

**SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES DAS ESCOLAS
MUNICIPAIS SITUADAS NA REGIÃO LESTE DO MUNICÍPIO DE SORRISO - MT**

**BURNOUT SYNDROME IN TEACHERS OF MUNICIPAL SCHOOLS LOCATED IN
THE EASTERN REGION OF THE MUNICIPALITY OF SORRISO - MT**

RAFAELA GIOVELLI

Acadêmica do Curso de Licenciatura em Educação Física da Faculdade Centro
Mato-Grossense-FACEM

ZILMA DA SILVA MARTINS

Acadêmica do Curso de Licenciatura em Educação Física da Faculdade Centro
Mato-Grossense-FACEM

JOÃO RICARDO GABRIEL DE OLIVEIRA

Professor Orientador do Curso de Educação Física da Faculdade Centro Mato-
Grossense-FACEM

RESUMO

A categoria de professores vem sendo considerado uma das mais propensas ao estresse e a síndrome de Burnout por causa da sua exposição aos riscos psicossociais e pelo desencadeante estresse organizacional escolar. Os objetivos deste estudo foram investigar de forma preliminar a identificação da Síndrome de Burnout nos professores lotados na região leste de Sorriso, se estão atentos ao seu bem estar físico, à preservação da doença e a compreender a Síndrome de Burnout. Participaram da pesquisa 69 professores. Os dados foram analisados com base no Inventário de Sintomas e o questionário Maslach Burnout Inventory (MBI) e a incidência de graus as dimensões: Esgotamento Emocional (EE), Despersonalização (DE) e Realização Profissional (RP). As respostas da pesquisa enquadra a dimensão Exaustão Emocional (EE) em alta, a despersonalização (DE) em alta e a Realização Profissional (RP) em baixa, com esses resultados a pesquisa aponta para a presença da Síndrome de Burnout nos docentes municipais ativos na região leste do município de Sorriso-MT.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout; Estresse; professores.

ABSTRACT

The category of teachers has been considered one of the most prone to stress and Burnout syndrome because of its exposure to psychosocial risks and the triggering school organizational stress. The objectives of this study were to investigate in a preliminary way the identification of Burnout Syndrome in teachers full in the eastern region of Sorriso, if they are attentive to their physical well-being, the preservation of the disease and to understand the Burnout Syndrome. 69 teachers participated in the

study. The data were analyzed based on the Inventory of Symptoms and the Maslach Burnout Inventory (MBI) and the incidence of degrees: Emotional Exhaustion (EE), Depersonalization (DE) and Professional Realization (RP). The research responses point to the Emotional Exhaustion (EE), the depersonalization (DE) and the Professional Realization (RP), with these results pointing to the presence of Burnout Syndrome in active municipal teachers in the Eastern region of the municipality of Sorriso-MT.

Key Words: Burnout Syndrome; Stress; teachers.

INTRODUÇÃO

Síndrome de Burnout, uma realidade geradora de muita preocupação pelos cientistas e entidades pela sua severidade e consequências nos indivíduos, em especial nas relações interpessoais.

O estilo de vida, por ser um determinante de saúde dos indivíduos, fortalece o objetivo da pesquisa deste artigo, intitulado como: Síndrome de Burnout em professores das escolas municipais situadas na Região Leste do município de Sorriso-MT.

Justifica-se esta pesquisa na importância de conhecer a Síndrome de Burnout, compreendê-la em sua natureza, já que se pode considerar um problema de saúde pública, porém esse fenômeno em nossas realidades é praticamente desconhecido e ao mesmo tempo presente diariamente nas atividades laborais, em específico nas atividades do profissional docente, pelos estressores psicossociais, funcional e institucional presentes e persistentes por longo período de tempo em trabalho de pressão emocional.

No cotidiano dos professores, o nível dos agentes estressores tende aumentar diante de cobranças advindas da sociedade, da escola, dos pais e da própria exigência em permanecer atualizado a fim de responder às expectativas e necessidades dos alunos, manifestando os resultados em suas atividades pedagógicas, sentimentos de desilusão, desencantamento, desmotivação e dificuldades de lidar com as situações novas requeridas no ambiente educacional.

Como objetivo principal este artigo busca investigar de forma preliminar através da pesquisa de campo a identificação da Síndrome de Burnout nos professores lotados na região leste do município. E como objetivos específicos verificar se os professores estão atentos ao seu bem estar físico e à preservação da doença, também compreender a Síndrome de Burnout, tendo como uma das causas o ritmo de trabalho dos professores.

