

A IMPORTÂNCIA DA DIVULGAÇÃO SOBRE A SÍNDROME DE BURNOUT ENTRE OS PROFESSORES DO ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS E FINAIS NA CIDADE DE PONTA GROSSA

Andressa Lopes Trindade¹
Aline GabrieliBarandrecht²
Lilian Schuber³

RESUMO

A proposta inicial deste artigo, é trazer a discussão de extrema importância, ao conhecimento de profissionais de todas as áreas, como também, servir como meio de divulgação e informação a respeito da Síndrome de Burnout entre os Professores dos anos iniciais e finais do Ensino Fundamental de escolas públicas da cidade de Ponta Grossa-PR. A presente pesquisa teve maior relevância, quando deparou-se com a pouca informação e o pouco conhecimento por parte dos docentes em relação a síndrome, após a realização e aplicação de questionários aos Professores de ensino da rede pública. São inúmeros fatores e agravantes que podem causar a síndrome de Burnout, como também, pode ser confundida com outros problemas de saúde mais graves, mas que provavelmente foram originados por ela. Pode-se dizer que a Síndrome de Burnout é uma doença silenciosa, porém causada por um conjunto de fatores que juntos podem causar sérios danos ao profissional. Caso agravadas as situações e os níveis da doença podem desencadear inúmeros distúrbios, como por exemplo, depressão, problemas cardiovasculares, gastrointestinais, entre outros. Cabe a cada profissional buscar informações e procurar melhor compreender os sinais e sintomas da síndrome, como também, às instituições de ensino em acender a lâmpada de emergência e estar atentos aos indícios de aparecimento da doença, nos professores. Como toda e qualquer enfermidade, quanto mais cedo procurar por tratamento adequado, mais rápido o profissional terá chances de melhoria e cura.

Palavras chaves: Síndrome de Burnout, Professores, Ensino Fundamental, Depressão, Tratamento.

INTRODUÇÃO

A síndrome de Burnout não é muito conhecida no ambiente escolar, sendo seus sintomas muitas vezes confundidos com outras doenças. Favorecer a divulgação de suas causas e efeitos bem como o respaldo legal para os docentes foi o que motivou o desenvolvimento do artigo. O conhecimento obtido através de informações a respeito do assunto pode auxiliar aos profissionais em suas práticas docentes, como também, favorecer um diagnóstico rápido e um tratamento adequado, evitando o afastamento das suas atividades.

Desta maneira este estudo teve como objetivo geral investigar o nível de conhecimento que esses docentes têm sobre a Síndrome de Burnout e, como objetivos específicos, foram determinados: o realizar de um levantamento a respeito do conhecimento dos professores sobre

¹ Acadêmica do Curso de Pedagogia da Faculdade Sagrada Família – andressalopestrindade@hotmail.com

² Acadêmica do Curso de Pedagogia da Faculdade Sagrada Família – alinebarandrecht@gmail.com

³ Professor Orientador do Curso de Pedagogia da Faculdade Sagrada Família – lilianschuber@gmail.com

a Síndrome de Burnout e relacionar os principais fatores, que causam o estresse emocional e físico enfrentados nas atividades desenvolvidas pelos professores de ensino fundamental.

Ao longo da pesquisa e do levantamento bibliográfico foi possível chegar à conclusão que há pouca divulgação sobre a síndrome de Burnout, e muitos professores que apresentam os sintomas de estresse e depressão, não tem clareza sobre a síndrome e demoram para ir em busca de um tratamento apropriado. É preciso realizar um acompanhamento com os professores, contribuindo para a sua qualidade de vida no trabalho

Por esses motivos definiu-se como problemática aplicada à pesquisa qual o índice de professores afastados de sala de aula, por motivos diversificados e pouco caracterizados com a síndrome de Burnout? Pautada nos seguintes questionamentos: sobre a caracterização da síndrome de Burnout, quais são os fatores desencadeadores e os principais sintomas que o portador pode apresentar? Quais os fatores mais estressantes na profissão do professor?

