

## **Síndrome de *Burnout*: a doença ocupacional e sua repercussão nos docentes.**

Fabiana Lopes Martins, Fábio Luíz Oliveira de Carvalho, Dalmo de Moura Costa, Welligton Pereira Rodrigues, Francielly Vieira Fraga, Lúcio Rogério Pelizer Paris, Luis Roque Guidi Junior, Deolinda Marcia Pompeu Bueno  
Marina Leitão David

### **RESUMO**

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica com objetivo de conhecer a síndrome de *Burnout* nos seus aspectos históricos e patológicos, destacando as manifestações clínicas, os fatores desencadeantes e as consequências da doença quando acometem docentes.

**Palavras-chave:** Síndrome de *Burnout*, fatores desencadeantes, sinais e sintomas, docentes.

### **1 INTRODUÇÃO**

A princípio vale conceituar condições de trabalho para que melhor sejam compreendidas as implicações da saúde dos docentes, e os fatores que desenvolvem a síndrome de *Burnout*. Conforme Lacaz (2005) são vários fatores que se relaciona a condições de trabalho e que levam aos profissionais de educação a desenvolverem sofrimentos psíquicos e físicos e conseqüentemente a *Burnout*.

Para BENEVIDES (2003) os processos de globalização dos tempos, fez com que os trabalhadores se adaptassem as formas compostas e as funções variáveis até atingir a forma de atuação em que se encontra na modernidade. Porém, com a diminuição na valorização relacionada ao trabalho, os profissionais ficam expostos a patologias, tais como a síndrome a qual será abordada.

Conforme o autor supracitado a palavra *Burnout* começou a ser utilizada por Brandley, em 1969, porém tornou-se conhecida no ano de 1974, por meio de Freudenberger na cidade de Nova Iorque. A partir deste contexto, vários estudos foram criados a fim de melhorar o nível de compreensão das pessoas para com esta patologia. A síndrome é destacada por estresse laboral, assistencial, neurose profissional e síndrome de esgotamento no contexto trabalhista.

Pesquisas realizadas por Borges (2004) mudam a perspectiva dos estudos sobre o *Burnout*, numa ampliação clínica e psicossocial, ambas distinguem a síndrome conforme a perda de interesse em realizar o trabalho e em realização das práticas voltadas ao convívio trabalhista o que provoca estresses emocionais e físicos.

O estresse minimiza de maneira significativa a atuação do organismo humano, com isso os trabalhadores ficam expostos a patologias que acarretam danos a vida e conseqüentemente levam a diversas síndromes. A síndrome de *Burnout* desenvolve no indivíduo transtornos pessoais e psíquicos o que conduz a uma dificuldade nos processos trabalhistas e no convívio social. Estas reações acontecem quando os profissionais se deparam com situações desagradáveis (Lipp e Malagri, 1995).

A síndrome de *Burnout* está associada ao estresse em que os trabalhadores estão inseridos. Nesta perspectiva pode-se associar esta síndrome a uma expressão inglesa que tem por acepção “Perder o fogo”, “Perder a energia” ou seja, quando há um desconforto em realizar as atividades do dia-dia. Contudo, é viável o esclarecimento de que os diferentes agentes desencadeadores de *Burnout* (físicos, emocionais e cognitivos) podem ser diferenciados de uma pessoa para outra.

Essas diferenças se dão em função de experiências anteriores, características de personalidade, predisposições genéticas, condições atuais de vida e vários outros fatores que, individualmente ou associados, acabam por modular a reação de estresse” (BENEVIDES-PEREIRA, 2002, p. 29).

Assim, Carlotto e Palazzo (2006) revelam que *Burnout* se dá pelo vínculo existente entre profissional, ambiente de trabalho e colegas de trabalho. Brito (2006) por sua vez afirma que a síndrome de *Burnout* é resultado da falta de atividades físicas, lazer, sedentarismo provocando um desequilíbrio orgânico, estresse e em consequência leva o indivíduo a desenvolver a síndrome.