O que é a Síndrome de Burnout?

As investigações iniciaram na década de 80 nos Estados Unidos, em relação à Síndrome de Burnout, conforme Maslach & Schaufeli (1993), seguindo o conceito a outros países e assim cada país adotou e aplicou o instrumento criado nos Estados Unidos, o Maslach Burnout Inventory. Posteriormente muitas investigações surgiram de forma empírica trazendo fatores associados aos humanos e materiais, junto com biografias dos que apresentam Síndrome de Burnout.

No Brasil a Síndrome de Burnout, de acordo com a tabela que classifica os Transtornos Mentais e do Comportamento em relação ao trabalho (CID-10, código Z73.0) é conhecida como a “Síndrome do Esgotamento Profissional”, sendo atualmente considerada um grave problema no desempenho das atividades profissionais.

A Síndrome de Burnout, segundo Maslach (2001) está composta pelo cansaço, esgotamento emocional, pela despersonalização no contexto interpessoal e pela perda de confiança na realização pessoal, dimensões que representam a tensão básica, a diminuição das conquistas. De acordo com a autora a Síndrome é decorrente da exaustão emocional, quando os indivíduos sentem suas energias consumidas e tem aquela sensação de sobrecarga, de esgotamento físico e mental, se encontra em estresse crônico ligado direto ao trabalho.

De acordo com Caballero e Millán (1999) se apresenta na ordem fisiológica, psicológica, de conduta, apatia, fadiga, isolamento, empobrecimento no desenvolvimento de trabalho, aumento do consumo de álcool, cigarros, café, entre outros.

E segundo Gutiérrez (2000), as pessoas com Síndrome de Burnout mostram um predomínio de cansaço mental, emocional e de depressão, evidenciadas pelas mudanças de conduta, do físico, dos sintomas mentais e das alterações psicopatológicas, essas pessoas reduzem a afetividade e o rendimento laboral, mudam em suas relações e sofrem a Síndrome de Burnout.

Burnout em professores

Para Lipp (2002), são apresentadas alertas no momento em que o organismo entra em contato com o agente estressor, ocorre um aumento de adrenalina no organismo para o confronto ou fuga, com o aumento da adrenalina a pessoa fica mais atenta, mais ativa e mais motivada pelo desafio que vem carregado de sintomas característicos como aumento de frequência respiratória, reações de tensão muscular, mãos frias e suadas, sensação de nó no estômago, aumento de transpiração, agitação, dor de cabeça.

Quando essas alertas são mantidas, de acordo com Lipp (2002) significa que o fator estressor perdura sem prejudicar o organismo, porém, quando ele é de longa duração e ou intensidade excessiva, o organismo tenta voltar ao seu normal usando todas suas reservas possíveis para se restabelecer, caso não consiga, enfraquece, tornando-se vulnerável a doenças passando para quase uma exaustão, ultrapassando

o limite de controle da resistência física e emocional, é uma fase caracterizada por muita ansiedade, e as doenças causadas na fase de resistência tendem a aumentar, intercalando momentos normais e momentos de total desconforto, fase essa que leva a exaustão.

A fase da exaustão torna-se a mais negativa do stress, que diminui a resistência e por consequência manifesta a exaustão física e promove o aumento das doenças, inclusive doenças graves como: insônia, problemas estomacais, cardiovasculares, emocionais, apatia sexual, ansiedade aguda, irritabilidade, hipertensão arterial, úlceras gástricas, vitiligo, diabetes, inabilidade de tomar decisões, vontade de fugir de tudo. Nesta etapa já a o predomínio do cansaço mental, físico, emocional e de depressão causado pela Síndrome de Burnout.

Essa exaustão ocasionada pelo estresse nos professores foi definida por Kyriacou e Sutcliffe (1978) e Moracco e MacFadden, (1982) conforme Reinhold, (1985), como uma síndrome de respostas de sentimentos negativos, tais como raiva e depressão, acompanhada, muitas vezes, de mudanças fisiológicas e bioquímicas potencialmente patogênicas (tais como aumento dos batimentos cardíacos), resultante de aspectos do trabalho do professor, e mediada pela percepção de que as exigências profissionais constituem uma ameaça à sua autoestima ou bem-estar.

