



Fundação Educacional do Município de Assis  
Instituto Municipal de Ensino Superior de Assis  
Campus "José Santilli Sobrinho"

**GESSIANA FERNANDES SILVA**

**SINDROME DE *BURNOUT* E FATORES ASSOCIADOS: UM ESTUDO  
EPIDEMIOLÓGICO COM PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS**

**Assis/SP  
2018**



Fundação Educacional do Município de Assis  
Instituto Municipal de Ensino Superior de Assis  
Campus "José Santilli Sobrinho"

**GESSIANA FERNANDES SILVA**

**SINDROME DE *BURNOUT* E FATORES ASSOCIADOS: UM ESTUDO  
EPIDEMIOLÓGICO COM PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Enfermagem do Instituto Municipal de Ensino Superior de Assis – IMESA e a Fundação Educacional do Município de Assis – FEMA, como requisito parcial à obtenção do Certificado de Conclusão.

**Orientanda:** Gessiana Fernandes Silva

**Orientador:** Prof. Me. Daniel Augusto da Silva

**Assis/SP  
2018**

## FICHA CATALOGRÁFICA

S586 SILVA, Gessiana Fernandes

Síndrome de *Burnout*: Um estudo epidemiológico com professores universitários/Gessiana Fernandes Silva. Assis 2018.

46p.

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC)-Enfermagem-  
Educacional do Município de Assis FEMA

Fundação

Orientador: Prof. Mestre Daniel Augusto da Silva

1.Burnout. 2.Docentes. 3.Universatários

CDD 616.8527

# **SÍNDROME DE *BURNOUT*: UM ESTUDO EPIDEMIOLOGICO COM PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS**

**GESSIANA FERNANDES SILVA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Enfermagem do Instituto Municipal de Ensino Superior de Assis – IMESA e a Fundação Educacional do Município de Assis – FEMA, como requisito parcial à obtenção do Certificado de Conclusão.

**Orientador:** Daniel Augusto da Silva

**Analisadora:** Adriana Avanzi Marques Pinto

## DEDICATÓRIA

“Dedico esse trabalho de conclusão de Curso aos meus avós maternos, por sempre acreditar e confiar em mim, principalmente na minha capacidade de ser cada dia uma pessoa melhor”.

## **AGRADECIMENTO**

Agradeço primeiramente a Deus, que permitiu que tudo isso acontecesse ao longo da minha vida, não somente nesses anos como universitária, mas que em todos os momentos é o maior mestre que alguém pode conhecer.

Agradeço a minha Bisa avó Vicência Alves de Souza, meus avós Gerson Fernandes e Ana Alves de Souza Fernandes, minha mãe Vanilza Fernandes Silva e meu tio Joelson de Souza Fernandes, por serem meus heróis, sempre me dando suporte, apoio e incentivo.

Agradeço aos professores por todo conhecimento me proporcionado de forma prática e teórica.

Agradeço em especial, ao meu orientador, professor mestre Daniel Augusto da Silva, pela sua dedicação para a elaboração desse trabalho, pelo suporte em todo o tempo que lhe coube e pelo seu incentivo. Você é maravilhoso!

A todos que de forma direta ou indiretamente fizeram parte da minha formação, serei eternamente grata.

Muito obrigado!

## EPÍGRAFE

“Suba o primeiro degrau com fé. Não é necessário que você veja toda a escada. Apenas de o primeiro passo”.

**Martin Luther King**

## RESUMO

Esta pesquisa abordou a ocorrência de sintomatologia para a Síndrome de *Burnout* em professores universitários de uma instituição de ensino superior no interior paulista. A síndrome ficou constatada como uma exaustão emocional gradual em função de grandes demandas de trabalhos. O objetivo geral desse trabalho de conclusão de curso é identificar a ocorrência de sinais e sintomas referentes a síndrome de *Burnout* em professores universitários numa instituição de ensino superior no interior paulista. Trata-se de um estudo observacional, transversal, de abordagem quantitativa e qualitativa. A população de estudo é composta por 120 professores universitários, mas apenas 27 fizeram parte da pesquisa. Foi entregue um questionário semiestruturado elaborado pelos autores, acerca da caracterização dos participantes da pesquisa, com dados sociodemográficos, de formação profissional e de atuação profissional e um questionário JBEILI para Identificação Preliminar da *Burnout*. Os resultados obtidos revelaram que professores apresentam níveis da Síndrome de *Burnout*.