Essas e tantas outras indagações trazem à tona algo a melhorar não tão somente a qualidade de vida dos profissionais da área como também a qualidade do ensino aos alunos e minimizar os problemas agravantes de situações extremas por atitudes impensadas e por vezes atribuídas ao cansaço físico e mental do profissional da educação. Sem um diagnóstico preciso e correto, que seja capaz de mudar o cenário das condições expostas do profissional e de todos os envolvidos, direta ou indiretamente ao processo de ensino-aprendizagem, torna difícil a melhoria esperada, como também, tardia a solução desejada.

METODOLOGIA

O desenvolvimento do artigo foi embasado sob o ponto de vista de sua natureza básica, sendo explicado por Prodanov e Freitas (2013, p.51) “Objetiva gerar conhecimentos novos, úteis para o avanço da ciência, sem aplicação prática prevista. Envolve verdades e interesses universais”. Ou seja, não exige comprovações através de práticas, mas traz conhecimento através de verdades úteis e de interesses múltiplos, sempre visando a melhoria da ciência e como consequência informar e acrescentar em novos estudos.

Desta maneira, a pesquisa se caracteriza também como exploratória, como afirma Gil (2008, p.27) “As pesquisas exploratórias têm como principal finalidade desenvolver, esclarecer e modificar conceitos e ideias, tendo em vista a formulação de problemas mais precisos ou hipóteses pesquisáveis para estudos posteriores”. Sempre na visão de aprimorar e servir como fonte de dados a pesquisas posteriores, este estudo proporcionará melhorias em relação a informação e ao esclarecimento acerca do assunto.

O embasamento teórico foi, caracterizado como bibliográfico, como cita Fonseca (2002, p. 32) “A pesquisa bibliográfica é feita a partir do levantamento de referências teóricas já analisadas, e publicadas por meios escritos e eletrônicos”. E como documental, que segundo Gil (2008, p.51) “A pesquisa documental assemelha-se muito à pesquisa bibliográfica. A única diferença entre ambas está na natureza das fontes”.

A pesquisa desenvolvida foi qualitativa, que busca identificar e analisar os dados por meio de conceitos e ideias como afirma Minayo (1995, p.21-22):

A pesquisa qualitativa responde a questões muito particulares. Ela se preocupa, nas ciências sociais, com um nível de realidade que não pode ser quantificado, ou seja, ela trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis.

Em outras palavras, este trabalho não expõe números ou quantidades, mas sim, qualifica as informações obtidas, como também demonstra através dos dados colhidos valores e informações a acrescentar em estudos futuros e servir como fonte de conhecimento aos leitores e observadores que buscam pelo assunto.

O QUE É A SINDROME DO BOURNOUT

Os primeiros estudos sobre a síndrome de Burnout ou síndrome de esgotamento, foram desenvolvidos pelo psicanalista Herbert J. Freudenberge em 1974 onde foi denominado pelo verbo em inglês “toburn out” que significa queimar-se por completo ou consumir-se.

A organização Internacional do Trabalho (OIT) considera o serviço exercido pelo docente como uma das funções mais estressantes do mercado, e com uma forte incidência dos fatores que influenciam e contribuem para a ocorrência da Síndrome de Burnout (SB) Gil Monte (2005, apud CARLOTTO et. al, 2015).

A SB ocorre aos professores devido a uma mescla combinação de fatores, que podem ser de origem individual, organizacional e/ou social que podem fazer o indivíduo desenvolva uma percepção negativa sobre si mesmo e sinta-se profissionalmente desvalorizado (ARAÚJO et al., 2017). A SB vem sendo melhor estudada e diagnosticada, pois além das possíveis causas citadas, pode ser relacionada também, ao resultado da pressão psicológica sofrida, por exemplo, a exigências como o aumento de produtividade e a maior carga horária trabalhada.