Para Scharefeli, Enzmann *Apud* Jimenez et al (2002), aburnout nos professores vai se constituindo, vai se gestando, apresentando diversos sinais como sensações de inadequações, sentimento de carecer da formação, diminuição da capacidade de resolução dos problemas, carência e tempo, se caracteriza no docente por uma exaustão emocional, apresentando atitudes negativas, distanciamento dos alunos, valorização negativa de sua atividade profissional, objetivamente manifesta-se através da exaustão emocional, da despersonalização e pela falta de realização no trabalho.

Moreno et al *Apud* Jimenez et al (2002), considera os docentes o grupo especialmente exposto aos riscos psicossociais, por defrontarem com desencadeantes estresse organizacional escolar, situações de desequilíbrios de expectativas pessoais, profissionais e diárias da realidade do trabalho.

De acordo com Corsi (2002), deve-se considerar e compreender o que diferencia o estresse e a Síndrome de Burnout, estando nas consequências de um e outro. Enquanto o estresse atinge somente a pessoa envolvida e pode ter efeitos positivos e negativos e desaparecer após um repouso, a Síndrome de Burnout vai além atingindo a pessoa, o trabalho, as relações com as pessoas é sempre negativa, também não regride nas férias e em nenhuma outra forma de descanso.

MATERIAIS E MÉTODOS

Essa pesquisa de campo ocorreu no município de Sorriso-MT, na rede de escolas municipais situadas na região leste do município, o estudo utiliza uma amostragem de 69 professores da rede municipal atuantes na educação infantil, no

Ensino Fundamental I, no Ensino Fundamental II, um estudo qualitativo a partir de questionários fechados para identificação preliminar de Burnout no grupo de professores, denominado Inventário de Sintomas e um questionário denominado Maslach Burnout Inventory (MBI). Também se utilizou de pesquisa bibliográfica e aportes científicos, artigos, revistas e livros, pesquisa que permite leitura, coleta de dados, organizações, análise e interpretação e redação final de forma expressiva e significativa.

A partir dos estudos da Síndrome de Burnout e da pesquisa de Campo apresento os dados resultantes da aplicação dos questionários nos professores participantes, dados que foram tabulados e apresentados em planilhas.

Para verificar preliminarmente a identificação da Burnout no grupo de professores pesquisados, foi inicialmente aplicado o Questionário Preliminar de Burnout, elaborado e adaptado por Chafic Jbeili, inspirado no Maslach Burnout Inventory – MBI, questionário referência para verificação da Síndrome, com acréscimos e adaptações necessárias a realidade e aos objetivos da pesquisa.

Para analisar os resultados do Questionário Maslach Burnout Inventory (MBI), vários cálculos foram desenvolvidos. Deve-se considerar pontos referentes às questões 1, 2, 3, 6, 13, 14, 16, 20 para análise da Exaustão Emocional (EE), pontos das questões 5,10,11,15 para a Despersonalização (DE), e pontos para as questões 4,7,9,12,17,18,19 para Realização Profissional (RP) . É a partir dessa análise que se verifica o enquadramento dos resultados no quadro 01 adaptado pelo GEPEB, Grupo de Estudos sobre Estresse e Burnout.(BENEVIDES-PEREIRA, 2002).

QUADRO 1

Valores da Escala do Maslach Burnout Inventory – (MBI)

ESCALA	BAIXA	MÉDIA	ALTA
E E	270	288 – 450	468
D E	36	54 – 144	162
R P	594	612 – 756	774

Fonte: GEPEB - Grupo de Estudos sobre Estresse e Burnout (BENEVIDES-PEREIRA, 2002).

De acordo com o questionário Maslach Burnout Inventory (MBI), um questionário auto - aplicável criado por Christine Maslach, psicóloga e professora na Universidade da Califórnia-EUA e validado no Brasil em 1991, onde são indicadas as dimensões sintomatológicas da Síndrome Burnout (IB) se dá quando o resultado é alto para Exaustão Emocional (EE) e para Despersonalização (DE) e baixa para Realização Profissional (RP). O alto risco para Burnout (AR) se analisa quando o alto grau para (EE) e (RP). E baixo risco para Burnout (BR) quando as pontuações são contrárias às indicações da tabela base do GEPEB.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Conforme a tabela 1 (Faixa etária dos participantes), o maior número de pesquisados possui a faixa etária entre 31 anos a 40 anos de idade (32%), chama à atenção o percentual que não respondeu sua idade 24 pessoas (35%), sendo menos de 30 anos oito pesquisados que corresponde a (12%), entre 41 anos e 50 anos de idade foram dez respostas (14%) dos pesquisados e a minoria dos participantes possuem idade entre 51 anos a 60 anos o que corresponde a (7%). Estudos sobre o perfil de vida ativa para o trabalho da população paulista conforme Flores (2015) revelam que a maior participação das mulheres no setor produtivo ocorre entre 25 e 34 anos e dos homens entre 30 e 39 anos. Sendo a maioria desse estudo integrante dessa faixa etária ativa.