**Palavras-chave:** *Burnout*, Docentes, Universitários.



## **ABSTRACT**

This study addressed the occurrence of symptomatology for Burnout Syndrome in university professors of a higher education institution in the interior of São Paulo. The syndrome was seen as a gradual emotional exhaustion due to the great demands of work. The general objective of this work is to identify the occurrence of signs and symptoms related to Burnout syndrome in university professors in a higher education institution in the interior of São Paulo. This is an observational, cross-sectional, quantitative and qualitative approach. The study population is composed of 120 university professors, but only 27 were part of the research. A semi-structured questionnaire elaborated by the authors about the characterization of the study participants, with sociodemographic data, of professional training and professional performance, and a JBEILI questionnaire for Burnout Preliminary Identification was submitted. The results showed that teachers present levels of Burnout Syndrome.

**Keywords:** Burnout, Teachers, University students.

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

<b>Figura 1</b> – Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo a fixa etária .....	19
<b>Figura 2</b> - Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo o sexo .....	20
<b>Figura 3</b> - Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo a cor da pele .....	21
<b>Figura 4</b> - Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo o estado civil .....	21
<b>Figura 5</b> - Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo o número de filhos .....	22
<b>Figura 6</b> - Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo as doenças que possuem .....	23
<b>Figura 7</b> - Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo seus transtornos psiquiátricos .....	24
<b>Figura 8</b> - Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo sua área de formação .....	25
<b>Figura 9</b> - Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo o curso de formação .....	26
<b>Figura 10</b> - Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo o nível de formação .....	26
<b>Figura 11</b> - Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo o tempo de docência .....	27
<b>Figura 12</b> - Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo de trabalho na instituição .....	28
<b>Figura 13</b> - Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo seus vínculos empregatícios .....	29
<b>Figura 14</b> – Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo a carga horária semanal dos mesmos na docência universitária.....	30
<b>Figura 15</b> – Caracterização da Síndrome de <i>Burnout</i> na instituição do interior paulista .....	30

## LISTA DE TABELAS

**TABELA 1:** Caracterização dos fatores de risco presentes na instituição do interior paulista. -----31

**TABELA 2:** Caracterização dos fatores de proteção presentes na instituição do interior paulista. -----33

**TABELA 3:** Caracterização das ações que deveriam ser promovidas pela instituição do interior paulista para evitar a Síndrome de *Burnout*. -----34

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO .....</b>	<b>12</b>
<b>2. METODOLOGIA .....</b>	<b>15</b>
2.1. POPULAÇÃO E AMOSTRAGEM.....	16
2.2. COLETA DE DADOS .....	16
2.3. ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS RESULTADOS.....	17
2.4. ASPECTOS ÉTICOS .....	17
<b>3. RESULTADOS E DISCUSSÃO .....</b>	<b>18</b>
<b>4. CONCLUSÃO .....</b>	<b>37</b>
<b>5. REFERÊNCIAS.....</b>	<b>38</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>41</b>
ANEXO I – QUESTIONÁRIO SEMIESTRUTURADO: BURNOUT EM PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS .....	41
ANEXO II – QUESTIONÁRIO JBEILI PARA IDENTIFICAÇÃO PRELIMINAR DA BURNOUT.....	43
ANEXO III – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO .....	44

## 1. INTRODUÇÃO

Esta pesquisa abordou a ocorrência de sintomatologia para a Síndrome de *Burnout* em professores universitários de uma instituição de ensino superior no interior paulista.

A Síndrome de *Burnout* foi descoberta na década de 70, por Christina Maslach e Herbert J. Freudenberge, após uma investigação sobre a carga emocional de trabalhadores, como enfermeiros, médicos, assistentes sociais e advogados. A síndrome ficou constatada como uma exaustão emocional gradual em função de grandes demandas de trabalhos (CASTRO; ZANELLI, 2007).

A Síndrome de *Burnout* é real, principalmente pelos profissionais cujo trabalho envolve o relacionamento intenso e frequente com pessoas que necessitam de cuidado e assistência (SELIGMANN; SILVA, 1996).

O foco dessa pesquisa foi a Síndrome de *Burnout* em docentes universitários, que foi desencadeada por fatores emocionais, devido ao fato do docente perder o interesse em relação ao trabalho.

