões anteriores, pois respondem que tem um tratamento diferenciado com os alunos, tratando-os como se fossem da família. Na rede pública o humor é variado, pois as respostas são pulverizadas entre “diariamente”, “semanalmente” e “mensalmente”, uma das hipóteses que se pode levantar é a questão de serem desrespeitados pelos alunos.

Em relação à questão 17, sentimento de responsabilidade pelos problemas das pessoas que atendo, houve novamente picos de endurecimento afetivo de professores da rede particular de ensino, ficando claro que não se responsabilizam por problemas alheios. Na rede pública há uma preocupação com os problemas do alunado.

Quando perguntados se “não acreditam naquilo que realizam profissionalmente” e na questão sociodemográfico “se mudaria de profissão”, os dados se confirmam, pois acreditam no que fazem quase a totalidade acredita em sua realização naquilo que faz e se sente capaz para conseguir algum resultado significativo.

No tocante às questões da proporcionalidade salarial e a função executada, rede particular pareceu mais satisfeita com o salário, já a pública preocupa-se com as questões financeiras diariamente e consideram que a função deveria ser mais bem remunerada. Ao serem perguntados “se estão no trabalho apenas pelo salário” nenhum dos sujeitos está trabalhando pelo salário, porém como observado na questão anterior, consideram baixo os da rede pública.

2.2.3. Falta de envolvimento pessoal no trabalho

Para a dimensão Falta de Envolvimento Pessoal no Trabalho estão relacionadas às questões de números: 7; 9; 11; 12; 18 e 19, que serão analisadas em conjunto e os gráficos seguem como Apêndice E.

A Falta de Envolvimento Pessoal no Trabalho envolve as duas outras dimensões, pois é a partir de seus sentimentos insatisfação e desgaste profissional que levam os indivíduos a se sentirem ineficazes no desenvolvimento de seu trabalho cotidiano.

Ao analisar a questão de número 7, que diz respeito a fazer mais pelas pessoas a quem assisto aqui os docentes da rede pública acreditam que diariamente podem fazer alguma coisa pelas pessoas que assistem, já da rede particular acreditam que “Nunca” podem fazer nada pelas pessoas que assistem.

Na questão 9, se quis saber se o sujeito se sente referência para as pessoas com as quais lida diariamente, ambas as populações acreditam que sim.

Na questão 11, ao ser questionado sobre sua realização profissional, a maioria dos docentes da rede particular de ensino se sente realizado, já na pública menos da metade se sente realizado, o que se pode atrelar a exaustão emocional e a despersonalização que marca a população.

A questão 12 solicitava que os respondentes dissessem do amor pelo trabalho, comparando o que sentiam pelo que sentem atualmente, na rede particular de ensino, a maioria diz ser o mesmo, porém na rede pública as respostas foram diluídas entre “mensalmente” e “anualmente”, o que poderia estar atrelada à questão 18, onde os docentes das escolas públicas respondem que sentem que as pessoas os culpam pelos problemas ocorridos na escola. Ambas as populações acreditam que não podem fazer nada para mudar a realidade em que vivem (questão 19).

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O principal motivo para desenvolver este estudo está relacionado às questões sociais, econômicas e políticas que têm afetado a população no nosso país, com escândalos nunca antes imaginados por nossa população. Os escândalos políticos atingiram diretamente os trabalhadores, e por que não dizer a educação, pois muitos tiveram que deixar as escolas por não terem mais trabalho, conseqüentemente não terem condições de pagarem o transporte, os salários dos professores das escolas públicas atrasaram e muitos docentes das escolas particulares foram despedidos em função da redução do número de alunos, pois seus pais e/ou responsáveis sem emprego não poderiam mais pagar por um ensino de melhor qualidade.

Todas estas questões colaboraram para o adoecimento da população no tocante às doenças psíquicas, conhecidas como estresse, depressão, esgotamento, nervoso, ansiedade, dentre outras, o que nada mais são que sintomas da Síndrome de *Burnout*, quase nunca diagnosticada por profissionais da saúde, por ter como parte integral do tratamento o afastamento imediato do trabalho por tempo indefinido. E como fazer com um INSS falido? Sempre o doente, na atualidade, escolhe não se afastar por medo, medo de perder o emprego, coisa rara na contemporaneidade.

A partir da apresentação dos dados, observou-se que, uma pessoa em cada escola pesquisada teve um alto índice na contagem de pontos, apresentando a fase inicial da síndrome de *Burnout*. Na rede particular, um sujeito do sexo feminino, com 35 anos, um filho, antes de responder, mostrou-se preocupada e perguntou se a dona da escola teria acesso ao questionário, pareceu-nos sentir medo de perder o emprego, mesmo tendo assinado o Termo de Consentimento e saber que não seria identificada e que os dados seriam apenas para a pesquisa. Observamos várias rasuras em suas respostas, apresentando insegurança. O resultado individual foi de 46 pontos, o que significa na escala que o sujeito está na Fase inicial na *Burnout*. Certamente se estivéssemos diagnosticando ou se fôssemos do RH da escola ela deveria ser encaminhada a um especialista médico. Importante destacar que a média das respostas desta escola foi de 30, o que é considerado normal.

Na segunda escola particular em que a pesquisa foi aplicada destacamos uma docente em início de carreira, aos 22 anos, sem filhos, com uma rasura e duas questões em branco no questionário. Teve como resultado final 67 pontos, o que se

enquadra como: “instalação da síndrome de *Burnout*”. Se caso estivéssemos fazendo um diagnóstico o caso seria mais grave que o anterior, pois, considerando que ela é muito jovem e iniciante, deveria estar eufórica com a profissão, porém, apresenta as três dimensões da síndrome de *Burnout* acentuadamente, como por exemplo: “sente pouca vitalidade e desanimada”; “não sente mais tanto amor pelo trabalho como antes” e “sinto que não acredito mais na profissão que exerço”. Pensamos que se estivéssemos no RH da escola, primeiramente encaminharíamos ao médico adequado para que passasse por uma orientação profissional.

Na rede pública destacamos um caso de cada escola em que o questionário foi aplicado. Na primeira (região Central) encontramos uma senhora de 52 anos com dois filhos, divorciada, que respondeu todas as questões sem nenhuma rasura, tendo tido uma pontuação de 69 pontos, que indica “que a síndrome começa a se instalar”. Importante dizer que ela “se sente excessivamente cansada ao final da jornada de trabalho”; “levanta cansada para dirigir-se ao trabalho”; “sente pouca vitalidade e desanimada” e “sente que seu salário é desproporcional à função que executa”. Este caso seria um pouco mais difícil de encaminhamento, visto que seria para o SUS, caso a docente não tenha um convênio médico.

O segundo caso é de uma escola estadual da periferia, onde destacamos uma senhora de 45 anos, com três filhos, casada. No local onde deveria ter colocado a sua idade, anotou a sua data de nascimento. Sua letra é bastante tremida, o que não nos cabe aqui analisar. Seu resultado final foi de 90 pontos, o caso mais sério que encontramos na população pesquisada. Fase em que o indivíduo “pode estar em uma fase considerável da *Burnout*”.

Atrelado às questões acima citadas, podemos observar que não importa a idade, a localização da escola, se é particular ou pública. O professor deve estar atento a como se sente em seu trabalho, e, obviamente em sua vida familiar e afetiva e, ao observar algum sintoma diferente em seu comportamento, não ignorar, pois sua saúde é fundamental para a sua qualidade de vida no trabalho.