Tabela 1
Faixa etária dos participantes

Idade	Nº de respostas	Porcentagem %
Menos de 30 anos	08	12
31 anos a 40 anos	22	32
41 anos a 50 anos	10	14
51 anos a 60 anos	05	7
Não informou	24	35
Total	69	100

Fonte: Dados coletados do autor

No questionário de identificação do grupo da pesquisa, apresentado na tabela 2 predominou o gênero feminino (84%), masculino (14,5%) e não respondeu (1,5%), a maioria encontra-se no estado civil casado (58%), na atuação profissional a atuação predominante prevaleceu entre o Ensino Fundamental I(46%) e a Educação Infantil (45%), nesse item da pesquisa pode-se observar que os professores desenvolvem atividades em mais de um nível de ensino da educação.

Em estudos já desenvolvidos por Almeida (2014) sobre os riscos no qual os professores das escolas Estaduais de Leopoldina –MG possuem para desenvolver a Síndrome de Burnout, também houve predomínio do gênero feminino (78%) e masculino (22%), no estudo esse predomínio baseado em Carvalho (1999) justificase estar articulado à hierarquia de gênero, mulheres mães, donas de casa trazendo suas habilidades e saberes como referenciais domésticos e profissionais adquiridos nas distintas socializações.

Quando questionados o tempo de serviço, pode-se observar de acordo com as respostas que menos de cinco anos de atividade profissional foram (38%), e dez anos de atividades como professor (28%), mostrando que na região leste do município de Sorriso de acordo com o resultado do grupo pesquisado, o grupo de trabalho é um grupo de formação nova.

Sendo que a maioria dos pesquisados trabalham 40 horas semanais (58%) seguido de 20 horas semanais (28%). Em relação à prática de exercícios físicos o maior número das respostas é de que os participantes da pesquisa não praticam nenhum exercício (26%) vivem de modo sedentário, três vezes na semana (23%) responderam praticar e uma vez na semana (22%) responderam desenvolver exercícios físicos.

Tabela 2
Questionário de Identificação

Gênero	Número	Porcentagem %
Masculino	10	14,5%
Feminino	58	84%
Não respondeu	01	1,5%
Estado Civil		
Casado	40	58%
Solteiro	16	23%
Viúvo	-	-
Separado	11	16%
Não respondeu	02	3%
Trabalho		
Educação Infantil	31	45%
Ensino Fundamental I	32	46%
Ensino Fundamental II	09	13%
Ensino Médio	03	4%
Não respondeu	03	4%
Tempo de Docência		
Menos de 5 anos	26	38%
10 anos	19	28%
15 anos	12	17%
Mais de 20 anos	9	13%
Não respondeu	3	4%
Carga Horária Semanal		
20 horas	19	28%
30 horas	05	07%
40 horas	40	58%
60 horas	4	06%
Não respondeu	1	1%

Prática de exercício físico semanal		
01 vez por semana	15	22%
02 vezes por semana	13	19%
03 vezes por semana	16	23%
04 vezes por semana	-	-
05 vezes por semana	3	4%
06 vezes por semana	4	6%
Não faz exercício	18	26%

Fonte: Dados coletados pelo autor

Nesse questionário preliminar após os cálculos desenvolvidos para a obtenção do score, as respostas do grupo de professores pesquisados obtiveram 47 pontos, o que corresponde que grupo encontra-se em fase inicial da Burnout, que deve procurar ajuda profissional para debelar os sintomas e garantir, assim, a qualidade no seu desempenho profissional e a sua qualidade de vida. Esse questionário será apresentado em formato de tabela (3). Apresentando os resultados de acordo com a opção marcada com um "X" pelos pesquisados, sendo que corresponde: 1 – Nunca, 2 – Anualmente, 3- Mensalmente, 4 – Semanalmente e 5 – Diariamente.