Essa pesquisa foi realizada através de uma revisão bibliográfica e aplicação do questionário de JBEILI para identificação preliminar da *Burnout*, para identificar a ocorrência de sinais e sintomas dessa síndrome em docentes universitários na instituição elegida para a pesquisa.

A Síndrome de *Burnout* em profissionais tem se tornado algo comum, e tem se manifestado em várias áreas, sendo muito debatida devido aos custos e efeitos de nível individual e institucional. Tudo isso ocorre de maneira que prejudica o profissional. (GOMES, 2014)

Neste trabalho de conclusão de curso, o público alvo foram professores universitários, onde a síndrome se manifesta pelo fato de que, no trabalho docente, diversos estressores psicossociais pode estar presente, podendo ainda estarem relacionados a natureza de suas funções institucionais e sociais (CARLOTTO, 2002). Parte-se do princípio de que, para lidar com a Síndrome de *Burnout* em docentes, é importante adotar medidas de prevenção a nível individual e institucional, mantendo sempre o equilíbrio. Professor universitário doente não produz, pelo esgotamento físico e psíquico, levando ao estresse, esgotamento, comportamento agressivo e irritadiço.

Segundo Hindle (1998) é importante zelar pela saúde dos professores universitários para não sobrepesar a instituição, zelando para uma boa reputação da mesma.

A identificação da ocorrência da Síndrome de *Burnout*, e dos fatores de risco associados ao seu desenvolvimento, é determinante para a possibilidade de mudança de normas e rotinas institucionais que preservem a saúde dos professores universitários, trabalhadores na instituição, e colabora para a criação de um programa institucional voltado a saúde dos mesmos.

A Síndrome de *Burnout* é um tipo de estresse ocupacional, um distúrbio psicológico pelo qual o trabalhador perde o interesse em sua relação ao trabalho, e é considerada o principal problema dos profissionais de educação (SCHAUFELI, 1994).

Maslach, Schaufeli e Leiter (2001) definem as três dimensões da síndrome: exaustão emocional, caracterizada por uma falta ou carência de energia, entusiasmo e um sentimento de esgotamento de recursos; despersonalização, que se caracteriza por tratar mal os clientes, colegas e a organização, sem se importar com os sentimentos e pensamentos do próximo; e diminuição da realização pessoal no trabalho, tendência do trabalhador a se auto avaliar de forma negativa.

Ela é manifestada em quatro classes: física, quando o trabalhador apresenta fadiga constante, distúrbio do sono, falta de apetite e dores musculares; psíquica, observada pela falta de atenção, alterações da memória e ansiedade; comportamental, identificada quando o indivíduo apresenta-se indolente no trabalho, irritado, incapaz se concentrar, aumento das relações de conflitos com os colegas, longas pausas para o descanso, cumprimento irregular do horário de trabalho; e defensiva, quando o trabalhador tem tendência ao isolamento, sentimento de onipotência, empobrecimento da qualidade do trabalho (MASLACH; SCHAUFELI; LEITER, 2001).

Os professores vivem fortes pressões, relacionadas ao número de horas trabalhadas, quantidade de alunos em sala de aula, falta de interesse dos mesmos e condições de trabalho institucional, com isso, é dado o início a um esgotamento emocional capaz de causar mudanças na postura do docente (CARLOTTO, 2002).

Esses professores são comprometidos com o trabalho, e quando os sintomas da síndrome começam a se manifestar, eles se apresentam desapontados e não recompensados pelos seus esforços (MASLACH; JACKSON, 1984).

Segundo Farber (1991), insônia, cefaleia, úlceras, hipertensão, abuso de álcool e medicamentos são alguns dos sinais e sintomas mais evidentes da Síndrome de *Burnout*,

além de problemas familiares e conflitos sociais, tornando o docente menos frequente e cuidadoso, causando prejuízos a sua vida acadêmica.

Edelwich e Brodsky (1980) alegam que os professores apresentam *Burnout* quando gastam muito tempo de seu intervalo desacreditando dos alunos, reclamando da administração, arrependendo-se de sua escolha profissional e até mesmo planejando novas opções de trabalho.