A partir do exposto, o objetivo geral foi atingido quando se estudou as patologias do trabalho e a síndrome de *Burnout*, bem como o estudo de caso que acrescentou maior oportunidade de observar na prática como se dá e, como é desprezada pelo corpo médico, que a fragmenta, e pelos indivíduos que não dão credibilidade a seus sintomas.

Nossa pergunta foi respondida, quando na teoria e na prática (estudo de caso) observou-se que a fragmentação dos sintomas não auxilia no seu diagnóstico, o que causa, por muitas vezes, a não cura da síndrome, pois se sana um sintoma, mas não todos.

A princípio hipótese “C” é a verdadeira, pelo exposto na justificativa a pergunta ter sido respondida. Porém, ao refletirmos melhor, podemos dizer que para a hipótese “A” também é correta, pois nossos profissionais têm sido mal formados e as políticas públicas estão reduzindo cada vez mais as possibilidades de afastamentos do trabalho.

A justificativa é correta hoje, porém nossos governantes nunca se preocuparam com seu povo. Razão de considerar, agora minha justificativa um “pouco” ingênua. Isto é, após tantas questões levantadas do passado.

Uma oportunidade de pesquisas futuras, em minha opinião, que inclusive gostaria de fazer, seria com médicos e enfermeiros. Estudá-los e demonstrar a importância da não fragmentação do diagnóstico.

4. REFERÊNCIAS

BARROS, Aidil Jesus da Silveira; LEHFELD, Neide Aparecida de Souza. **Fundamentos de metodologia científica**. 2ª ed. Ampliada. São Paulo: Pearson Education do Brasil, 2000. p. 70.

BATISTA, Analía Soria; CODO, Wanderley et al. O trabalho e o Tempo. CODO, Wanderley; JACQUES, Maria da Graça (org.), In: **Saúde Mental & Trabalho: Leituras**. Petrópolis/ Rio de Janeiro: Vozes. 2002. p. 401-420.

BATISTA, Analía Soria; EL-MOOR, Patrícia Dario. Violência e agressão. CODO, Wanderley (coord). In: **Educação: Carinho e Trabalho**. Rio de Janeiro: Vozes. 1999. Capítulo 7.

CAMARGO, Ariolvaldo. **Sindicato dos Professores do Ensino Oficial do Estado de São Paulo (APEOESP) Araraquara: 40% dos professores afastados por saúde têm depressão**. 2012. Disponível em: <<http://g1.globo.com/sp/sao-carlos-regiao/noticia/2012/10/40-dos-professores-afastados-por-saude-tem-depressao-aponta-estudo.html>>. Acesso em: 27 mar. 2017.

CARLOTTO, Mary Sandra. **A síndrome de *burnout* e o trabalho docente**. *Psicol em Est, Maringá*, v. 7, n. 1, p. 21-29, jan-jun, 2002. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pe/v7n1/v7n1a03.pdf>>.

CERVO, Amado Luiz; BERVIAN, Pedro Alcino; SILVA, Roberto. **Metodologia científica**. 6ª ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2007.

CODO, Wanderley; SAMPAIO, José Jackson Coelho; HITOMI, Alberto Haruyoshi. **Indivíduo, trabalho e sofrimento**. Petrópolis: Vozes, 2ª ed. 1994. p. 188.

CODO, Wanderley et al. Entre o trabalho e a clínica, entre a clínica e o trabalho. In: ___. **O trabalho enlouquece?: Um encontro entre a clínica e o trabalho**. Petrópolis/ Rio de Janeiro: Vozes. 2004. p. 7-22.

CODO, Wanderley; BATISTA, Analía Soria. Crise de identidade e sofrimento. In: ___. **Educação: Carinho e Trabalho**. Rio de Janeiro: Vozes. 1999. Capítulo 3.

CODO, Wanderley; MENEZES, Iône Vasques. O que é *Burnout*?. In: ___. **Educação: Carinho e Trabalho**. Rio de Janeiro: Vozes. 1999. Capítulo 13.

COSTA, Francisca Thais Pereira; SILVA, Maria Miraíre Pereira et al. **A história da profissão docente: imagens e autoimagens**. *Pedagogia em Est, Rio Grande do Norte*, CAMEM/UERN. 2014. Disponível em: <http://www.editorarealize.com.br/revistas/setepe/trabalhos/Modalidade_1datahora_30_09_2014_11_06_31_idinscrito_902_d4dbe7099d5ff20d4fd377156a2a2bd1.pdf>. Acesso em: 28/03/2017.

CRESPO, Álvaro Roberto et al. A Psicodinâmica do Trabalho. In: CODO, Wanderley; JACQUES, Maria da Graça (org.) **Saúde Mental & Trabalho: Leituras**. Petrópolis/ RJ: Vozes. 2002. p. 130-142.

DALGALARRONDO, Paulo. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. 2ª ed. Porto Alegre/SC: Artmed. 2008. 438 p.

DEJOURS, Christophe. **A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho**. Tradução Ana Isabel Paraguay e Lúcia Leal Ferreira. 5ª ed. ampl. São Paulo: Cortez/Oboré. 1998. 173 p.

DEMO, Pedro. **Metodologia científica em ciências sociais**. 2ª ed. rev. e ampl. São Paulo: Atlas, 1989.

DSM-5. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. 5ª ed. 2013. p. 976. Disponível em: <<http://c026204.cdn.sapo.io/1/c026204/cld-file/1426522730/6d77c9965e17b15/b37dfc58aad8cd477904b9bb2ba8a75b/obaudoeducador/2015/DSM%20V.pdf>>. Acesso em: 09 abril 2017.

FACHIN, Odília. **Fundamentos de metodologia**. 3ª ed. São Paulo: Saraiva. 2001. p. 200.

FACHIN, Odília. **Fundamentos de metodologia**. 5ª ed. [rev.]. São Paulo: Saraiva. 2006.

FERREIRA, Cristiane Magalhães. **Adoecimento psíquico de professores: Um estudo de casos em escolas estaduais educação básica numa cidade mineira**. Pedro Leopoldo. (2011). Disponível em: <http://www.fpl.edu.br/2013/media/pdfs/mestrado/dissertacoes_2011/dissertacao_cristiane_ferreira_magalhaes_2011.pdf>. Acesso em: 06 abril 2017.

FERREIRA, Ellen Távilla Vieira; SILVA, Selma Marçal. **A Saúde Mental do Professor de Ensino Fundamental da Rede Pública**. (2013). Disponível em: <<https://psicologado.com/psicopatologia/saude-mental/a-saude-mental-do-professor-de-ensino-fundamental-da-rede-publica>>. Acesso em: 06 abril 2017.

FIGUEIRAS, Júlio César; HIPPERT, Maria Isabel et al. Estresse: Possibilidades e Limites. In: CODO, Wanderley; JACQUES, Maria da Graça (org.). **Saúde Mental & Trabalho: Leituras**. Petrópolis/ RJ: Vozes. 2002. p. 112-129.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4ª ed. São Paulo: Atlas, 2002.

_____. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6ª ed. São Paulo: Atlas, 2008.

HILSDORF, Maria Lúcia Spedo. **História da educação brasileira: leituras**. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2003. 53 p.