Em sua principal e mais direta definição, quem possui a Síndrome de Burnout é uma pessoa que se tornou física/emocionalmente esgotada. Pode ser considerada também, como uma

pessoa depressiva, pois possui sintomas parecidos com a depressão. Ambas as definições podem ser deduzidas, o que as diferencia é a demora em buscar um tratamento adequado. Como diz Carlloto (2002 p. 23) “A definição mais aceita do Burnout é a fundamentada na perspectiva social-psicológica de Maslach e colaboradores, sendo esta constituída de três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal no trabalho”.

A SB é comparada como sendo um acidente de trabalho, pois, o empregador é responsabilizado com a qualidade do ambiente de trabalho, e conseqüentemente pela integridade da saúde física e mental dos seus funcionários.

PRINCIPAIS SINTOMAS QUE PODEM DESENCADear A SÍNDROME DE BURNOUT

A escola e o professor cumprem papel importantíssimo na socialização do indivíduo, por isso, o bom desempenho das atividades docentes depende das condições emocionais favoráveis a tal ato. O papel do educador, como em tantas outras figuras de referência no crescimento e na aprendizagem dos indivíduos, é ser um bom exemplo com suas atitudes, no seu caráter e na maneira de tratar o próximo. O ato de lecionar é uma tarefa complexa, árdua, que exige do profissional muita dedicação, como também certo desprendimento. As recorrentes mudanças sofridas no sistema público de educação, inúmeras vezes podem gerar nesses profissionais sentimentos de mal-estar e impotência (CARLOTTO, 2006).

Maslach (2001 apud CARLOTTO, 2002) afirma que os sinais mais comuns da Síndrome de Burnout é o cinismo, tratado como um tipo de sentimento negativo; o desgaste físico e psicológico; o sentir-se deprimido e cansado; a falta de consciência em perceber sua eficácia profissional, pois sente-se incompetente e possui pensamentos negativos, como no realizar de seu trabalho, nunca será bem feito, em sua cabeça.

Inúmeros são os fatores causadores desse estágio de saúde, podem ser por falta de motivação, a excessiva preocupação com o trabalho principalmente nos momentos de lazer, significando que seu trabalho está interferindo em suas habilidades, causando os estresses do seu dia a dia; insatisfações com sua vida profissional e familiar; a ansiedade, a tensão e a preocupação; o isolamento e a agressividade. Pereira (2006) afirma que “O indivíduo, nessa situação, tem o sentimento de que está no limite das suas possibilidades e se imagina incapaz de recuperação. Torna-se intolerante, irritável, nada generoso, insensível, de comportamento rígido. Isola-se dos colegas e clientes”.

FATORES ESTRESSANTES NA PROFISSÃO DO PROFESSOR

Quando se trata da síndrome de Burnout na abordagem da atividade docente, vários fatores podem ser levados em conta. As tarefas cognitivas realizadas pelo professor, as longas jornadas de trabalho, o estresse do dia a dia, o não reconhecimento por parte dos governantes e da sociedade, A falta de respeito dos alunos, os baixos salários podem levar o docente a ter problemas de saúde, como cita freire:

No caso específico da educação, os trabalhadores mais afetados são os professores. Estes passam a apresentar danos ao seu plano de aula nas relações de ensino – aprendizagem, aspectos cognitivos, virando frequentemente ausente na sala de aula, entre outras situações irá gradualmente se manifestando (FREIRE, 2015, p.3).

Segundo Reinhold (2002 apud PEREIRA, 2006), a fase do idealismo é quando o profissional tem grande entusiasmo e energia. Já no realismo o professor começa a ter frustração quando percebe que suas ideias não correspondem à realidade. Em seguida vem o cansaço e a desilusão levando o professor a se questionar quanto a sua competência. Quando tem aquele entusiasmo inicial já passa e dá lugar à fadiga crônica, passando para a fase de estagnação e frustração ou quase-Burnout, aí começam a parecer alguns sintomas como irritabilidade, atrasos e faltas, em seguida vêm à apatia e Burnout total, esse é o momento que o professor começa a sentir o desespero e dá início a uma depressão.