A área da educação em geral pode ser associada ao *Burnout*, pela expectativa que estes profissionais criam em cima do seu trabalho (MASLACH; JACKSON, 1984). É preciso extensas investigações que, ao longo de um processo temporal, verifiquem como se articulam e se determinam as condições objetivas de vida e de trabalho e os processos psicológicos (CASTRO; ZANELLI, 2007).

A Síndrome de *Burnout* em professores universitários acontece pela concorrência no mercado de trabalho e principalmente pela busca a um perfil superior. O professor precisa, além de elaborar aulas, suportar qualquer tipo de aluno, desenvolver atividades de pesquisa e de extensão, elaborar relatórios, correção, criação e publicação de artigos científicos, trabalho que muitas vezes as instituições não fornecem infraestrutura adequada para a realização das atividades, obrigando o docente a levar para casa seus trabalhos e, assim, ocupando seu tempo de lazer com o próprio serviço (BORSOI; PEREIRA, 2011. BORSOI, 2012).

O diagnóstico pode ser realizado através de entrevistas individuais ou em grupos e aplicações de instrumentos de avaliação, como questionários e testes psicológicos, além da observação do empenho do docente (CAMARGO et al., 2005).

Após um diagnóstico positivo, as intervenções são baseadas em mudanças de comportamento da instituição, como organização, campanhas educativas e treinamento das chefias, assim, evitando maiores problemas, se necessário, encaminhando o docente para um tratamento psicológico (CAMARGO, 2011).

As perguntas que norteiam a necessidade desta pesquisa são: Existe sintomatologia para a Síndrome de *Burnout* em docentes universitários? Quais são as características dos professores universitários que vivenciam essa situação? Como se dá o desenvolvimento desta síndrome em docentes universitários? E quais são os fatores de risco relacionados ao desenvolvimento desta síndrome em docentes universitários?

O objetivo geral deste trabalho é identificar a ocorrência de sinais e sintomas referentes a síndrome de *Burnout* em professores universitários de uma instituição de ensino superior no interior paulista, como também caracterizar os professores trabalhadores da instituição, aplicar o questionário JBEILI para identificação preliminar da Síndrome de *Burnout*, conhecer o quantitativo de professores universitários que vivenciam sintomatologia da Síndrome de *Burnout*, descrever a sintomatologia apresentada para Síndrome de *Burnout*, investigar os fatores de risco associados à ocorrência de sintomatologia para síndrome de *Burnout* e investigar os fatores de proteção associados à prevenção da ocorrência de sintomatologia para Síndrome de *Burnout*, conforme a percepção dos docentes universitários de uma instituição de ensino superior no interior paulista.

## **2. METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo observacional, transversal, de abordagem quantitativa e qualitativa, para identificar a ocorrência de sintomatologia da Síndrome de *Burnout* em professores universitários de uma instituição de ensino superior no interior paulista.



## 2.1. POPULAÇÃO E AMOSTRAGEM

Foram convidados a participar desta pesquisa 120 professores universitários, abrangendo a totalidade que atuam nos cursos de graduação oferecidos na instituição do interior paulista, a saber: Administração, Análise de Sistemas, Ciência da Computação, Ciências Contábeis, Direito, Enfermagem, Fisioterapia, Fotografia, Medicina, Publicidade e Propaganda, e Química Industrial.

Os participantes da pesquisa foram selecionados por amostragem não probabilística por conveniência, de forma que o tamanho da amostra será definido pela presença dos mesmos no momento da entrevista, e aceitação para participação.

## 2.2. COLETA DE DADOS

A coleta de dados ocorreu por meio de entrevista, em local reservado, disponibilizado pela instituição de ensino superior, proporcionando privacidade frente aos dados e informações expostas.

Foram utilizados dois instrumentos: um questionário semiestruturado, elaborado pelos autores, acerca da caracterização dos participantes da pesquisa, composto por dados sociodemográficos, formação e atuação profissional (ANEXO I).

Em seguida, foi entregue o Questionário JBEILI para Identificação Preliminar da *Burnout*, (ANEXO II). Trata-se de um instrumento relacionando as características psicofísicas que um profissional pode ter em relação ao trabalho que exerce. Foi adaptado por Chafic Jbeili (2007), baseando-se no Maslach Burnout Inventory – MBI. O questionário adaptado por ele identifica a presença da síndrome, mas não substitui o diagnóstico que deve ser realizado por um especialista da área.