JBEILI, Chafic. **UnicEAD - Unique Tutoria e Mediação Didática**. (2005). Disponível em: <<http://chafic.com.br/>>. Acesso em: 24 abril 2017.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos de metodologia**. 3ª ed. rev. e ampl. São Paulo: Atlas, 1991.

LIBÂNIO, José Carlos; OLIVEIRA, João Ferreira de; TOSCHI, Mirza Seabra. **Educação Escolar**: políticas, estrutura e organização. 5ª ed. São Paulo: Cortez, 2007. 407p.

LIMA, Maria Elizabeth Antunes et al. A relação entre distúrbio mental e trabalho: evidências epidemiológicas recentes. In: CODO. **O trabalho enlouquece?**: Um encontro entre a clínica e o trabalho. Petrópolis/ RJ: Vozes. 2004. p. 139-160.

MORGAN, Gareth. A mania pelo trabalho, stress social e mental. In: _____. **Imagens da organização**. São Paulo: Atlas. 2009. Cap. 9, p. 279-326.

NOVAES, Maria Eliana. A trajetória da professora: de mestra a tia. In: _____. **Professora primária**: mestra ou tia. 6ª ed. São Paulo: Cortez, 1995. Cap. 3. p. 91-122.

OMS. **Organização Mundial da Saúde**. Relatório sobre a saúde no mundo: Saúde Mental: nova concepção, nova esperança. Genève: World Health Organization, 2001, 173p.

_____. **Organização Mundial da Saúde**: Qualidade de vida no trabalho. (2011). Disponível em: <http://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=1394:qualidade-vida-no-trabalho&catid=1213:bra-principal>. Acesso em: 28 ago. 2016.

_____. **Organização Mundial da Saúde**: Estresse no ambiente de trabalho cobra preço alto de indivíduos, empregadores e sociedade. (2016). Disponível em: <http://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5087:estresse-no-ambiente-de-trabalho-cobra-preco-alto-de-individuos-empregadores-e-sociedade&catid=845:noticias&Itemid=839>. Acesso em: 05 set. 2016.

_____. **Organização Mundial da Saúde**: Aumenta o número de pessoas com depressão no mundo. (2017). Disponível em: <http://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5354:aumenta-o-numero-de-pessoas-com-depressao-no-mundo&Itemid=839>. Acesso em: 07 mar. 2017.

ONUBR. **Organização das Nações Unidas no Brasil**: Depressão é tema de campanha da OMS para Dia Mundial da Saúde de 2017. (2016). Disponível em: <<https://nacoesunidas.org/depressao-e-tema-de-campanha-da-oms-para-dia-mundial-da-saude-de-2017/>>. Acesso em: 07 abr. 2017.

PORTAL DO PROFESSOR. **Saúde do professor**. (2008 3ª ed.) Disponível em: <<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/conteudoJornal.html?idConteudo=38>>. Acesso em: 23 out. 2016.

REIS, Carla de Carvalho; FERNANDES, Luisa Helena Oliveira; RODRIGUES, Thais Duarte. **Síndrome de Burnout no trabalho**. (Governador Valadares, 2008). Disponível em: <http://www.pergamum.univale.br/pergamum/tcc/Sindromede_burnoutnotrabalho.pdf>. Acesso em: 06 abril 2017.

SANTOS, Rafaela do Rocio. **A importância da ginástica laboral, como forma de prevenção ao estresse ocupacional em profissionais da área de enfermagem.** Monografia de graduação (Fisioterapia). Universidade Tuiuti do Paraná, Curitiba, 2005. 60f.

SEVERINO, Antonio Joaquim. **Metodologia do trabalho científico.** 22^a ed. rev. e ampl. de acordo com a ABNT. São Paulo: Cortez, 2002. p. 77.

SINPRODF. **Sindicato dos professores no Distrito Federal: Educação – Transtornos afastam docentes das salas de aula.** (2012). Disponível em: <<http://www.sinprodf.org.br/educacao-transtornos-afastam-docentes-das-salas-de-aula/>>. Acesso em: 27 mar. 2017.

SORATTO, Lúcia; OLIVIER-HECKLER, Cristiane. Os trabalhadores e seu trabalho. CODO, Wanderley. In: **Educação: Carinho e Trabalho.** Rio de Janeiro: Vozes. 1999. Cap. 4.

SOUZA, Beatriz de Paula. **Orientação à queixa escolar.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 2007. 419p.

TOLEDO, Luiz Fernando; VIEIRA, Victor. **O Estado de São Paulo: SP dá a professores 372 licenças por dia; 27% por transtorno mental.** (2016). Disponível em: <<http://educacao.estadao.com.br/noticias/geral,estado-da-a-professores-372-licencas-por-dia-27-por-transtornos-mentais,10000022938>>. Acesso em: 07 mar. 2017.

ZILLE, Luciano Pereira; CREMONEZI; Arthur Moraes. **Estresse no trabalho: estudo com professores da rede pública estadual de minas gerais.** Centro Universitário UNA, Belo Horizonte - MG, (2013). Disponível em: <<http://revistas.una.br/index.php/reuna/article/view/586>>. Acesso em: 09 abril 2017.

APÊNDICE A –

Questionário Preliminar de Identificação da Síndrome de *Burnout*

QUESTIONÁRIO PRELIMINAR DE IDENTIFICAÇÃO DA SÍNDROME DE BURNOUT

Elaborado e adaptado por Chafic Jbeili, inspirado no Maslach Burnout Inventory – MBI

Obs.: este instrumento é de uso informativo apenas e não deve substituir o diagnóstico realizado por Médico ou Psicoterapeuta.

Avaliação Sócio-Demográfica

A	Idade: _____ anos
B	Sexo: <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> M
C	Estado Civil: <input type="checkbox"/> casado <input type="checkbox"/> Solteiro <input type="checkbox"/> Viuvo <input type="checkbox"/> divorciado <input type="checkbox"/> outros
D	Número de filhos: _____
E	Exerce a função em mais de uma instituição: <input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> N Quantas: _____ Se sim: <input type="checkbox"/> Particular <input type="checkbox"/> Pública
F	Já pensou em mudar de profissão: <input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> N
G	Nas férias o que você faz? <input type="checkbox"/> Viaja <input type="checkbox"/> Estuda <input type="checkbox"/> Fica em casa <input type="checkbox"/> Outros _____ Se você respondeu "outros" - especifique caso queira: _____

MARQUE "X" na coluna correspondente:

1- Nunca | 2- Anualmente | 3- Mensalmente | 4- Semanalmente | 5- Diariamente

Nº	Características psicofísicas em relação ao trabalho	1	2	3	4	5
1	Sinto-me esgotado(a) emocionalmente em relação ao meu trabalho					
2	Sinto-me excessivamente exausto ao final da minha jornada de trabalho					
3	Levanto-me cansado(a) e sem disposição para realizar o meu trabalho					
4	Envolve-me com facilidade nos problemas dos outros					
5	Trato algumas pessoas como se fossem da minha família					
6	Tenho que desprender grande esforço para realizar minhas tarefas laborais					
7	Acredito que eu poderia fazer mais pelas pessoas assistidas por mim					
8	Sinto que meu salário é desproporcional às funções que executo					
9	Sinto que sou uma referência para as pessoas que lido diariamente					
10	Sinto-me com pouca vitalidade, desanimado(a)					
11	Não me sinto realizado(a) com o meu trabalho					
12	Não sinto mais tanto amor pelo meu trabalho como antes					
13	Não acredito mais naquilo que realizo profissionalmente					
14	Sinto-me sem forças para conseguir algum resultado significativo					
15	Sinto que estou no emprego apenas por causa do salário					
16	Tenho me sentido mais estressado(a) com as pessoas que atendo					
17	Sinto-me responsável pelos problemas das pessoas que atendo					
18	Sinto que as pessoas me culpam pelos seus problemas					
19	Penso que não importa o que eu faça, nada vai mudar no meu trabalho					
20	Sinto que não acredito mais na profissão que exerço					