Já no momento do fenômeno fênix, que significa renascer das cinzas, o que nunca acontece, o professor começa o processo de desistir de tudo, sente ansiedade e tem falta de autoestima no seu ambiente de trabalho, nestes casos, não buscam por um tratamento ou mesmo esperam por sua recuperação (REINHOLD, 2002 apud PEREIRA, 2006).

RESULTADO E DISCUSSÃO

O objetivo desse artigo foi analisar se os professores e os gestores escolares têm conhecimento sobre a síndrome de Burnout. A pesquisa foi desenvolvida em duas escolas públicas do Ensino Fundamental dos anos iniciais e finais da Cidade de Ponta Grossa – PR. Foi aplicado um questionário a dez profissionais, porém apenas quatro foram devolvidos respondidos. O questionário estava composto por sete questões descritivas e duas objetivas, destas três questões foram direcionadas aos gestores das instituições escolares que foram nominados G1 e G2 e sete questões aos professores que foram nominados P1, P2, P3 e P4.

A primeira questão abordou: O que você conhece sobre a síndrome de Burnout? As respostas obtidas foram:

- P1: *“Sim, é um esgotamento físico e mental causado pela vida profissional”*.
P2: *“Já ouvi falar que é uma doença que afeta aos professores”*.
P3: *“Pelo pouco que sei é como depressão”*.
P4: *“Desconhecia, fui pesquisar e soube o que é esgotamento profissional”*.

Observamos que todas as respostas indicaram que os professores identificam alguns dos principais sintomas relacionados com a síndrome de Burnout, como por exemplo, depressão e esgotamento físico e mental. E melhor ainda possuem algum tipo de informação e conhecimento pelo assunto, não são totalmente leigos, mesmo que uma das pesquisadas, só procurou por informação no momento em que foi indagada a respeito, essa profissional tem condições de buscar por informações melhores e inteirar-se do assunto. Nesta perspectiva a respeito da síndrome de Burnout, em que se refere as principais dimensões da doença, Carlotto (2002, p.23), analisa:

Atualmente, a definição mais aceita do Burnout é a fundamentada na perspectiva social-psicológica de Maslach e colaboradores, sendo esta constituída de três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal no trabalho.

No segundo questionamento os professores deveriam reconhecer os fatores que desencadeiam a síndrome. As respostas foram as seguintes:

- P1: *“O trabalho excessivo por parte dos professores”*.
P2: *“A agitação do cotidiano, situações mal resolvidas”*.
P3: *“Estresse do dia a dia”*.
P4: *“Excesso de trabalho, sofrimento psicológico”*.

Todas as respostas demonstraram que os professores reconhecem alguns dos fatores que podem desencadear a síndrome como por acontecimentos recorrentes do seu dia a dia, o trabalho excessivo, a falta de valorização por parte da sociedade e do meio político, como afirma Silva e Carlotto (2003, p.145): “–Baixos salários, escassos recursos materiais e didáticos, classes superlotadas, tensão na relação com alunos, excesso de carga horária, inexpressiva participação nas políticas e no planejamento institucional e falta de segurança no contexto escolar”, todas essas são possíveis causas do desenvolvimento da síndrome de Bournout.