As questões envolveram três eixos: Cansaço ou Exaustão Emocional (EE), Despersonalização (DE) e Realização Pessoal (RP). As respostas dos itens vão de: 1 = Nunca; 2 = Anualmente; 3 = Mensalmente; 4 = Semanalmente e 5 = Diariamente.

A somatória total dos itens respondidos, constituem uma pontuação usada para identificar preliminarmente a presença da síndrome e comparada com os seguintes escores: de 0 a 20 pontos = Nenhum indício da *Burnout*; de 21 a 40 pontos = Possibilidade de desenvolver

*Burnout* (Procure trabalhar as recomendações de prevenção da síndrome); de 41 a 60 pontos = Fase inicial da *Burnout* (Procure ajuda profissional para debelar os sintomas e garantir, assim, a qualidade no seu desempenho profissional e a sua qualidade de vida); de 61 a 80 pontos = A *Burnout* começa a se instalar (Procure ajuda profissional para prevenir o agravamento dos sintomas); de 81 a 100 pontos = Você pode estar em uma fase considerável da *Burnout*, mas esse quadro é perfeitamente reversível (Procure o profissional competente de sua confiança e inicie o quanto antes o tratamento).

As subescalas da Síndrome de *Burnout* foram definidas, adaptando-se os resultados conforme o questionário preliminar utilizado na pesquisa, sendo EE = itens 1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16 e 20, com pontuação direta mínima de 9 pontos e máxima de 45 pontos; DE = itens 5, 10, 11 e 15, com pontuação direta mínima de 4 pontos e máxima de 20 pontos e RP = itens 4, 7, 9, 12, 17, 18 e 19, com pontuação direta mínima de 7 pontos e máxima de 35 pontos.

### 2.3. ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS RESULTADOS

Os dados coletados foram analisados utilizando análise estatística descritiva simples para os dados quantitativos e análise de conteúdo, modalidade temático categorial (BARDIN, 1977), para os dados qualitativos, por se tratar de uma pesquisa transversal, com pretensão de elaborar um diagnóstico situacional acerca da temática proposta.

### 2.4. ASPECTOS ÉTICOS

Este projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Fundação Educacional do Município de Assis sob CAAE 91636218.0.0000.8547, e recebeu Parecer de aprovação nº 2.969.485, em 18 de outubro de 2018.

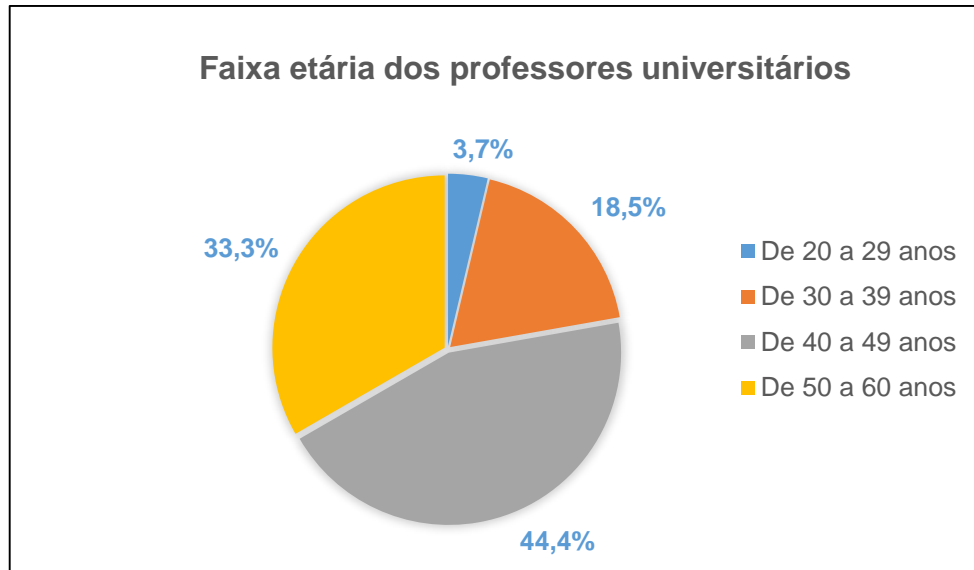
Na abordagem aos possíveis participantes da pesquisa, houve o convite à participação e explicação do tema do estudo e objetivos do mesmo. Após o entendimento por parte do participante, foi entregue o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (ANEXO III), que foi lido e assinado em duas vias pelo sujeito da pesquisa e pelo pesquisador, entregando

uma via para cada um. Somente após a aceitação e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, foi iniciada a entrevista.