Tabela 3
Questionário Preliminar

Nº	Características psicofísicas em relação ao trabalho	1	2	3	4	5
1	Sinto-me esgotado(a) emocionalmente em relação meu trabalho	18	22	8	16	4
2	Sinto-me excessivamente exausto ao final da minha jornada de trabalho	19	9	4	29	8
3	Levanto-me cansado (a) e sem disposição para realizar o meu trabalho	31	14	11	10	3
4	Envolve-me com facilidade nos problemas dos outros	37	12	11	7	2
5	Trato algumas pessoas com muita proximidade	7	8	8	14	32
6	Tenho que desprender grande esforço para realizar minhas tarefas diárias	28	16	8	7	10
7	Acredito que eu poderia fazer mais pelas pessoas assistidas por mim	11	14	10	7	27
8	Sinto que meu salário é desproporcional às funções que executo	9	9	10	6	35

9	Sinto que sou uma referência para as pessoas que lido diariamente	10	7	9	8	34
10	Sinto-me com pouca vitalidade, desanimado (a)	21	19	11	13	5
11	Não me sinto realizado(a) com meu trabalho	41	7	8	6	7
12	Não sinto mais tanto amor pelo meu trabalho como antes	43	10	4	7	4
13	Não acredito mais naquilo que realizo profissionalmente	50	7	5	5	2
14	Sinto-me sem forças para conseguir algum resultado significante	49	10	3	5	2
15	Sinto que estou no emprego apenas por causa do salário	51	8	5	3	2
16	Tenho me sentido mais estressado(a) com as pessoas que atendo	25	20	8	13	3
17	Sinto-me responsável pelos problemas das pessoas que atendo	38	10	6	7	7
18	Sinto que as pessoas me culpam pelos seus problemas	48	7	6	5	3
19	Penso que não importa o que eu faça nada vai mudar no meu trabalho	47	9	3	5	5
20	Sinto que não acredito mais na profissão que exerço	51	7	1	9	1
Totais		63	22	13	18	16
		4	5	9	2	

Resultado final = 47

Fonte: Dados coletados do autor

De acordo com o questionário Maslach Burnout Inventory (MBI), a indicação para Burnout (IB) se dá quando o resultado é alto para Exaustão Emocional (EE) e para Despersonalização (DE) e baixa para Realização Profissional (RP). O alto risco para Burnout (AR) se analisa quando o alto grau para (EE) e (RP). E baixo risco para

Burnout (BR) quando as pontuações são contrárias às indicações da tabela base do GEPEB.

Tabela 4
Exaustão Emocional (EE) (1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16, 20)

	Nunca	Raras Vezes	Moderadamente	Frequentemente	Assiduamente
1-Sinto-me esgotado (a) emocionalmente em relação ao meu trabalho	18	22	8	16	4
2-Sinto-me excessivamente exausto ao final da minha jornada de trabalho	19	9	4	29	8
3-Levanto-me cansado (a) e sem disposição para realizar o meu trabalho	31	14	11	10	3
6-Tenho que desprender grande esforço para realizar minhas tarefas laborais	28	16	8	7	10
8-Sinto que meu salário é desproporcional às funções que executo	9	9	10	6	35
13-Não acredito mais naquilo que realizo profissionalmente	50	7	5	5	2
14-Sinto-me sem forças para conseguir algum resultado significativo	49	10	3	5	2
16-Tenho me sentido mais estressado (a) com as pessoas que atendo	25	20	8	13	3
20 Sinto que não acredito mais na profissão que exerço	51	7	1	9	1
Totais =	280	114	58	100	68

Resultado = 620

Fonte: Dados coletados do autor

Tabela 5
Despersonalização (DE) (5, 10, 11, 15)

	Nunca	Raras Vezes	Modera- damente	Frequen- temente	Assidu- amente
5 - Trato algumas pessoas como se fossem minha família	7	8	8	14	32
10 - Sinto-me com pouca vitalidade, desanimado (a)	21	19	11	13	5
11 - Não me sinto realizado (a) com o meu trabalho	41	7	8	6	7
15 - Sinto que estou no emprego apenas por causa do salário	51	8	5	3	2
Totais	120	42	32	36	46

Resultado = 276

Fonte: Dados coletados do autor

Tabela 6
Realização Profissional (RP) (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19)

	Nunca	Raras Vezes	Modera- damente	Frequen- temente	Assidu- amente
4 - Envolver-me com facilidade nos problemas dos outros	37	12	11	7	2
7 - Acredito que eu poderia fazer mais pelas pessoas assistidas por mim	11	14	10	7	27
9 - Sinto que sou referência para as pessoas que lido diariamente	10	7	9	8	34
12 - Não sinto mais tanto amor pelo meu trabalho como antes	43	10	4	7	4
17 - Sinto-me responsável pelos problemas das pessoas que atendo	38	10	6	7	7
18 - Sinto que as pessoas me culpam pelos seus problemas	48	7	6	5	3