A questão três investigou sobre o nível de conhecimento que os professores detêm sobre a síndrome de Burnout e se ela pode ser prevenida, neste questionamento as respostas foram as seguintes:

P1: *“Sim, se os professores fossem melhor remunerados poderiam diminuir sua carga horária”.*

P2: *“Valorizando o profissional, para que este se sinta bem acolhido no seu trabalho”.*

P3: *“Sim, tratamento”.*

P4: *“Sim, mudanças nos hábitos, evitar pessoas que te deixem mais para baixo, ficar mais tempo com a família, praticar esportes”.*

Dentre as respostas obtidas, pode-se observar que os pensamentos são opostos quanto as medidas a serem tomadas para evitar ou prevenir o aparecimento da síndrome. Duas respostas se reportam a questão profissional, que a síndrome pode ser prevenida se houvesse maior valorização dos profissionais, tanto em terem seus direitos respeitados, como também. Melhor remunerados, pois o respeito e a valorização profissional faz com que os professores sintam maior motivação para continuar seu trabalho, tendo mais confiança em si mesmo, criando estratégias emocionais e cognitivas como Gil-Monte (2005 apud MAZON; CARLOTTO; CÂMARA, 2008, p.5)

Refere que os desgastes cognitivo e emocional são respostas ao estresse laboral e, em razão de seu caráter desagradável, o indivíduo tenta eliminar esse sentimento utilizando estratégias emocionais ou cognitivas. Para o autor, as pessoas que utilizam, com maior frequência, estratégias de caráter ativo ou centradas no problema possuem maior capacidade de prevenir o Burnout.

O quarto questionamento averiguou sobre a opinião dos professores sobre o que pode desencadear a Síndrome de Burnout, as respostas foram as seguintes:

P1: *“Trabalho excessivo e sobrecarga na função que vai além do ensinar”.*

P2: *“Responsabilizar-se por muitas atividades. Não ter lazer”.*

P3: *“Cansaço”.*

P4: *“Esgotamento mental pela indisciplina, precisa estar sempre chamando atenção quanto ao uso do celular, não fazem trabalhos e outros”.*

É fato conhecido de todos, que a carga de trabalho enfrentada pelos professores diariamente é extensa e cansativa, pois além do executar de suas atividades em sala de aula, o profissional leva para casa os planejamentos de aula e as correções. Nas atividades do dia a dia do professor o fator mais relevante de acordo com as respostas é o excesso da função, o cansaço gerado pela falta de disciplina dos alunos, que é capaz de transformar a situação em um esgotamento físico mental elevado, “Parte do pressuposto de que suas causas são uma combinação de fatores individuais, organizacionais e sociais, sendo que esta interação

produziria uma percepção de baixa valorização profissional, tendo como resultado o Burnout” (FARBER, 1999 apud CARLOTTO 2002, p. 24).

A quinta questão solicitou ao professor um relato sobre um dia difícil.

P1: “Dar aula a tarde para a mesma turma. Os alunos a tarde estão cansados, com sono, querem ir para casa. Ficam indisciplinados”.

P2: “Acredito que seja pontual não o dia todo, mas sim em momentos, você planeja uma aula interessante, chega toda animada, mas naquele dia o aluno mais danado resolve não fazer nada e como dizemos acaba com a sua aula tirando a atenção de todos”.

P3: “Dia onde se frustra por marcar avaliação, ou entrega de trabalho e os alunos não terem compromisso”.

P4: “O dia que não temos hora atividade”.

Foi possível observar que o cotidiano do professor é carregado de momentos de superação, pois ele se depara normalmente com a indisciplina, a falta de compromisso e interesse dos alunos o que leva aos professores desanimarem de suas atividades, realizando um momento ou uma aula cansativa e acarretando ao aumento do desejo de abandono. Reinhold (2002 apud PEREIRA 2006, p.94) considera um dia difícil, como: “É quando aparecem sintomas como irritabilidade, fuga dos contatos, atrasos e faltas. A seguir, vem a apatia e Burnout total, momento no qual o professor já experimenta desespero, auto estima corroída e até depressão. Pode perder o sentido do trabalho e até da vida. Nesse momento surge o desejo de abandonar o trabalho”.