Uma pesquisa realizada por (BONTEMPO, 1999) afirma que a síndrome de *Burnout* é ocasionada por meio de aspectos pessoais e das instituições de trabalho. A sobrecarga de trabalho, a falta de elo entre os profissionais do trabalho, dentre outros aspectos contribuem para o surgimento desta.

O trabalho passa a ser gerador de estresse, sofrimento e esgotamento ocupacional, quando não há o reconhecimento do esforço desejado para dar conta das exigências da profissão. Dessa forma, o trabalho pode influenciar de maneira significativamente negativa o grau de realização pessoal (Lacaz, 2005)

Conforme Lipp. 2006, o trabalho e a atividade exercida são determinantes da vida do ser humano. Assim destaca que o trabalho satisfatório promove o bem estar, a saúde e autoestima, no entanto caso o trabalho seja carente de sentidos ou não é satisfatório, torna-se gerador de desconforto na vida profissional. O desprazer ocasionado pela exaustão no trabalho é forte desencadeador de *Burnout*. Com isso, a legislação nacional galardo a

síndrome de esgotamento Profissional (*Burnout*) com a lei nº 3.048\99, lei que traz normatiza a previdência social.

Dessa forma, percebe-se a síndrome de *Burnout* como um grave problema no que tange aos níveis nacional e internacional, tendo em vista esta ser uma síndrome ainda não abordada de maneira integral, no que diz respeito a saúde coletiva e do trabalhador, o que torna os país distante dos demais que avaliam a *Burnout* em uma dimensão social mais ampla (GRANGEIRO; ALENCAR; BARRETO, 2008).

Por isso, os estudos viabilizam uma dimensão social no que diz respeito as esferas trabalhistas e humanitária, nos aspectos éticos e legais da saúde do trabalhador. As ações que integram a saúde humana são incorporadas por meio de projetos e pesquisas a fim de construir maior discussão na veracidade das informações pautadas a Síndrome de *Burnout* e os fatores que são desencadeados (BENEVIDES, 2003).

O autor supracitado afirma que é visível a fragilidade nos diálogos que dizem respeito às investigações realizadas para detecção da síndrome de *Burnout*. A dificuldade neste contexto passa a ser diretamente explicitadas na esfera coletiva, minimizando os aspectos da síndrome individual e abordando os aspectos sociais integrando o olhar holístico na visibilidade do *Burnout*.

Para tanto, Borges (2002) afirma que o *Burnout* representa a extensão multidisciplinar das dificuldades que perambulam e apontam os aspectos e familiares, sociais e institucionais em que os docentes estão imersos.

## **2 SÍNDROME DE BURNOUT: FATORES HISTÓRICOS E DEFINIÇÃO**

Conforme CARLOTTO (apud FRANÇA, 1987), a síndrome de *Burnout* é designada pelo ato de sentir-se exausto devido o esgotamento do trabalho, por falta de energia e fracasso ocasionado pela falta de energia no organismo e recursos assim, (MALACH, 1978) afirma que a síndrome de *Burnout* teve seu início com os profissionais da área da saúde, devido o contato direto que mantinham com outros trabalhadores afetados pela síndrome e por comoverem com as situações encontradas no meio em que atuam.

A autora relatada em trechos anteriores traz a *Burnout* na modernidade como uma síndrome que está presente na vida de todos os trabalhadores que interagem de maneira direta com outras pessoas, que zelam pela vida do outro, seja na saúde ou educação, ou mesmo os profissionais que obedecem às normas e rotinas e que são submetidos a testes.

O termo *Burnout* surgiu no ano de 1953 por meio de publicações de estudo de “Miss Jones”. Neste contexto, é visível a vida de uma profissional de enfermagem psiquiatra desapontada com a profissão e com as condições oferecidas para conduzir o trabalho. No ano de 1960, uma gazeta foi feita por Graham Greene, cuja caracterização é definida por: “A *burn Out Case*”, esta traz a abordagem da vida de um arquiteto que chegou a abandonar a vida profissional por meio dos sentimentos de infelicidade no trabalho (CARLOTTO; CÂMARA, 2008).