### **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Nesta pesquisa participaram 27 (22,5%) professores universitários, de um total de 120 (100%) possíveis participantes. Os dados a seguir se referem a caracterização da amostra deste estudo.

A caracterização da amostra em relação a faixa etária evidenciou que 12 (44,4%) dos participantes tem entre 40 e 49 anos de idade, informação apresentada na figura 1.



**Figura 1.** Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo a faixa etária.

Com o intuito de realizar uma comparação entre os dados, utilizou-se a comparação os dados de uma pesquisa realizada por Massa et al (2016) para a Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo (USP). Nela, foram entrevistados 49 professores universitários da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ).

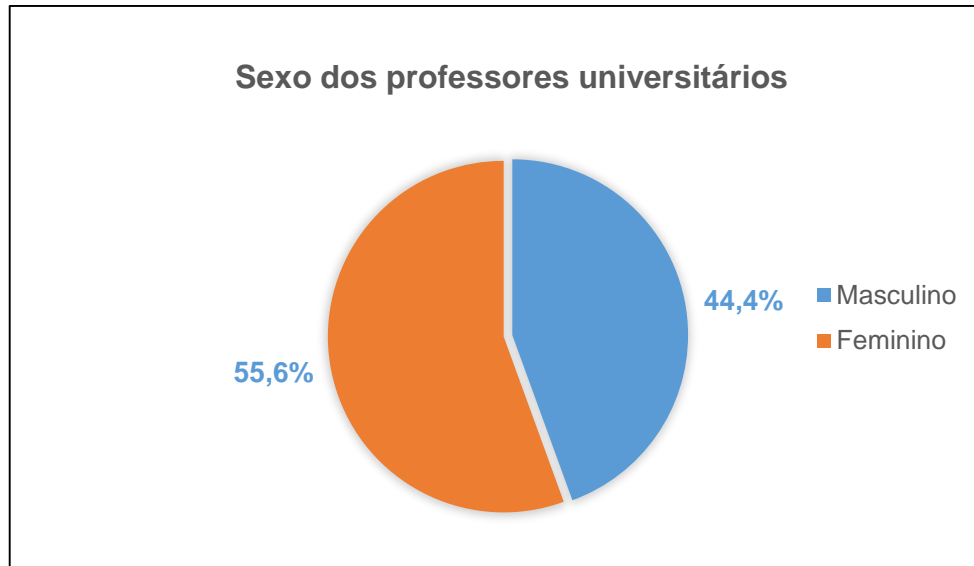
Com relação a faixa etária dos professores pesquisados por Massa et al (2016), podemos verificar que a média encontrada foi de 37,6 anos, tendo uma variação entre 27 e 60 anos. Por mais que a variação encontrada por Massa et al (2016) foi grande, a variação da nossa pesquisa se assemelha à média encontrada por ela. Um estudo de Costa (2012), 127 professores foram entrevistados e as idades variavam entre 26 a 76 anos.

No estudo de Leite (2014), foram entrevistados 44 docentes com variação de 25 a 35 anos.

E o estudo de Prado et al faixa etária varia de 40 a 50 anos.

Comparando todos os esses estudos com esse trabalho, acredita-se que por o docente ser mais velho e ter mais tempo de carreira, pode sentir-se diminuído na realização pessoal, e em questão dos novos, a insegurança do início da vida profissional.

Em relação ao sexo, os participantes estão próximos a paridade, com 15 (55,6%) mulheres e 12 (44,4%) homens (figura 2).



**Figura 2.** Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo o sexo.

Em comparação com a pesquisa de Massa et al (2016), percebemos que em ambas as mulheres são maioria, porém a pesquisa na qual estamos comparando supera essa porcentagem, chegando a 73,5% (36 delas) de professoras universitárias.

Em relação a orientação sexual, todos os participantes da nossa pesquisa afirmaram ser heterossexuais.