Fonte: Elaborado pela autora

APÊNDICE B –**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO****TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO****(Decreto nº 93.933 de 14/01/87; Resolução CNS nº 196/96)**

Esclarecimentos:

Eu Marjorie Ikeda da Costa Silva (99316-4079), aluna do Curso de Tecnologia de Gestão Empresarial da FATEC – Americana, estou fazendo uma pesquisa sobre a “Síndrome de *Burnout* e seus efeitos na qualidade de vida em docentes da Rede Pública: Estudo de Caso”, que tem como **objetivo**: Estudar as psicopatologias relacionadas ao trabalho docente, objetivando compreender como a Síndrome de *Burnout* afeta tais profissionais. Sob a orientação da professora Dr^a. Acácia Ventura (98174-6969).

Para que possamos concluir nosso estudo necessitamos de seu auxílio, respondendo ao questionário que será respondido individualmente, serão respeitados os princípios éticos quanto ao **SIGILO** da sua identidade, o que lhe assegura privacidade relação aos dados que possam oferecer à pesquisadora.

Todos os esclarecimentos sobre a pesquisa, em qualquer momento de sua realização, serão oferecidos pelo pesquisador ou pela orientadora responsável.

A partir desses esclarecimentos, eu _____,
RG. Nº _____, nascido em ____/____/____, na cidade de _____, aceito participar VOLUNTARIAMENTE como sujeito na pesquisa acima descrita.

Minha participação se dará sob a forma de respondente do questionário, desde que seja garantido o anonimato que assegure minha privacidade quanto aos dados confidenciais emitidos na oportunidade, conforme esclarecido acima.

Local: _____ Data: _____

Assinatura: _____

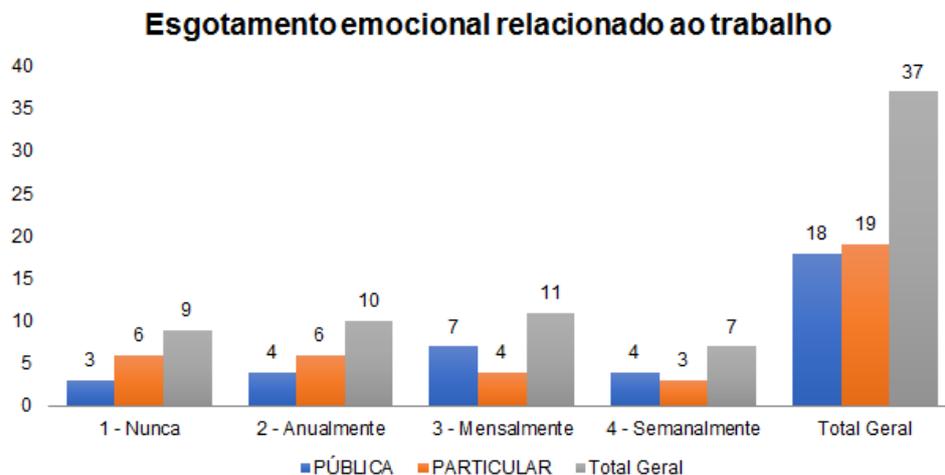
Orientadora responsável: Prof^a. Dr^a. ACÁCIA VENTURA

