

Renato Ribeiro Nogueira Ferraz

*Programa de Mestrado Profissional em Administração -
Gestão em Sistemas de Saúde (PMPA-GSS) - Universidade Nove de Julho (UNINOVE)*
Biólogo. Doutor em Ciências pela UNIFESP
renatoferraz@uninove.br

Johanne Ferreira Porto

Departamento de Pós-graduação Lato sensu - UNINOVE
johanne@gmail.com

Ana Maria Rodrigues

Departamento de Pós-graduação Lato sensu - UNINOVE
aninharo@yahoo.com.br

Maria José Leonardi

Departamento de Pós-graduação Lato sensu - UNINOVE
mleonardi@uninove.br

Patrícia Alves Moreira

Departamento de Pós-graduação Lato sensu - UNINOVE
patymor@gmail.com

Sérgio Ulisses Lages da Fonseca

Departamento de Pós-graduação Lato sensu - UNINOVE
serginholage@gmail.com

Armindo Aparecido Evangelista

Departamento de Pós-graduação Lato sensu - UNINOVE
armindoeva@yahoo.com.br

Anderson Sena Barnabé

Departamento de Saúde - UNINOVE
anderson@uninove.br

João Victor Fornari

Departamento de Pós-graduação Lato sensu - UNINOVE.
Departamento de Saúde - UNINOVE
joaovictor@uninove.br

Revista UNILUS Ensino e Pesquisa

Rua Dr. Armando de Salles Oliveira, 150
Boqueirão, Santos - São Paulo
11050-071

<http://revista.lusiada.br/portal/index.php/ruep>
revista.unilus@lusiada.br

Fone: +55 (13) 3202-4100

AVALIAÇÃO DO CONHECIMENTO DE PROFESSORES DA ESCOLA PÚBLICA SOBRE A SÍNDROME DE BURNOUT COMO ELEMENTO PARA MELHORIA NA GESTÃO DE PESSOAS

RESUMO

O presente estudo tem por finalidade avaliar o nível de conhecimento de um grupo de professores de escola pública, localizada na periferia de São Paulo, acerca da Síndrome de Burnout, seus principais sintomas bem como os fatores da rotina diária de trabalho que podem levar ao desenvolvimento da doença, uma vez que afetam o psicofísico e a produtividade do profissional da educação. Por se tratar de uma doença característica do meio laboral, que se dá em resposta à cronificação do estresse ocupacional trazendo consigo consequências negativas em nível individual, profissional, familiar e social, o tema foi escolhido com o objetivo de alertar sobre a relevância de se encontrar meios para preservar a saúde mental do professor que têm em sua rotina de trabalho uma das profissões mais estressantes e sendo assim possa refletir sobre as causas e tenha a possibilidade de intervir no processo de estresse antes que se torne incapacitante para o exercício da profissão. O método utilizado foi o descritivo, com abordagem qualitativa e desenvolvido por meio de referências teóricas e pesquisa de campo com 18 profissionais que se propuseram a participar deste estudo. Os instrumentos utilizados nessa pesquisa foram um questionário investigativo com fatores predisponentes pessoais de risco para a Síndrome de Burnout. Como resultado percebe-se que mais de 61% dos entrevistados afirmam ter algum conhecimento sobre a síndrome de Burnout e estresse ocupacional, podendo também falar sobre alguns dos sintomas que acometem os indivíduos com esta patologia.

Palavras-Chave: Gestão em Saúde. Burnout. Professores. Estresse ocupacional. Escola pública.