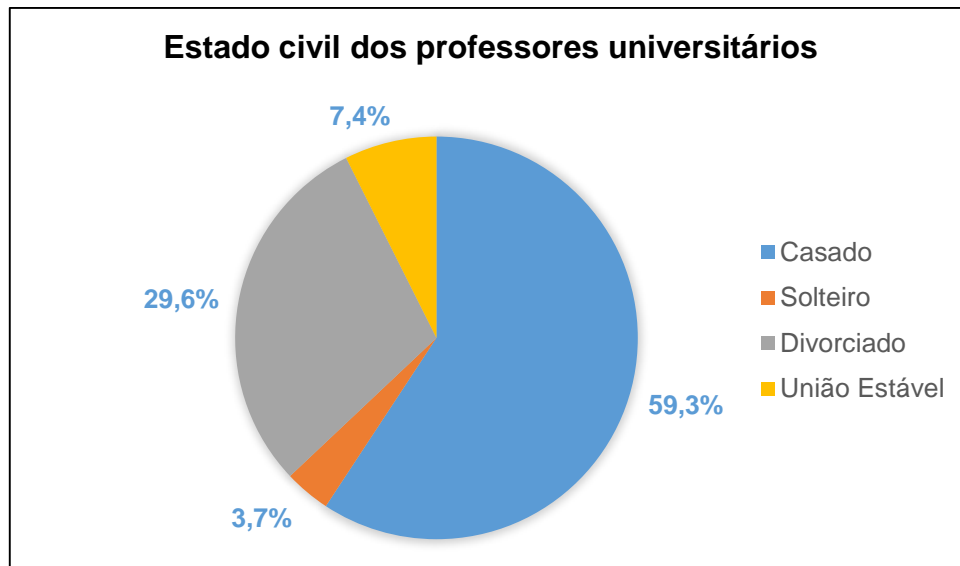
Quanto à cor de pele, 25 deles (92,6%) se definem como brancos, enquanto 2 (7,4%) definem pardos (figura 3).



**Figura 3.** Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo a cor de pele.

Assim como a orientação sexual, a cor/raça dos entrevistados não foi indagada no estudo de Massa et al (2016).

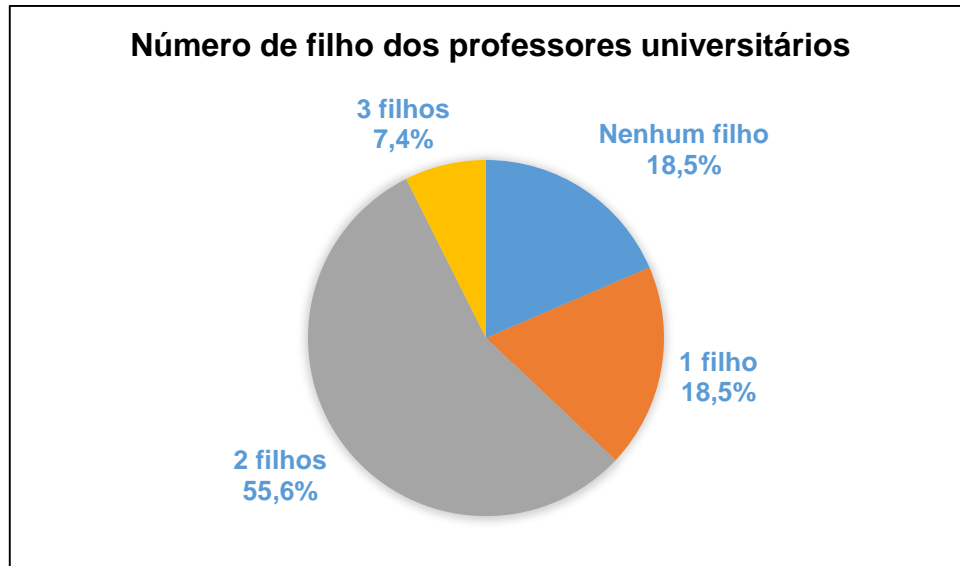
Quanto ao estado civil, a pesquisa mostra que 16 (59,3%) são casados, 8 (29,6%) são divorciados, 2 (7,4%) vivem em uma união estável e 1 (3,7%) é solteiro (figura 4).