Assinatura: _____

APENDICE C –

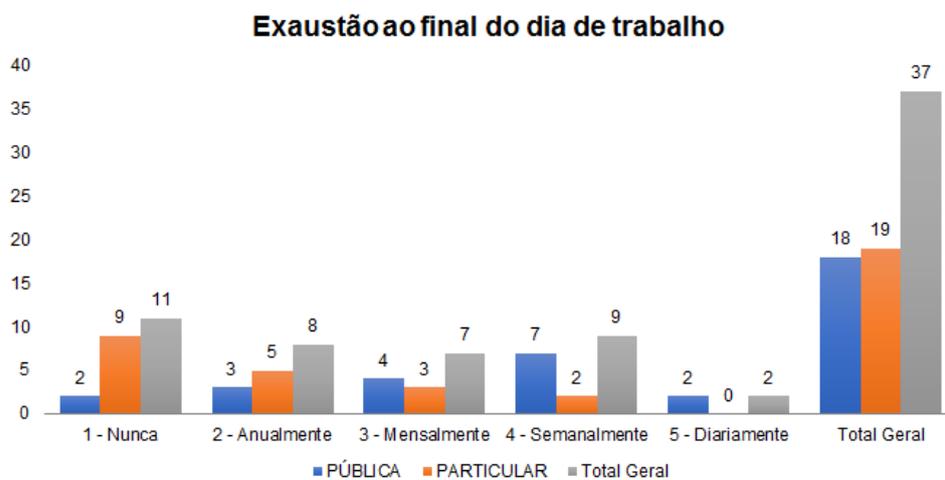
GRÁFICOS DIMENSÃO EXAUSTÃO EMOCIONAL

Gráfico 8 – Questão 1: Esgotamento emocional relacionado ao trabalho

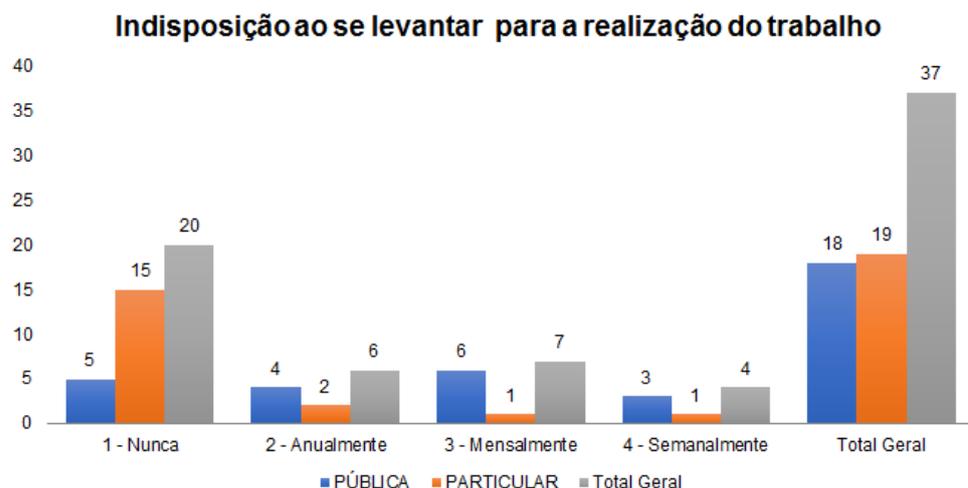


Fonte: Elaborado pela autora

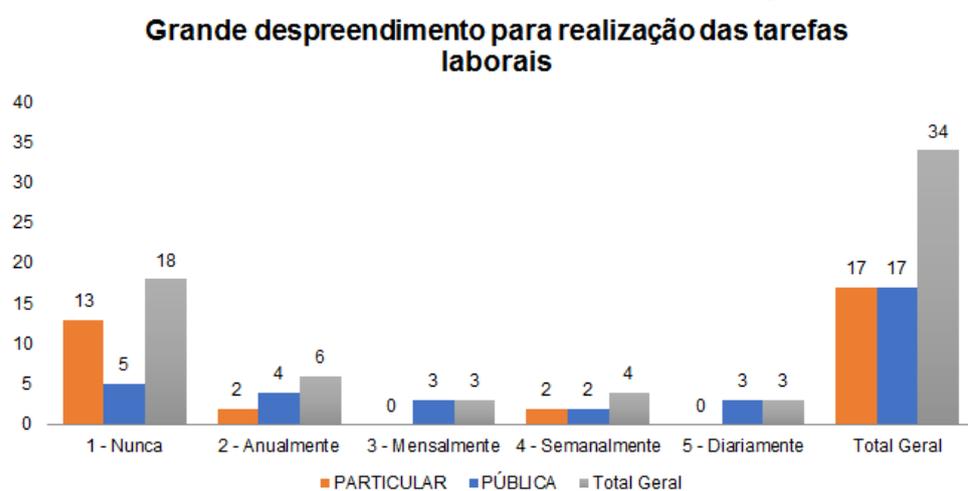
Gráfico 9 – Questão 2: Exaustão ao final do dia de trabalho



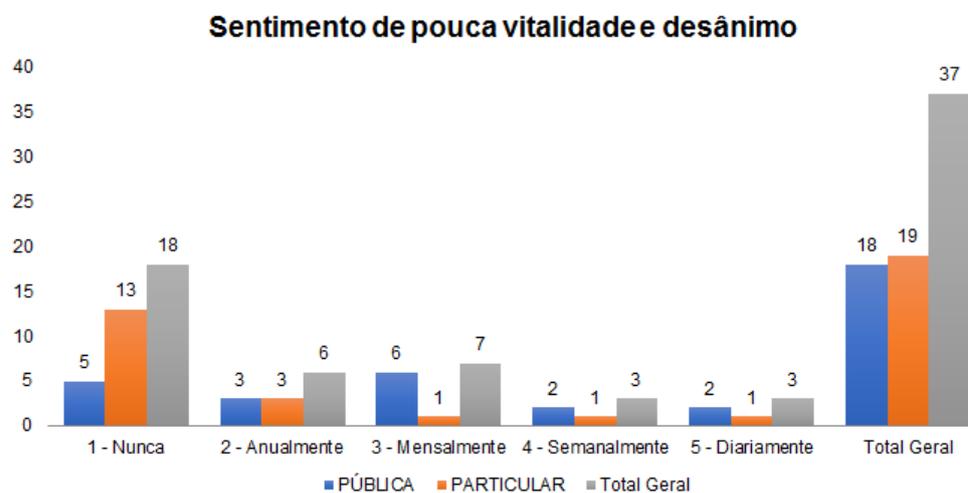
Fonte: Elaborado pela autora

Gráfico 10 – Questão 3: Indisposição ao se levantar para a realização do trabalho

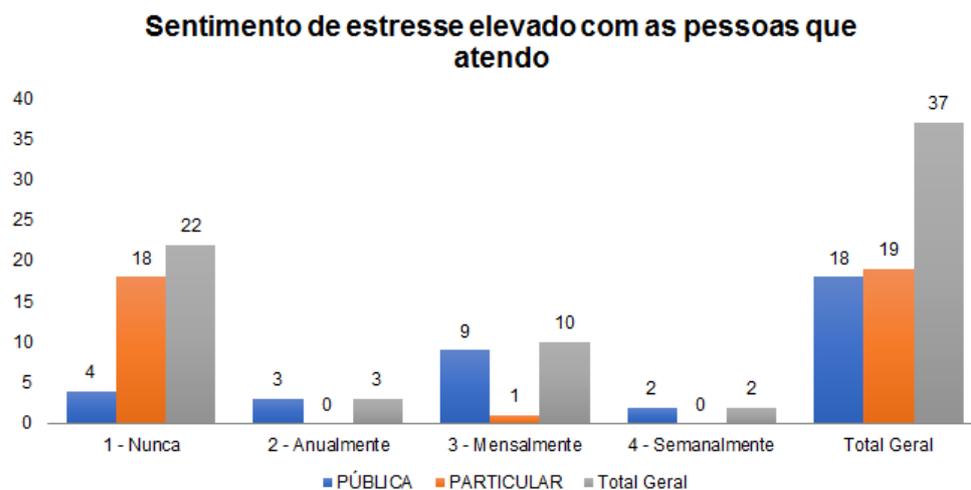
Fonte: Elaborado pela autora

Gráfico 11 - Questão 6: Grande despreendimento para realização das tarefas laborais

Fonte: Elaborado pela autora

Gráfico 12 – Questão 10: Sentimento de pouca vitalidade e desânimo

Fonte: Elaborado pela autora

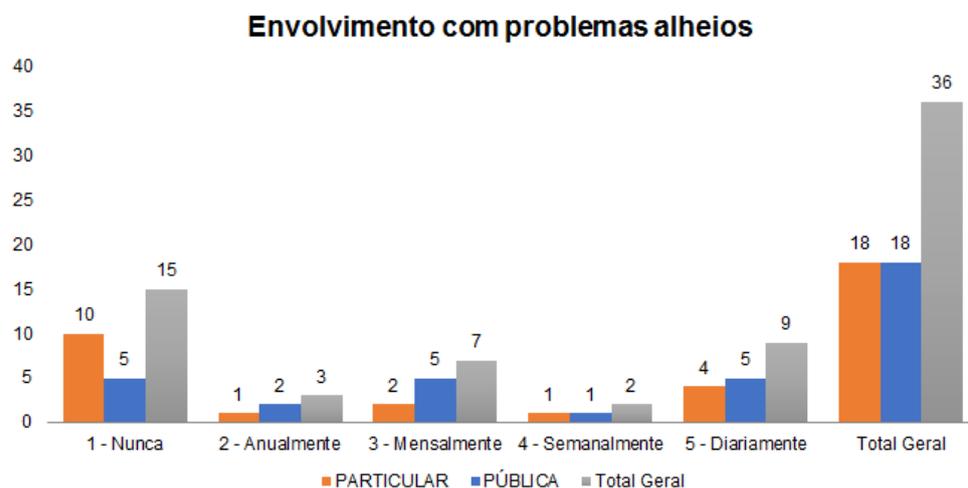
Gráfico 13 – Questão 16: Sentimento de estresse elevado com as pessoas que atendo