ABSTRACT

The present study aims to assess the knowledge level of a group of public school teachers in the outskirts of São Paulo, about Burnout Syndrome, its main symptoms and factors of work daily routine that can lead to the development that disease, since they affect the psychophysical and productivity of education professionals. Because it is a disease characteristic of the work environment, which occurs in response to the chronicity of occupational stress bringing negative consequences for individual, professional, family and social level, the theme was chosen in order to warn about the importance of finding means to preserve the teachers mental health as it is known, they have in their work routine one of the most stressful professions and that can reflect on the causes and be able to intervene in the stress process before it becomes crippling to the exercise of profession. Method was a descriptive, qualitative and developed through theoretical references and field research with 18 professionals that proposed to participate in this study approach. The instruments used in this study were an investigative questionnaire with personal predisposing risk factors for the Burnout syndrome. As result realizes that over 61 % of respondents claim to have some knowledge about the syndrome of Burnout and occupational stress, and they can also talk about some of the symptoms that affect individuals in these conditions.

Keywords: Health management. Burnout. Teachers. Occupational stress. Public school.

INTRODUÇÃO

O homem vive diante da necessidade do trabalho para se manter e se beneficiar dos frutos de seu esforço, sempre mudando para favorecer seu bem estar e garantir sua existência, manter sua autoestima, felicidade e divertimento, porém mesmo exercendo uma função bem remunerada, o trabalho pode se tornar um fardo, trazendo decepção, medo, agressividade e por fim doenças. Com o aumento da competitividade entre os profissionais, os mesmos se veem sob exaustivas e estressantes condições, buscando sua permanência no mercado de trabalho, através da adaptação as condições impostas pela vida moderna. O estresse se não identificado e tratado, pode se tornar crônico, podendo ocasionar então à síndrome do esgotamento físico e mental em profissionais denominada Síndrome de Burnout (SB) (SOUZA apud PAFARO; MARTINS, 2002).

O termo Burnout ficou conhecido na década de 70, através do psicanalista Herbert J. Freudenberger, que não foi o primeiro a observar e utilizar deste termo para se referir ao desgaste físico e mental em profissionais, contudo suas observações e pesquisas sobre o assunto representam um marco e desencadearam inúmeros outros trabalhos sobre essa síndrome (MOREIRA et al., 2009).

O Burnout é característico do meio laboral, se dá em resposta à cronificação do estresse ocupacional, trazendo consigo consequências negativas tanto em nível individual, como profissional, familiar e social (BENEVIDES, 2003, MOREIRA et al., 2009). O estresse ocupacional e saúde mental dos trabalhadores têm se tornado assunto principal de muitos autores, pois tem se observado um crescente e alarmante número de absenteísmo, incapacidade temporária e aposentadorias precoces, associados à atividade profissional e que comprovam importância de se preocupar com o bem-estar e saúde mental dos profissionais (FOGAÇA, CARVALHO, CÍTERO e MARITNS 2008).

Hans Selye definiu o estresse como sendo modificações induzidas em um sistema biológico, e se distribui em três estágios, o primeiro relata a resposta fisiológica do organismo 'atacado', é uma fase muito rápida de orientação e identificação do perigo, preparando o corpo para a reação propriamente dita; o segundo, é onde o indivíduo usa a resposta fisiológica do primeiro estágio na tentativa de se defender e se adaptar ao fator de estresse, pode durar anos (SILVA, 2011). O terceiro estágio ocorre, quando há exposição prolongada ao fator de estresse e o indivíduo não consegue mais se adaptar nem resistir ao agressor, podendo resultar em doenças de adaptação, com sintomas como: aumento da sudorese, tensão muscular, taquicardia, hipertensão, aperto da mandíbula, ranger de dentes, hiperatividade, náuseas, mãos e pés frios (SEGANTIN, 2007).

Psicologicamente, vários sintomas podem surgir. Entre eles a ansiedade, tensão, angústia, insônia, alienação, dificuldades interpessoais, dúvidas quanto a si mesmo, preocupação excessiva, dificuldade de se concentrar em outros assuntos que não o relacionado ao fator estressante, dificuldade de relaxar, ira (CAMELO E ANGERAMI, 2004).