19 - Penso que não importa o que eu faça nada vai mudar no meu trabalho	47	9	3	5	5
---	----	---	---	---	---

Totais	234	69	49	46	82
--------	-----	----	----	----	----

Resultado = 480

Fonte: Dados coletados do autor

As dimensões avaliadas de acordo com Jimenes, et al (2002), avaliam-se nas frequência das respostas dos pesquisados, nas dimensão Exaustão Emocional (EE) entende-se como a fadiga e a perda dos recursos emocionais, na dimensão Despersonalização (DE) a indiferença e na dimensão Realização Pessoal (RP) na eficácia percebida no desenvolvimento do próprio trabalho.

Entre os sintomas somáticos (físicos) são avaliados quando se questiona exaustão, dores de cabeça, disfunção sexual, fadiga, os sintomas psicológicos avalia-se a irritabilidade, quando depressivo, ansiedade, inflexibilidade e nos sintomas comportamentais evita os alunos, fazer contato visual, adjetivos depreciativos e resiste a mudanças, conforme Jbeli (2008).

Tabela 7
Tabela de resultados

Resultados Finais	
EE – Exaustão Emocional	620
DP – Despersonalização	276
RP – Realização Profissional	480

Fonte: Dados coletado pelo autor

No questionário de sintomas pode-se demonstrar de acordo com a tabela abaixo que a maioria dos pesquisados nunca apresentou perda ou excesso de apetite (32%), dor no peito (46%), dificuldade de adaptação (54%), dificuldade com o sono (36%), dificuldade sexual (45%), erupções na pele (55%), fadiga generalizada (46%), pequenas infecções (43%), sentimentos de baixa estima (46%), aumento no consumo de bebidas ou cigarros (86%), problemas gastrointestinais (38%), necessidade de isolar-se (57%), problemas alérgicos (62%), estado de aceleração contínua (48%), pressão arterial alta (61%), dificuldade em controlar a agressividade (48%).

Os professores pesquisados raras vezes apresentaram sintomas como: dores no ombro ou nuca (33%), irritabilidade (33%), sentiu-se sem vontade de começar nada (45%), dor de cabeça (39%), pouca vontade de comunicar-se (42%), dificuldade de memória ou concentração (49%), perda de senso de humor (48%), gripes e resfriados

(52%), perda do desejo sexual (45%), problema de voz (35%), pouca satisfação nas relações sexuais (41%) e cansaço rápido (35%).

Moderadamente os sintomas apresentam sentimento de cansaço mental (35%) e pouco tempo para si mesmo (30%). Os sintomas se apresentam com baixa frequência assiduamente.

Mas através do questionário pode-se observar índices que chamam atenção ao efetuar a soma de alguns resultados como: irritabilidade se apresenta de forma moderadamente (28%), frequentemente (22%) e assiduamente (3%), totalizando (53%) dos entrevistados. Outro resultado que chama atenção é dor de cabeça que moderadamente se apresenta em (33%) e frequentemente (16%) dos pesquisados, totalizando (49%), gripes e resfriados moderadamente (13%) e frequentemente (14%), totalizando (27%), sentimento de cansaço mental moderadamente (35%), frequentemente (19%), assiduamente (4%), totalizado (58%), dores no ombro e nuca moderadamente (23%), frequentemente (23%) e assiduamente (3%), totalizando (49%), o que mais chama atenção é o pouco tempo para si mesmo moderadamente (22%), frequentemente (30%) e assiduamente (10%), totalizando (62%), estado de aceleração contínua moderadamente (17%), frequentemente (10%), assiduamente (4%), totalizando (31%), cansaço rápido moderadamente (25%), frequentemente (17%), e assiduamente (6%), totalizando (48%).