A origem de ‘*Burnout*’ se situa no âmbito dos profissionais, cuja ocupação se define por estar centrada em proporcionar serviço a pessoas. (médicos, enfermeiros, psicólogos escolares, terapeutas, assistentes sociais, professores, policiais, pessoas do âmbito da justiça.) (LARA, 1999, p.7).

A primeira publicação realizada no Brasil sobre a síndrome de *Burnout*, apresenta-se na revista Brasileira de Medicina, por França (1987), seguindo pelas abordagens de Lipp (1996) e Benevides- Pereira (1994-2001), no entanto os fatores de maior relevância para engajar a síndrome de *Burnout* no contexto contemporâneo aconteceu no ano de 1996 com o regulamento de previdência social (GRANGEIRO; ALENCAR; BARRETO, 2008).

Carlotto, afirma que a síndrome de *Burnout* é resultante de processos e estes foram abordados no trilhar da construção deste contexto por meio de quatro fases sendo estas: 1) A clínica que é o caso de exaustão resultante do trabalho intenso sem que haja obsessão e prestar assistência aos indivíduos; 2) Social psicológica, protegida por Christina Malachh por meio de estudos que permite analisar o ambiente de trabalho como predeterminantes de *Burnout*; 3) Organizacional, apreciada por Cary Cherniss que analisou o funcionamento e a cultura que rodeiam os indivíduos na esfera trabalhistas, a qual aborda três esferas: Exaustão emocional, sentimento de impotência profissional e perda da personalidade trabalhista e por fim 4) Social histórico, que tem por mediador o pesquisador Seymour Sarason (1983) ao qual aborda os impacto social como fonte predisponente da *Burnout*.

No entanto, Codo (1999) traz a síndrome como resultante do estresse ocupacional, e é definido pela exaustão emocional, negativismo pessoal, estresse profissional, aspectos depressivos. Para o mesmo autor o termo *Burnout* é resultado de um estresse físico e emocional, o que leva o trabalhador a desenvolver aspectos de agressividade e irritabilidade.

O estresse pode ser entendido como um estado de desequilíbrio da pessoa, que se desenvolve quando esta é submetida a uma série de tensões suficientemente persistentes. Para o desenvolvimento do estresse patológico, se pressupõe que seja necessária uma certa predisposição pessoal, sem a qual os agentes (estressores) ocasionais não seriam capazes por si só de produzir a reação de estresse, verificando

ainda as características das condições emocionais atuais e a qualidade psíquica de cada indivíduo (BALLONE, 2001).

A síndrome de *Burnout* difere-se do estresse genérico, tendo em vista que o grau de ociosidade excessiva e desinteresse não devem ser considerados como os processos de estresse, mais como sequelas ou consequência que devem ser avaliadas (BENEVIDES-PEREIRA, 2002).

Para o mesmo autor citado em linhas anteriores os sintomas da Síndrome de *Burnout* apresentam-se por meio de alteração física e comportamentais. Para Jodas e Haddad (2009) a sintomatologia da síndrome é descrita por representação de fadiga constante, dificuldade relacionada ao sono, falta de apetite e algia muscular. Os docentes são levados a desenvolverem além desses sintomas outros tais como: Falta de atenção, ansiedade, frustração, irritabilidade e falta de cumprimento da carga horária do trabalho e isolamento para com os colegas trabalhistas e minimização da qualidade do trabalho.

## **2.1 Apreciação da perspectiva organizacional da síndrome de Burnout.**

A síndrome de *Burnout* pode ser ocasionada por fatores intrínsecos e extrínsecos a saúde humana: Os fatores estressantes, sobrecarga de trabalho, clientela problemática, falta de autoestima profissional e autonomia. Estes fatores contribuem frequentemente para que a síndrome permaneça ou simplesmente seja alvo de muitos docentes nos dias atuais. Tendo por base as vivências dos docentes e as expectativas trabalhistas que estes impõem ao contexto em se inserem, os docentes são meramente expostos a condições de falta de preparo, incompetência por parte dos gestores entre outros.