O estresse ocupacional pode ser de naturezas diversas: física, biológica, mecânica e social, e se unem às características pessoais, como o tipo de personalidade, modo de reação ao estresse, elementos da própria saúde do indivíduo, características de seu local de trabalho e o desgaste laboral a que o sujeito é submetido em sua rotina diária, tudo isso deixa suas defesas orgânicas mais vulneráveis e não será difícil encontrar sintomas do estresse em profissionais (SOUZA, 2010).

A Organização Internacional do Trabalho - OIT (1984) apontou a profissão docente como de alto risco para estresse, por conter elementos que levam a incidência de doenças de caráter ocupacional.

Atualmente, o trabalho do professor, principalmente na escola pública é passível de estressores psicossociais em seu ambiente de trabalho. Segundo Reis et al. (2005) a categoria docente é muito exposta a ambientes conflituosos e de alta exigência de trabalho, tais como tarefas extra-classe, reuniões e atividades adicionais, problemas de relacionamento com alunos, pressão do tempo, dentre outros.

Os professores em sua grande maioria passam a enxergar a docência como uma rotina burocrática, onde realiza um papel meramente técnico. Pode perder o prazer pela profissão como um ofício vocacional. A esses estes elementos adicionam-se os baixos salários e as precárias condições de trabalho (SILVA, 2011).

É possível notar que, professores com níveis altos de estresse, passam a não exercerem suas funções adequadamente. Como medida de autoproteção, que podem ser inconscientes ou não, apresentam um comportamento de absenteísmo do ambiente de trabalho, começando a faltar, terminar as aulas mais cedo, evitam contato com companheiros de trabalho e acabam por ser tornarem apáticos. Se esse nível de apatia fica elevado, o professor pode ser acometido pela Síndrome de Burnout e é afastado do trabalho sem condição de exercê-lo (REINHOLD, 2016).

Portanto é necessário que o professor tenha informações sobre os sintomas, fatores de risco do estresse ocupacional ou Síndrome de Burnout, para que possa estar atento aos seus sinais na rotina de trabalho, na sua saúde e tenha a possibilidade de intervir no processo de estresse, antes que se torne incapaz de exercer sua profissão.

OBJETIVO

Avaliar o nível de conhecimento de professores da escola pública, sobre os sintomas que podem levar ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout.

MÉTODOS

O método utilizado foi o descritivo, com abordagem qualitativa, realizada no dia 28.11.2013 com professores de uma escola pública de ensino fundamental e médio, localizada na zona sul da cidade de São Paulo - SP.

Foi utilizado como instrumento nessa pesquisa um questionário investigativo contendo 20 questões relacionadas aos fatores pessoais predisponentes de risco para a Síndrome de Burnout, que buscavam avaliar características de trabalho, rotina pessoal e também o nível de conhecimento do profissional sobre estresse ocupacional, ou seja, a Síndrome de Burnout. O preenchimento do questionário durou, no máximo, 30 minutos e em nenhum momento houve a participação dos pesquisadores com relação às respostas dos entrevistados. As variáveis numéricas foram apresentadas por uma medida de tendência central seguida de medida de dispersão. Já as variáveis categóricas foram apresentadas por suas frequências absoluta e relativa ao total da amostra sem a aplicação de testes estatísticos mais específicos.

Nenhum critério de inclusão ou exclusão necessitou ser observado. Todos os participantes deste trabalho assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido autorizando a sua participação. Esta pesquisa foi registrada no Conselho Nacional de Ética em Pesquisa e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Nove de Julho por obedecer às diretrizes previstas na resolução 496/2012, que substituiu a resolução 196/1996, ambas do Conselho Nacional de Saúde, diretrizes estas que determinam os aspectos éticos e legais das pesquisas científicas envolvendo seres humanos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra populacional deste estudo foi constituída por 18 professores de uma escola pública de ensino médio da capital de São Paulo, sendo 10 do sexo masculino (56% da amostra) e 8 feminino (44 % do total), com idade média de 36 anos. Dentre os professores 7 são solteiros (39%), 10 casados (56%) e 1 divorciado (5%), de acordo com os estudos de Millan (2007) os casados que não possuem "hobby" correm um risco maior de desenvolver a síndrome de Burnout, e que solteiros avaliados em outros estudos, obtiveram uma pontuação baixa ou moderada do nível de estresse.