Na sexta questão buscou-se por informações acerca do conhecimento que os professores tinham sobre colegas afastados de seus cargos devido ao diagnóstico de síndrome de Burnout. Apenas um dos entrevistados responderam que sim e os outros três que não sabiam as causas de afastamento de colegas. A falta de divulgação sobre a síndrome de Burnout entre os professores traz a dificuldade de reconhecimento da mesma. Como a síndrome é pouco conhecida e seus sintomas são semelhantes a depressão seu diagnóstico pode ser mais demorado, pois, “Em função da semelhança e do pouco conhecimento, por vezes, de alguns profissionais, muitos professores que se encontram afastados da sala de aula e são diagnosticados equivocadamente como portadores de depressão” (BENEVIDES-PEREIRA et. al., 2008, p. 4872).

Ao solicitar na sétima questão, que os professores assinalassem os sintomas que julgavam desencadear a síndrome de Burnout, teve três que responderam corretamente. Entre os principais sintomas, estão a:

Exaustão emocional, caracterizada por uma falta ou carência de energia, entusiasmo e um sentimento de esgotamento de recursos; despersonalização, que se caracteriza por tratar os clientes, colegas e a organização como objetos; e

(83) 3322.3222

contato@conedu.com.br

www.conedu.com.br

diminuição da realização pessoal no trabalho, tendência do trabalhador a se auto avaliar de forma negativa. As pessoas sentem-se infelizes consigo próprias e insatisfeitas com seu desenvolvimento profissional (SASLACH, SCHAUFELI E LEITER, 2001 apud CARLOTTO, 2002, p.23).

Sobre os sintomas da síndrome de Burnout apenas um errou a resposta por assinalarem como as causas da SB serem caracterizadas como erupções na pele, dores de cabeça, dores musculares, entre outros motivos que não caracterizam a doença, isto demonstra certa falta de conhecimento a respeito do assunto. Desta maneira, busca-se por reforçar a importância de divulgar sobre a SB, suas características para dar maior conhecimento aos profissionais de seus reais sintomas. Pithers (1995 apud MAZON; CARLOTTO; SHEILA 2008, p.4) afirma que:

Geralmente os estudos de Burnout têm se focado em variáveis organizacionais e contextuais. No entanto, pesquisadores sugerem que não necessariamente altos níveis de estresse levam o sujeito a desenvolver Burnout. Há pessoas que obtêm sucesso diante de determinados estressores e outras que se fragilizam e se tornam vulneráveis a desenvolver a síndrome. Neste sentido, torna-se importante explorar as características dos professores que os protegem desse agravo e as que os tornam mais vulnerável.

Em outras palavras os sintomas podem variar de pessoa a pessoa, como também seu jeito de ser e agir diante das situações adversas, por este motivo é necessário um acompanhamento detalhado de cada profissional que apresente alguns dos sintomas, como também, avaliar o conjunto de sintomas apresentados em um determinado período para ter certeza do diagnóstico, como também, esse diagnóstico de ser realizado por um profissional no assunto e na área, não é tão simples e rápido, além de poder fornecer um melhor tratamento com indicações médicas, caso necessário.

Das três questões aplicadas para os gestores das escolas, a primeira apresentada buscou dados sobre quantos professores estão afastadas do ambiente escolar por causa do estresse ou depressão? As respostas obtidas foram:

G1: *“Na nossa escola não tem nenhum afastamento por esse motivo”.*

G2: *“Não tenho os dados exatos, mas acredito que sejam 2”.*

Através dos relatos expostos nota-se que existe ainda, muita falta de informação sobre os motivos dos afastamentos dos colegas e que existe pouco conhecimento sobre a síndrome de Burnout no ambiente escolar, e que pouco as Instituições conhecem e provavelmente divulgam a respeito. Quando é dado um diagnóstico da SB o professor precisa se afastar das suas atividades para iniciar o tratamento como diz Diehl (2013, p.8):

Aponta-se a necessidade de esclarecimento sobre os sintomas e sinais da SB ao trabalhador, assim como aos profissionais de saúde, para seu correto diagnóstico. Orienta-se também pensar e planejar medidas de intervenção eficazes principalmente informativas sobre seus fatores de risco, possibilidades de afastamento para tratamento e compensação financeira.