Fonte: Elaborado pela autora

APÊNDICE D –

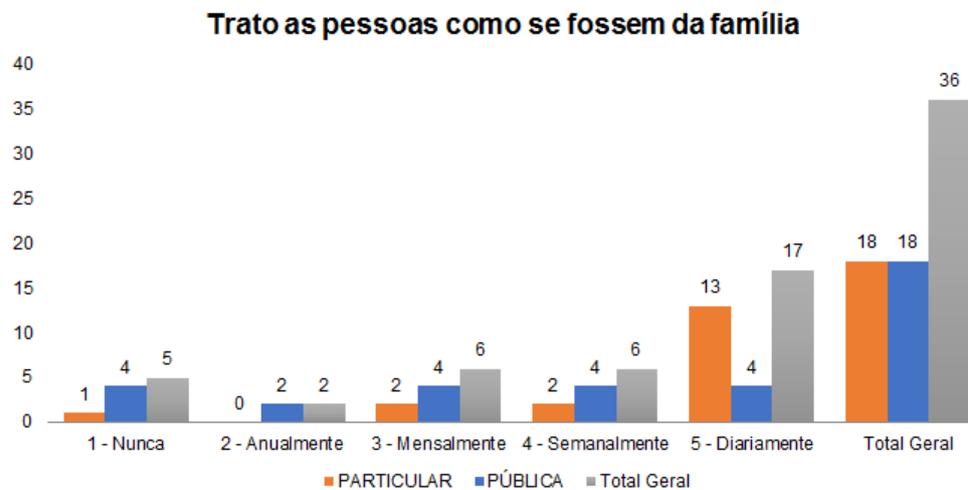
GRÁFICOS DIMENSÃO DESPERSONALIZAÇÃO

Gráfico 14 – Questão 4: Envolvimento com problemas alheios



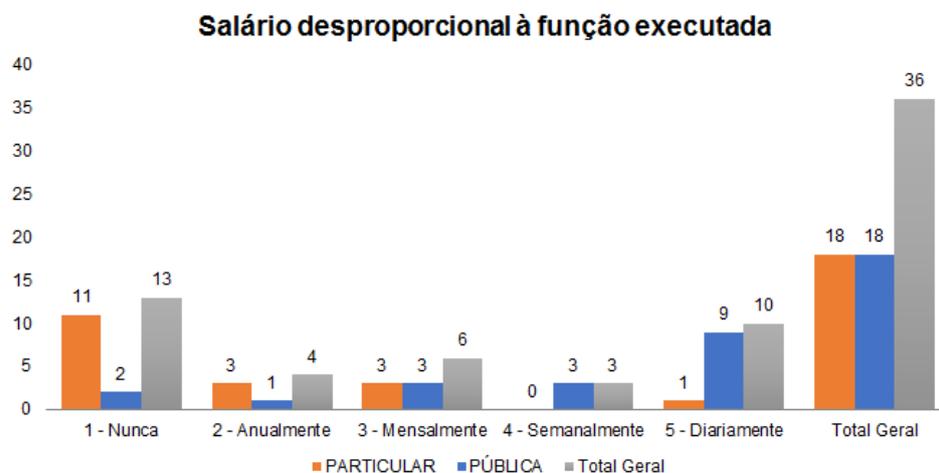
Fonte: Elaborado pela autora

Gráfico 15 – Questão 5: Trato as pessoas como se fossem da família



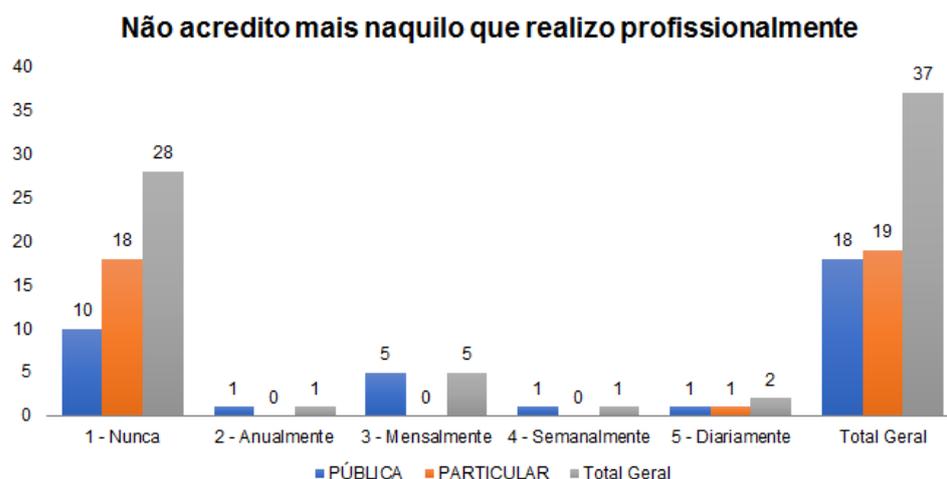
Fonte: Elaborado pela autora

Gráfico 16 – Questão 8: Salário desproporcional à função executada



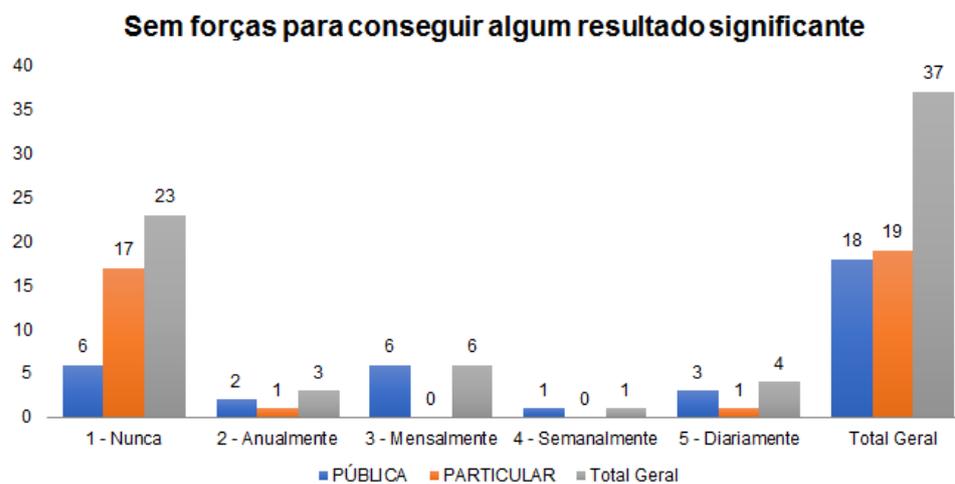
Fonte: Elaborado pela autora

Gráfico 17 – Questão 13: Não acredito mais naquilo que realizo profissionalmente