No Brasil, os professores trabalham em péssimas condições e com poucos recursos. Mas eles sabem da importância do seu trabalho e continuam fazendo de tudo para ensinar seus alunos. Em um quadro como este, onde um trabalho tão essencial é feito em condições tão ruins, o profissional acaba se desgastando emocionalmente (CODD, 2002, p.1).

Para Borges (2004) existem outros fatores que levam os docentes a desenvolverem a síndrome de *Burnout*, e estes acontecem dos alunos para com os docentes ou simplesmente para com o ambiente de ensino e aprendizado, os fatores são definidos por: vandalismo e agressões. Outro fator que o autor aponta são os baixos salários e a economia meramente desgastante no que diz respeito ao custeio em que a educação é exercida. Nesta perspectiva, “Hoje são muitas as empresas que incorporam as ideias de que as boas relações

sociais no trabalho contribuem para que o trabalhador esteja bem, mais satisfeito e quiçá seja mais produtivo” (CODO,1999 , p.272)

Neste contexto, Carlotto (2008) percebe que a síndrome de *Burnout* pode ser evidenciada, com o empobrecimento das relações interpessoal existente entre docentes e aluno, dessa maneira o autor implica a essa síndrome a característica de que é ela a causadora de danos em sala. Assim é visível a despersonalização quando há o enfraquecimento das relações entre profissional da educação e os alunos, e/ou colegas de trabalho. Envolve o ato de tratar as pessoas como objetos ou apenas destratar, visível com a insensibilidade emocional e vinculada a substituição de aspectos afetivos por aspectos extremamente racionais.

Conforme o autor supracitado, existem as manifestações clínicas que pode-se classificar como precursores para a síndrome de *Burnout*, que é indicado pela auto avaliação negativa realizada do docente para com a profissão que exerce, o fato de sentir-se infeliz e de diminuir a frequência da participação no convívio e nas obrigações do trabalho.

Dessa forma, Lara (1986), busca sintetizar a sintomatologia do *Burnout* em dimensões, por meio de um resumo esquemático apresentado abaixo:

Psicossomáticos	Frequentes dores de cabeça, fadiga crônica, úlceras, dores musculares nas costas e pescoço, hipertensão e, nas mulheres alterações de ciclos menstruais.
Comportamentais	Absenteísmo laboral, aumento do comportamento violento, abuso de drogas, incapacidade de relaxar e comportamentos de altos riscos (jogos de azar)
Emocionais	Distanciamento afetivo, impaciência, desejos de abandonar o trabalho, irritabilidade, dificuldade para concentrar-se, diminuição do rendimento no trabalho, dúvidas acerca de sua competência, e baixa autoestima.
Defensivos	Negação das emoções, ironia, e atenção seletiva.

Fonte: esta tabela foi retirada da página 65 do artigo o Estudo Preliminar Al Síndrome

e de *Burnout*, publicado em ciência psicológica, nº3, 1986. (apud LARA, p.20)

Para Teixeira (2012), a síndrome de *Burnout* é um processo que é desenvolvido com o desenrolar dos anos, cujo surgimento é lento. Dessa forma

Benevides-Pereira (2010, p. 44) apud Teixeira (2012, p. 22), trazem o esboço por meio de resumos esquemáticos mostrando a sintomatologia para que os docentes fiquem atentos e possam evitar complicações maiores da síndrome.