A segunda pergunta, direcionada aos gestores das instituições foi qual é o conhecimento da equipe pedagógica sobre a síndrome de Burnout?

G1: *“É uma doença causada pelo excesso de trabalho”*.

G2: *“Conhecimento superficial”*.

Tornou-se ainda mais evidente, a falta de conhecimento a respeito da SB. O excesso de trabalho pode provocar diversas enfermidades de caráter psicológico ou físico, não somente a SB. A falta de conhecimento sobre a síndrome de Burnout no ambiente escolar pode trazer um déficit muito grande à realização do trabalho do professor que possui a síndrome e não é identificada. Alguns dos motivos que podem acarretar diretamente na produtividade do professor, conseqüentemente no ensino-aprendizagem dos alunos, são a falta de prazer em fazer um bom trabalho e a desmotivação, podendo prejudicar seu desempenho em sala de aula, como Carlotto (2002, p. 25) cita:

Burnout em professores é um fenômeno complexo e multidimensional resultante da interação entre aspectos individuais e o ambiente de trabalho. Este ambiente não diz respeito somente à sala de aula ou ao contexto institucional, mas sim a todos os fatores envolvidos nesta relação, incluindo os fatores macrossociais, como políticas educacionais e fatores sociohistóricos.

A terceira questão, direcionada aos gestores, investigou se há interesse por parte da direção em divulgar para sua equipe a síndrome de Burnout? Eles foram unânimes em responder que sim, pois existem profissionais que podem estar apresentando os sintomas e ainda não identificaram a síndrome. A divulgação sobre os sintomas da síndrome de Burnout e os direitos legais dos portadores é muito importante para realizar o tratamento, além de claro precisar de afastamento imediato de suas atividades, esta previsão se encontra no art. 59 da Lei 8213/91. Se diagnosticado o trabalhador tem direito ao auxílio-doença acidentário, a síndrome de Burnout é o nexa causado pelo esgotamento físico e mental com o trabalho. O afastamento das atividades pode ser determinado por período superior a 15 dias consecutivos (BRASIL, 1991).

Para Carlotto e Palazzo (2006, p. 1021) “os professores não evidenciam a percepção dos fatores de estresse que envolvem questões institucionais e relacionais, como participação em políticas e falta de suporte de coordenação e colegas”.

Os levantamentos realizados confirmaram que a divulgação sobre a síndrome de Burnout para toda a equipe pedagógica é importante, pois traz um conhecimento que pode ajudar a precaução da síndrome e até mesmo propor um tratamento em fase inicial, podendo assim prevenir o afastamento do docente das suas atividades. Como é uma síndrome pouco conhecida por todos é preciso que ocorram mais estudos sobre a SB, como também maior divulgação sobre o que pode se prevenir e quais os tratamentos, obter um ambiente mais saudável e de qualidade para se trabalhar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir do estudo desenvolvido foi possível reconhecer a importância da divulgação sobre a Síndrome de Burnout entre os professores, pôde-se identificar que é um assunto pouco conhecido no ambiente escolar devido à falta de divulgação entre os professores e gestores.

Entre os principais fatores estressantes nas atividades desenvolvidas pelos professores no ensino fundamental foram identificados que o excesso de trabalho, a falta de reconhecimento, a indisciplina dos alunos, são os mais citados e que podem ser responsáveis pelo desencadeamento da Síndrome de Burnout entre os professores.

A exaustão física e mental decorrente desses fatores pode levar o professor a níveis de estresse e depressão acarretando o afastamento de suas atividades.

Deste modo torna-se importante a divulgação sobre a SB, não só no ambiente escolar mais em todas as profissões, podendo prevenir e reconhecer seus sintomas na fase inicial, para iniciar o tratamento correto, diminuindo o afastamento dos profissionais.