TABELA 8
Questionário de Sintomas

Assinalar a frequência		N		RV		M		F		A	
Nº	Sintomas em sua vida diária	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
1	Dores no ombro ou nuca	12	17	23	33	16	23	16	23	2	3
2	Irritabilidade	10	14	23	33	19	28	15	22	2	3
3	Perda ou excesso de apetite	22	32	21	30	16	23	5	7	5	7
4	Sentir-se sem vontade de começar nada	24	35	31	45	8	12	5	7	1	1
5	Dor de Cabeça	8	12	27	39	23	33	11	16	0	0
6	Pouca vontade de comunicar-se	25	36	29	42	10	14	5	7	0	0
7	Dor no peito	32	46	22	32	12	17	2	3	1	1

8	Dificuldade de adaptação	37	54	21	30	9	13	2	3	0	0
9	Dificuldade com o sono	25	36	23	33	10	14	8	12	3	4
10	Sentimento de cansaço mental	10	14	19	28	24	35	13	19	3	4
11	Dificuldade sexual	31	45	25	36	8	12	4	6	1	1
12	Pouco tempo para si mesmo	7	10	19	28	15	22	21	30	7	10
13	Erupções na pele	38	55	18	26	11	16	1	1	1	1
14	Fadiga generalizada	32	46	20	29	13	19	3	4	1	1
15	Pequenas Infecções	30	43	28	41	6	9	3	4	2	3
16	Sentimentos de baixa estima	32	46	24	35	9	13	1	1	3	4
17	Aumento no consumo de bebidas ou cigarros	59	86	5	7	4	6	0	0	1	1
18	Dificuldade de memória ou concentração	17	25	34	49	11	16	4	6	3	4
19	Problemas Gastrointestinais	26	38	22	32	10	14	7	10	4	6
20	Necessidade de isolar-se	39	57	21	30	3	4	5	7	1	1
21	Problemas Alérgicos	43	62	10	14	6	9	7	10	3	4
22	Estado de aceleração contínua	33	48	14	20	12	17	7	10	3	4
23	Pressão alta	42	61	17	25	6	9	4	6	0	0

24	Perda de senso de humor	22	32	33	48	11	16	2	3	1	1
25	Gripes e resfriados	14	20	36	52	9	13	10	14	0	0
26	Perda do desejo sexual	23	33	31	45	8	12	5	7	2	3
27	Problemas de voz	20	29	24	35	9	13	11	16	5	7
28	Pouca satisfação nas relações sexuais	27	39	28	41	10	14	2	3	2	3
29	Dificuldade em controlar a agressividade	33	48	27	39	8	12	1	1	0	0
30	Cansaço rápido	12	17	24	35	17	25	12	17	4	6
TOTALIS		78		69		33		19		61	
		5		9		3		2			

Fonte: Dados coletado pelo autor

Os resultados obtidos por Almeida (2014) com o questionário de sintomas sobre os riscos no qual os professores das escolas Estaduais de Leopoldina –MG possuem para desenvolver a Síndrome de Burnout, ficou diferente dos resultados do grupo de professores pesquisados de Sorriso. De acordo com a pesquisa de Leopoldina o índice de quem nunca teve dor no peito é de (67%), de que nunca apresentou erupções na pele foi (72%), fadiga generalizada, problemas gastrointestinais e problemas alérgicos obtiveram o mesmo índice (56%).. Esse grupo de professores respondeu que Raras vezes sentiram vontade de fazer nada (72%), raras vezes perderam o senso de humor (67%), gripes e resfriados (67%), cansaço rápido foi (56%). E moderadamente responderam irritabilidade (44%), sentimento de cansaço mental (22%) e tempo para si mesmo (22%), dor de cabeça (39%), mesmo índice dos professores pesquisados de Sorrisos.

Na análise desse estudo no questionário (MBI) a soma de pontos respondidos pelos professores foi Exaustão Emocional-EE (315), Despersonalização-DE (129) e Realização Profissional – RP (646), mostrou como risco médio para a Síndrome de Burnout, indicando que há risco nos professores da rede estadual de Leopoldina – MG.

Como o objetivo principal deste artigo buscou investigar de forma preliminar através da pesquisa de campo a identificação da Síndrome de Burnout nos professores lotados na região leste do município e os objetivos específicos verificarem se os professores estão atentos ao seu bem estar físico e à preservação da doença,

e a compreensão sobre a Síndrome de Burnout, sendo uma das causas o ritmo de trabalho dos professores, pode se chegar a seguinte conclusão em relação ao grupo pesquisado.

CONCLUSÃO

A análise dos resultados da pesquisa de campo respondem aos objetivos da pesquisa de buscar preliminarmente a possibilidade de identificação da Síndrome de Burnout nos professores da Região Leste do município de Sorriso-MT, de verificar se eles estão atentos ao seu bem estar físico e obter a compreensão da Síndrome de Burnout.

As adversidades que os professores enfrentam no espaço escolar, o predomínio do cansaço mental, emocional, depressão, reduzem seu rendimento laboral, mudam de conduta e mostram que sofrem de Burnout, informações confirmadas através do score obtido na soma dos resultados do Questionário Preliminar de Identificação da Burnout, o qual totalizou 47 pontos, indicando para a fase inicial da Burnout, direcionando para a procura de ajuda profissional.