<b>SINTOMATOLOGIA DO <i>BURNOUT</i></b>	
<p><b><i>Físicos</i></b></p> <p>Fadiga constante e progressiva</p> <p>Distúrbios do sono</p> <p>Dores musculares e osteomusculares</p> <p>Cefaléias, enxaquecas</p> <p>Perturbações gastrointestinais</p> <p>Imunodeficiência</p> <p>Transtornos cardiovasculares</p> <p>Distúrbios do sistema respiratório</p> <p>Disfunções sexuais</p> <p>Alterações menstruais nas mulheres</p>	<p><b><i>Comportamentais</i></b></p> <p>Negligência ou excesso de escrúpulos</p> <p>Irritabilidade</p> <p>Incremento da agressividade</p> <p>Incapacidade para relaxar</p> <p>Dificuldade na aceitação de mudanças</p> <p>Perda de iniciativa</p> <p>Aumento do consumo de substâncias</p> <p>Comportamento de alto risco</p> <p>Suicídio</p>
<p><b><i>Psíquicos</i></b></p> <p>Falta de atenção, de concentração</p> <p>Alterações de memória</p> <p>Lentificação do pensamento</p> <p>Sentimento de alienação</p> <p>Sentimento de solidão</p> <p>Impaciência</p> <p>Sentimento de insuficiência</p> <p>Baixa autoestima</p> <p>Labilidade emocional</p> <p>Dificuldade de auto aceitação, baixa autoestima</p> <p>Astenia, desânimo, disforia, depressão</p> <p>Desconfiança, paranoia</p>	<p><b><i>Defensivos</i></b></p> <p>Tendência ao isolamento</p> <p>Sentimento de onipotência</p> <p>Perda do interesse pelo trabalho (ou até pelo lazer)</p> <p>Absenteísmo</p> <p>Ironia, Cinismo</p>

**QUADRO 1** - Resumo esquemático da sintomatologia do *Burnout*  
 Fonte: Benevides-Pereira (2010, p. 44) apud Teixeira (2012, p. 22).

O cuidado com esta síndrome deve prover de uma equipe interdisciplinar, por ser essa uma assistência planejada e respaldada em planos de ações que viabilizem o docente em sua totalidade o que fortalece a estratégia de saúde integrada aos cidadãos Brasileiros.

Contudo, percebe-se maior interesse para com as manifestações sistemáticas da síndrome de *Burnout* e das suas atribuições perante a saúde coletiva (TEIXEIRA, 2012).

### 3 REFERÊNCIAS

BORGES, Angela M.B. CARLOTTO, Mary S.. **Síndrome de *Burnout* e fatores de estresse em estudantes de um curso técnico de enfermagem.** Aletheia n.19 Canoas jun.2004. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S141303942004000100005&script=sci\\_arttext](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S141303942004000100005&script=sci_arttext)>. Acesso em: 05-09-2013

CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sbeila Gonçalves. **Características psicométricas do Maslach *Burnout* Inventory . Student Survey (MBI-SS) em estudantes universitários brasileiros.** Psico-USF, v.11, n.2, p. 167-173, jul/dez.2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/psuf/v11n2/v11n2a05.pdf>>. Acesso em: 14 out. 2012.

BENEVIDES-PERREIRA, Ana Maria T. O Estado da Arte do *Burnout* no Brasil. **Revista Eletronica InterAção Psy** – ano 1, nº1 – Agosto, 2002 – p.4-11. Disponível em: <[http://www.saudeetrabalho.com.br/download\\_2/Burnout-benevides.pdf](http://www.saudeetrabalho.com.br/download_2/Burnout-benevides.pdf)>. Acesso em: 13/agosto /2013.

LARA, Silvana de. **A Síndrome de *Burnout* em profissionais da área da saúde mental.** Monografia de conclusão de curso de especialização de saúde do trabalho, UFPR, Curitiba, 1999.

CODO, W. **Educação: carinho e trabalho.** Vozes. Petrópolis: Rio de Janeiro, 1999.

CARLOTTO, M. S. GOBBI, M. D. **Síndrome de *Burnout*: um problema do indivíduo ou do seu contexto de trabalho?**

TEIXEIRA, Aline Maria dos Santos Silva. **SÍNDROME DE *BURNOUT*: prevalência entre docentes do ensino médio do município de Paripiranga (BA).** 2012. 56 f. Monografia (Graduação em Enfermagem) – AGES, Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Paripiranga, Bahia.