REFERÊNCIAS

BRASIL, Presidência da República. Casa Civil. Subchefia para Assuntos Jurídicos. **Lei nº 8.213, de 24 de julho de 1991**. Dispõem sobre os Planos de Benefícios da Previdência Social e dá outras providências. Disponível em:

<http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/18213cons.htm> Acesso em: set. 2019.

BENEVIDES-PEREIRA, Ana Maria Teresa; YAEGASHI, Solange Franci Raimundo; ALVES, Iraí Cristina Boccato; LARA, Silvana de. O trabalho docente e o burnout: um estudo em professores paranaenses. **Anais..** Curitiba, PR: Pontifícia Universidade Católica do Paraná, 2008. Disponível em: <https://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2008/550_775.pdf> Acesso: ago. 2019.

CARLOTTO, Mary Sandra. **A síndrome de Burnout e o trabalho docente**. *Psicol. estud.* [online]. 2002, vol.7, n.1, pp.21-29. ISSN 1413-7372. Disponível: <<http://www.scielo.br/pdf/pe/v7n1/v7n1a03.pdf>> Acesso: ago. 2019.

CARLOTTO, Mary Sandra; DIAS, Sofia Raquel da Silva; BATISTA, Jaqueline Brito Vidal and DIEHL, Liciane. **O papel mediador da autoeficácia na relação entre a sobrecarga de trabalho e as dimensões de Burnout em professores.** *Psico-USF* [online]. 2015, vol.20, n.1, pp.13-23. ISSN 2175-3563. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-82712015000100003&script=sci_abstract&tlng=pt> Acesso: ago. 2019.

CARLOTTO, Mary Sandra; PALAZZO, Lílian. **Síndrome de burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores.** [online] 2006, vol. 22, n. 5, ISSN 0102-311X *Online version* ISSN 1678-4464. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X0605000500005> Acesso: ago. 2019.

DIEHL, Liciane; CARLOTTO, Mary Sandra. **Conhecimento de Professores sobre a síndrome de Burnout: processo, fatores de risco e consequências.** *Psicol. estud.* [online]. 2013, vol.19, n.4, pp.741-752. ISSN 1413-7372. Rio Grande do Sul. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1413-73722014000400741&lng=en&nrm=iso&tlng=pt> Acesso: ago. 2019.

FONSECA, João José Saraiva. **Metodologia da pesquisa científica.** Fortaleza: UEC, 2002.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa.** São Paulo: Paz na Terra, 2015.

MAZON, Vania; CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila. Síndrome de Burnout e estratégias de enfrentamento em professores. **Arquivos Brasileiros de Psicologia.** vol. 60 n.1 Rio de Janeiro. 2008. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672008000100006> Acesso: ago. 2019.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. (Org.). **Pesquisa Social: Teoria, Método e Criatividade.** Petrópolis: Vozes, 1995.

PEREIRA DA SILVA, Maria Emília. Burnout: por que sofrem os professores? **Estudos e Pesquisas em Psicologia.** [online]. 2006, vol.6, n.1, pp. 89-98. ISSN 1808-4281. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1808-42812006000100008&script=sci_abstract>. Acesso: ago. de 2019.

PRODANOV, Cleber Cristiano; FREITAS, Ernani Cesar de. **Metodologia do Trabalho Científico: métodos e técnicas de pesquisa e do trabalho acadêmico.** 2 ed. Nova Hamburgo: FEEVALE, 2013. [recurso eletrônico]. Disponível em: <<http://www.feevale.br/Comum/midias/8807f05a-14d0-4d5b-b1ad-1538f3aef538/E-book%20Metodologia%20do%20Trabalho%20Cientifico.pdf>> Acesso em: ago. 2019.

SILVA, Graziela; CARLOTTO, Mary Sandra. Síndrome de BURNOUT: Um estudo com professores da rede pública. **Psicologia Escolar e Educacional** [online]. 2003, vol.7, n.2, pp.145-153. ISSN 2175-3539. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-85572003000200004&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso: set.2019.