Um fator relevante é a prática de outra profissão, dentre os entrevistados 6 (33%) assumiram possuir uma dupla jornada de trabalho, aumentando sua carga horária e contribuindo para o nível de estresse, para Campos (2005) este é um importante fator desencadeante de estresse.

Dos 18, observa-se que 12 (67%) praticam alguma atividade física, o que para Millan (2007), é um fator que ajuda os indivíduos a não desenvolverem esta síndrome, pois ter uma atividade física ou comunitária afasta as pessoas do sedentarismo e do estresse.

Pode ser observado que 11 (61%) dos entrevistados já ouviram falar na síndrome, e 7 (39%), nunca ouviram falar.

Para avaliar o nível de conhecimento entre os que já ouviram falar, foi aplicada uma escala com escore de 1 a 5 de atribuição, dentre os 11, 0 pessoa atribuiu a nota 1 (0%), nota 2, 02 pessoas (18%), nota 3, 05 pessoas (45%), nota 4, 02 pessoas (18%), nota 5, 02 pessoas (18%). Esta avaliação conclui que apenas 11% do número total (entrevistados) da amostra tem um conhecimento total sobre a síndrome de Burnout.

Foi solicitado aos entrevistados que assinalassem alguns sintomas que eles consideram como consequência do estresse ocupacional, no qual foi constatado que 12 pessoas (67%) falaram que a ansiedade é uma das maiores consequências, já 9 (50%) a insônia, 6 pessoas (33%) dor de cabeça, 4 pessoas (22%) perda ou excesso de apetite e 3 pessoas (17%) fadiga e falta de concentração.

Um dado interessante é que dos 18 entrevistados, um terço deles (6%) admitiram fazer uso do tabaco ou álcool. O médico Adriano Appel através do portal da Cassi (2011) relata que o estresse não é o que determina o etilismo, nem tão pouco o uso do tabaco, no entanto, pessoas submetidas ao estresse contínuo, estão mais vulneráveis ao alcoolismo e tabagismo, pois muitas vezes são utilizados como ansiolíticos, para tranquilizar e relaxar, adquirindo este hábito por razões emocionais, como uma "válvula de escape".

CONCLUSÕES

A pesquisa foi realizada com um olhar crítico e investigativo, analisando criteriosamente a temática em estudo: Avaliação do conhecimento de professores da escola pública sobre a síndrome de Burnout. Considerando as evidências da pesquisa, percebe-se que pouco mais da metade dos entrevistados já ouviram falar na síndrome, e mesmo sem um conhecimento aprofundado sobre o assunto.

Na questão que tinha como objetivo avaliar o nível de informação dos professores com relação à síndrome de Burnout, e mais especificamente o nível de conhecimento sobre a doença, apenas uma minoria dos entrevistados demonstrou ter informações suficientes acerca do transtorno.

Neste trabalho pôde-se observar a necessidade do desenvolvimento de políticas de saúde pelos órgãos competentes, que proporcionem ao professor, informações sobre os sintomas, fatores de risco da Síndrome de Burnout. Sendo assim, poderão manter-se atentos aos sinais dos estressores em sua rotina de trabalho e também na saúde, possibilitando, portanto o desenvolvimento de mecanismos de prevenção ao processo de estresse no ambiente de trabalho, antes que ele se torne incapacitante para o exercício de sua profissão.

Os estudos realizados nesta pesquisa revelam a importância de se repensar o modelo de trabalho na área da educação, para que se busque a melhoria da qualidade de vida no exercício do ofício com preservação da saúde física e mental do professor.