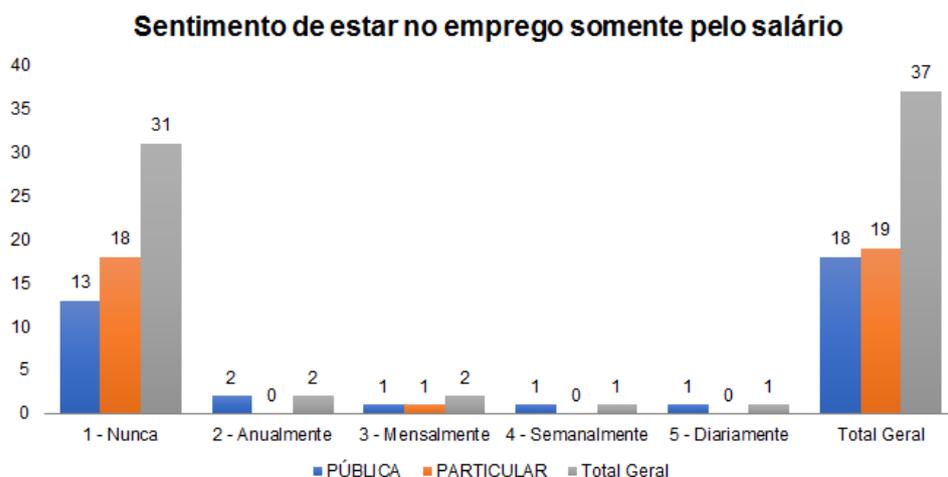


Fonte: Elaborado pela autora

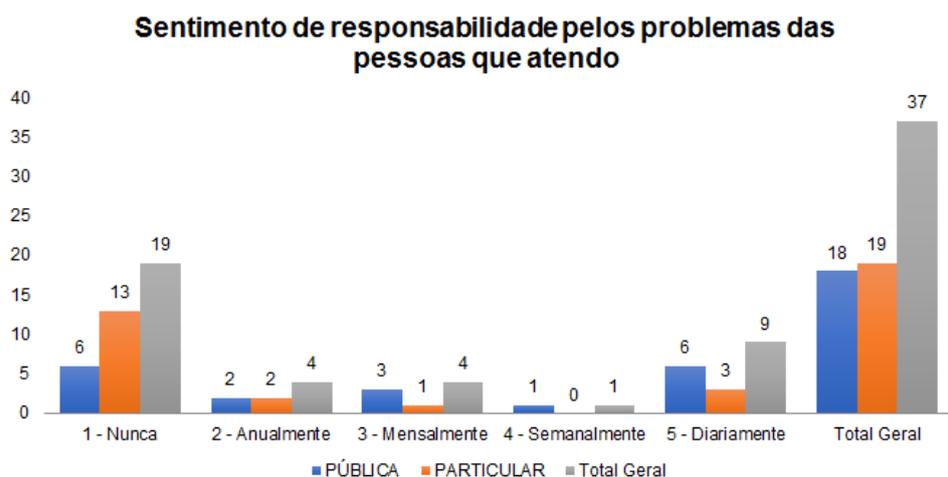
Gráfico 18 – Questão 14: Sem forças para conseguir algum resultado significativo



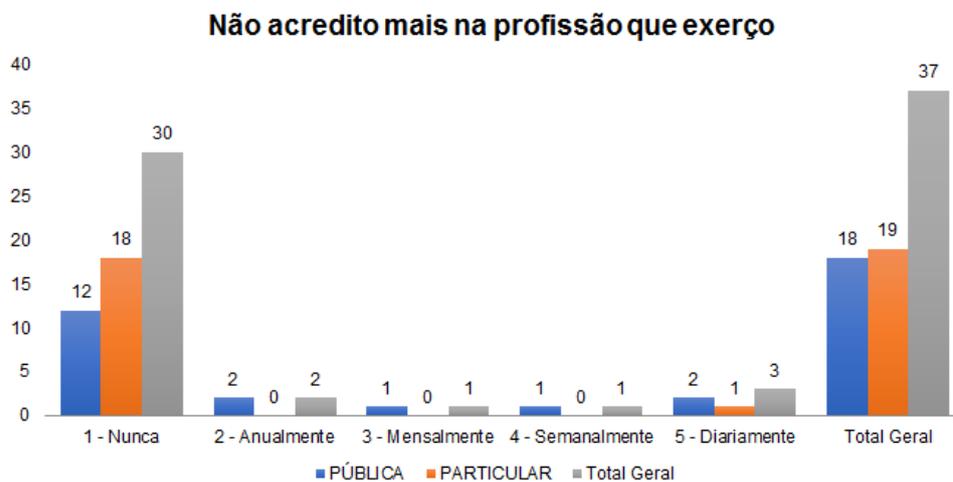
Fonte: Elaborado pela autora

Gráfico 19 – Questão 15: Sentimento de estar no emprego somente pelo salário

Fonte: Elaborado pela autora

Gráfico 20 – Questão 17: Sentimento de responsabilidade pelos problemas das pessoas que atendo

Fonte: Elaborado pela autora

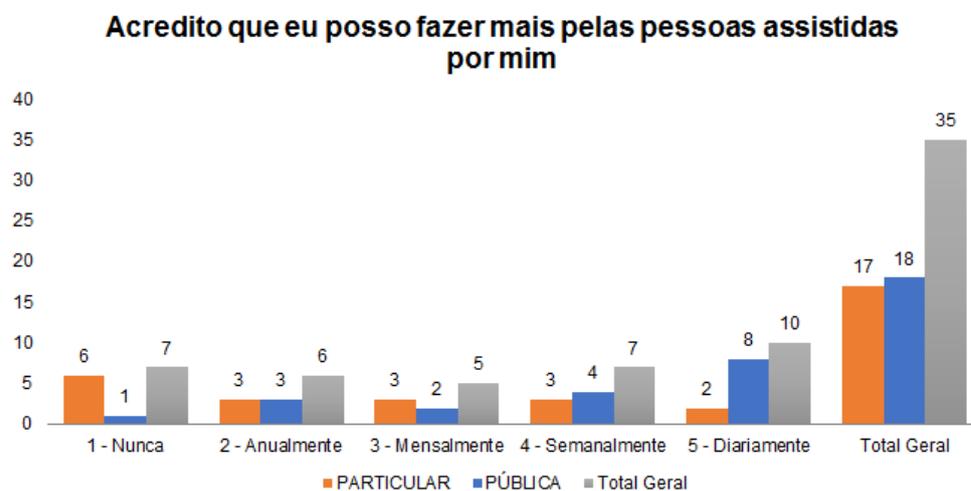
Gráfico 21 – Questão 20: Não acredito mais na profissão que exerço