Nas dimensões avaliadas o grupo apresentou alto índice para a dimensão Exaustão Emocional (620) e Despersonalização (276) e baixo índice para a dimensão Realização Profissional (480), com esses resultados de forma preliminar à indicação para Burnout no grupo de professores pesquisados.

Vários foram os sintomas respondidos em elevados percentuais que levam ao resultado apresentado como: irritabilidade, cansaço mental, pouco tempo para si mesmo, a não prática de exercícios físicos. Em face disto, considera-se de grande importância novos estudos, para abordagens específicas sobre a vida sedentária respondida pelos professores ou seguir a pesquisa a partir desta.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, TÁSSIA B. **Síndrome de Burnout em professores das escolas estaduais de Leopoldina -MG**; 2014. Disponível em: http://arquivos.5gsistemas.com.br/PosRedentor/arquivos/conteúdo_542b196b56d1e.pdf. Acesso em 28 de mai 2017.

BENEVIDES-PEREIRA, A.M.T. **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador**. São Paulo: Casa do Psicólogo: 2002.

BORGES LO, ARGOLO JCT, PEREIRA ALS, MACHADO EAP, SILVA WS. **A síndrome de Burnout e os valores organizacionais**: Um estudo comparativo em hospitais universitários. *Psicologia: Reflexão e Crítica* 2002; 15(1):189-200

CABALLERO , L. & MILLAN, J. (1999). **La aparición del síndrome del Burnout o de estar que-mado**. *Bulleti bimestral de comunicació interna*. Secretaria General d'administració i funció Pública, 2, Abril.

CARVALHO, M. P. **Educação**. São Paulo, Xamã, 1999.

CORSI, J. **El síndrome "Burnout". Síndrome de estrés crônico em profissionais que trabajan em el campo de la violencia familiar**. Disponível em: http://www.fempres.cl/219/revista/219_burnout.html. Acesso em 20 abr. 2002.

FLORES, Luiz P. O. **O perfil da vida ativa para o trabalho da população paulista (2000 – 2010)**. São Paulo. 2015. Disponível em http://www.seade.gov.br/wp-content/uploads/2015/02/primeira_analise_n22.pdf. Acesso em: 15 de jun 2017.

GUTIÉRREZ, J. **Estrés en los trabajadores de la salud**. British American Journal, 2000.

JBEILI, C. **Burnout em professores: identificação, tratamento e prevenção**. Rio de Janeiro. 2008. Disponível em: <http://www.saudedoprofessor.com.br/Burnout/Arquivos/cartilha.pdf>. Acesso em: 05 de fev. 2014.

JIMENEZ, B.M. HERNADEZ, E.G. GALVEZ, M. GONZALEZ, J.L. PEREIRA, A.M.T.B. **A Avaliação do Burnout em Professores. Comparação de Instrumentos: CBP-R e MBI-ED. Psicologia em Estudo**. Maringá. v.7. 2002

LIPP, Marilda Novaes. **O stress do professor** – Campinas, SP: Papyrus, 2002, pag. 122.

MARCONI, M. D. A.; LAKATOS, E. M. **Técnicas de pesquisa: planejamento e execução de pesquisas, amostragens e técnicas de pesquisas, elaboração, análise e interpretação de dados**. 3.ed. São Paulo: Atlas, 1996.

MASLACH, C.; SCHAUFELI, W.B. & LEITER, M. P. (2001). **Job burnout**. *Annual Review Psychology*, 52, 397-422.

MASLACH, C. SCHAUFELI, W. & MAREK, T. (1993). **Professional Burnout" Recent Development in Theory and Research**. Taylor & Francis. Mc CORNELL, E (1982). **Burnout in the Nursing Profession**. St. Louis: Mosby Company. S.A.

Agradecimentos

Agradeço a Deus, pela conquista e pela oportunidade que a vida me ofereceu e acolhi, um processo de formação para que eu possa formar novas concepções sociais...

Agradeço aos educadores por mostrar que ensinar é muito mais que transmissão de conhecimento e instigar conhecimento, é respirar conhecimento, é viver o mundo maravilhoso do conhecimento...

Agradeço a minha família que esteve sempre muito próxima de mim, em palavras, em motivação, em amor para que eu sempre seguisse...

Agradeço aos amigos pelo companheirismo ...

19/06/2017