Assumimos que este estudo traz resultados de caráter apenas pontual, oriundos de uma amostra populacional e tempo de observação bastante reduzidos. Estudos mais bem controlados, realizados com um maior número de participantes, acompanhados por um maior intervalo de tempo, e com controle mais adequado das variáveis envolvidas devem ser realizados com o intuito de observar se o fenômeno aqui relatado pode se repetir em uma escala mais ampla.

REFERÊNCIAS

- Albuquerque; MARTINS, Luiz Antonio Nogueira. Fatores que tornam estressante o trabalho de médicos e enfermeiros em terapia intensiva pediátrica e neonatal: estudo de revisão bibliográfica. *Revista Brasileira Terapia Intensiva*. 2008; 20(3) p.261-266.
- BENEVIDES, Pereira Ana Maria. O estado da arte do burnout no Brasil. *Revista Eletrônica InterAção Psy* – Ano 1, nº 1- Agosto de 2003 – p. 4-11 2003. Disponível em: <http://www.dpi.uem.br/Interacao/Numero%201/PDF/Artigos/Artigo3.pdf>. Acesso em: 05/12/ 2013.
- BOCK, V. R.; SARRIERA, J. C. O grupo operativo intervindo na Síndrome de Burnout. *Psicologia escolar e educacional*, vol.10, no.1, jun. 2006.
- CAMELO, S. H. H.; ANGERAMI, E. L. S. Sintomas de estresse em trabalhadores de cinco núcleos de Saúde da Família. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*. Jan./Feb. 2004, vol.12, no.1, p.14-21. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php>. Acesso em: 04/12/2013.
- CASSI, Caixa de assistência dos funcionários do Banco do Brasil. *Tabagismo: diminui número de fumantes no Brasil*, 2011. Disponível em: <http://www.cassi.com.br>. Acessado em: 08/12/2013.
- FOGAÇA, Monalisa de Cássia CARVALHO, Werther Brunow de; CÍTERO, Vanessa de
- LEITE, M de P., & SOUZA, A. N. de (2007). *Condições do trabalho e suas repercussões na saúde dos professores da educação básica no Brasil - Estado da Arte*. São Paulo: Fundacentro/Unicamp.
- MILLAN LR. A Síndrome de Burnout: realidade ou ficção? *Rev. Assoc Med Bra* v 53 n1 São Paulo jan-fev 2007.
- MOREIRA et. al. Prevalência da síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem de um hospital de grande porte da Região Sul do Brasil.

AVALIAÇÃO DO CONHECIMENTO DE PROFESSORES DA ESCOLA PÚBLICA SOBRE A SÍNDROME DE BURNOUT COMO ELEMENTO PARA MELHORIA NA GESTÃO DE PESSOAS

OIT - Organização Internacional do Trabalho. A condição dos professores: recomendação Internacional de 1966, um instrumento para a melhoria da condição dos professores. Genebra, OIT/ Unesco: 1984.

REINHOLD, H. H. O BURNOUT. In: LIPP, M. E. N (Org.) O stress do professor. Campinas: Papyrus, p 63-80, 2006.

SEGANTIN, Benedita das Graças de Oliveira; MAIA, Eliana Martins de Faria Lemos. ESTRESSE VIVENCIADO PELOS PROFISSIONAIS QUE TRABALHAM NA SAÚDE.

SILVA, Ana M. Rodrigues da. O impacto do estresse ocupacional e a Síndrome de Burnout na Unidade de Terapia Intensiva Neonatal. Trabalho (Graduação) – Faculdade do Sul da Bahia, Teixeira de Freitas – Bahia, 2011.

SOUZA, Juliana Rottemberg de. Síndrome de Burnout em enfermeiros assistencialistas no município de Teixeira de Freitas. Trabalho (Graduação) – Faculdade de Enfermagem, Pitágoras, Teixeira de Freitas – Bahia, 2010.