Fonte: Elaborado pela autora

APÊNDICE E –

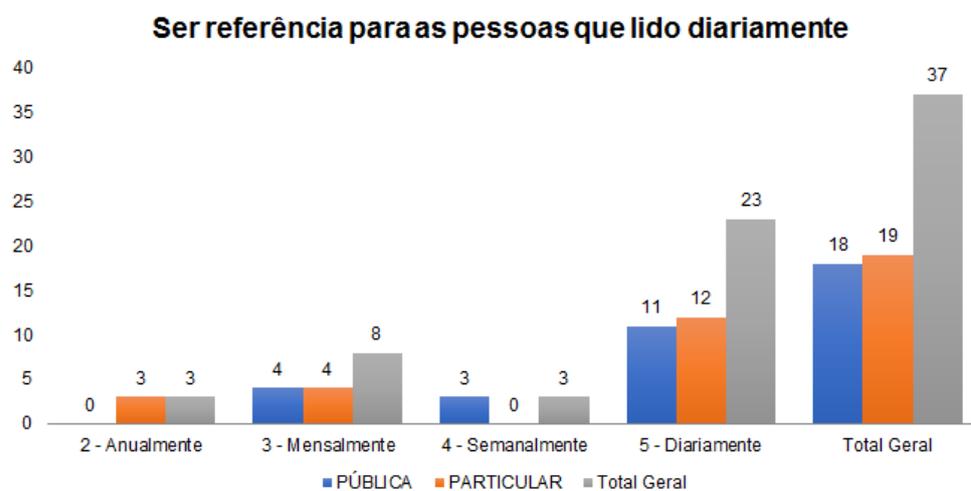
GRÁFICOS DIMENSÃO FALTA DE ENVOLVIMENTO PESSOAL NO TRABALHO

Gráfico 22 – Questão 7: Posso fazer mais pelas pessoas que me assistem

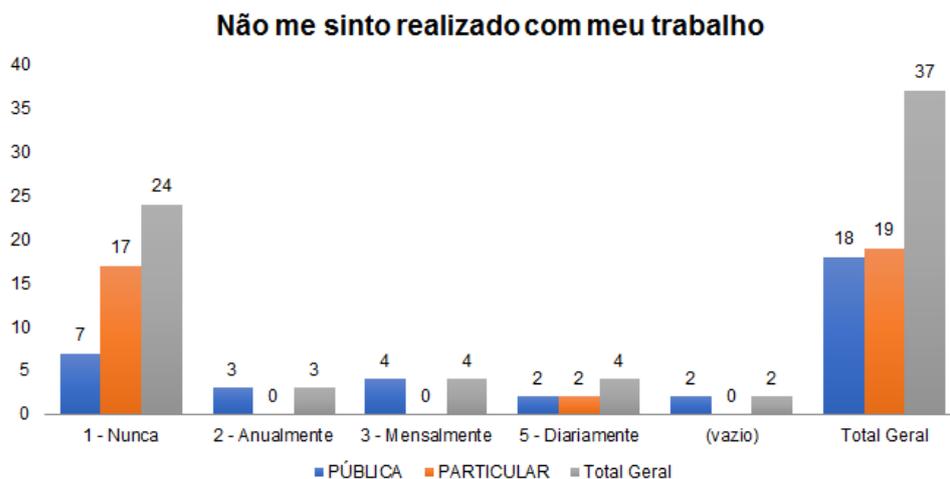


Fonte: Elaborado pela autora

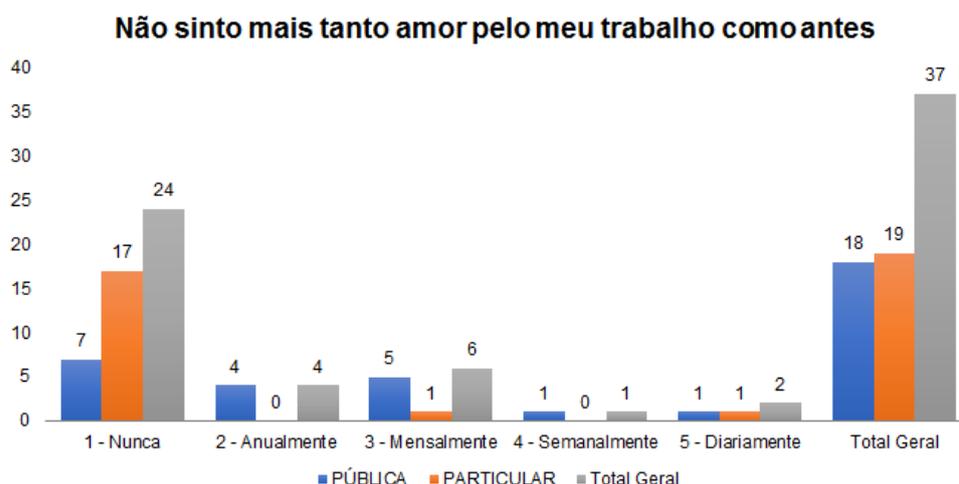
Gráfico 23 – Questão 9: Ser referência para as pessoas que lido diariamente



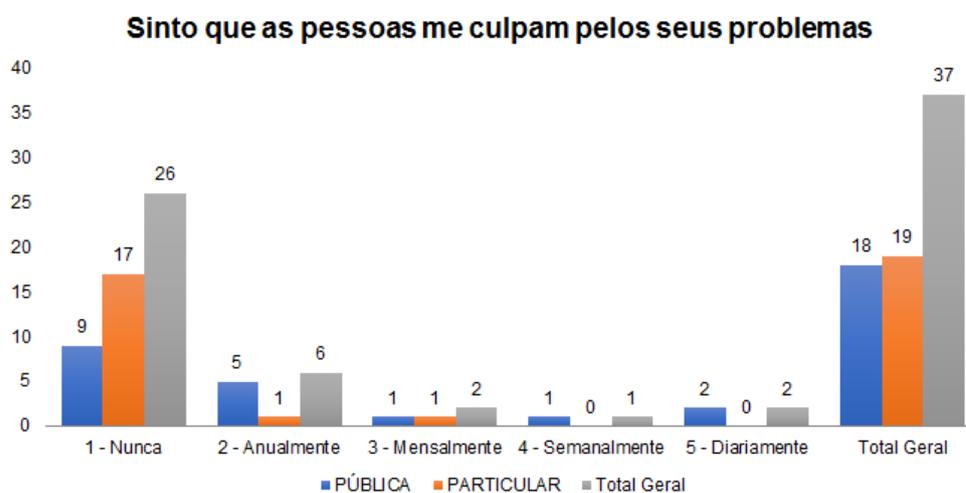
Fonte: Elaborado pela autora

Gráfico 24 – Questão 11: Não me sinto realizado com meu trabalho

Fonte: Elaborado pela autora

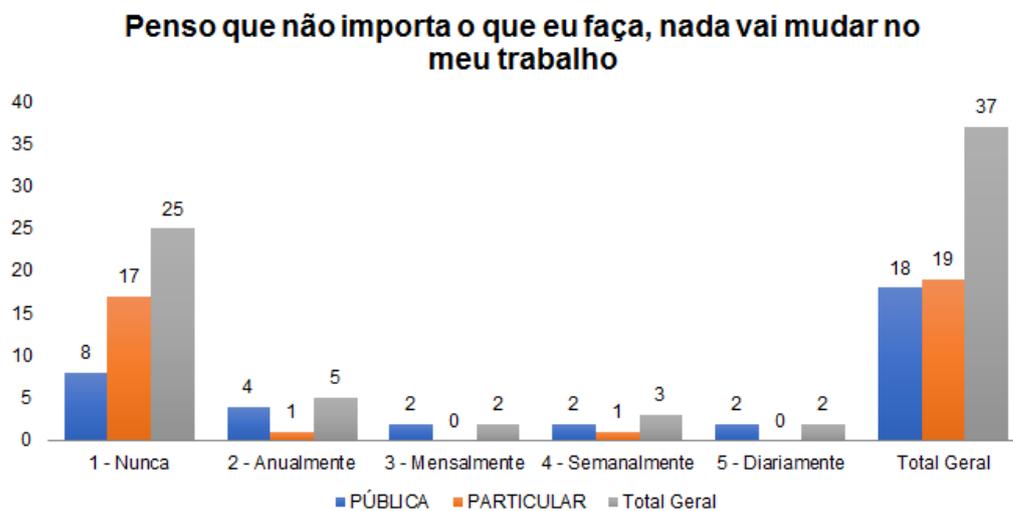
Gráfico 25 – Questão 12: Não sente mais tanto amor pelo meu trabalho como antes

Fonte: Elaborado pela autora

Gráfico 26 – Questão 18: Sinto que as pessoas me culpam pelos seus problemas

Fonte: Elaborado pela autora

Gráfico 27 – Questão 19: Penso que não importa o que eu faça, nada vai mudar no meu trabalho



Fonte: Elaborado pela autora