**Figura 4.** Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo o estado civil.

De acordo com a pesquisa realizada por Massa et al (2016), 26 (53,1%) dos entrevistados também são casados, seguidos por 18 (36,7%) solteiros e 5 (10,2%) divorciados. Isso mostra que a maioria dos entrevistados, de ambas as pesquisas possui, alguém para dividir seus problemas e seus acertos com a docência, pessoas que lhes dão suporte para que problemas psiquiátricos não dominem esses professores universitários.

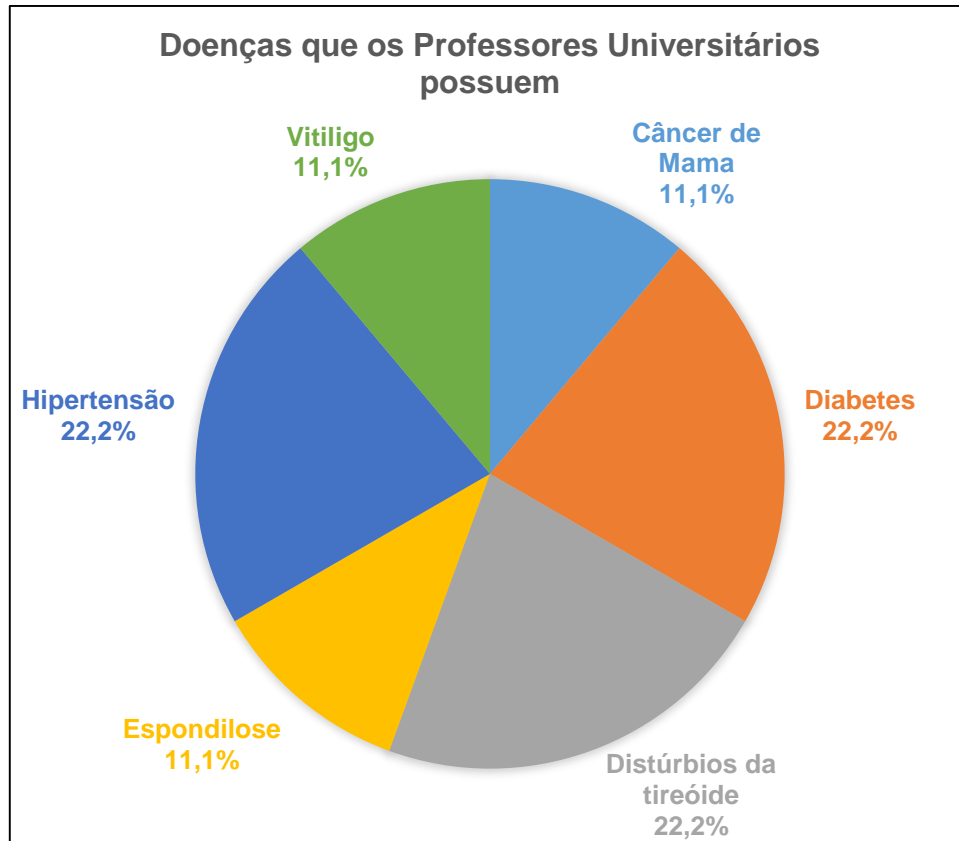
Com relação ao número de filhos, 2 (7,4%) possuem 3 filhos, 15 (55,6%) possuem 2 filhos, 5 (18,5%) possuem 1 filho, outros 5 (18,5%) não possuem filhos (figura 5).



**Figura 5.** Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo o número de filhos.

A pesquisa de Massa et al (2016) não identificou quantos filhos cada entrevistado tinha, pois, possivelmente, este não fazia parte do foco da sua pesquisa.

Com o levantamento relacionado a existência de doenças físicas, chegou-se aos seguintes resultados: 7 (25,9%) participantes afirmaram a convivência com esta situação, frente a negação de 20 (74,1%). Entre as patologias físicas existentes, destacam-se a Diabetes Mellitus, os distúrbios da Tireoide e a Hipertensão Arterial Sistêmica, presentes em maior número de participantes. Essas informações estão representadas na figura 6.



**Figura 6.** Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo as doenças que possuem.

Ainda, aos que afirmaram possuir diagnóstico de doença física, todos foram diagnosticados após o início das atividades laborais na docência, e, quando questionados sobre a correlação deste diagnóstico às atividades na docência, obteve-se que, dos 7 (100%) participantes com diagnóstico de patologia física, 1 (14,3%) auto percebe que esse diagnóstico está relacionado às atividades na docência, frente aos 6 (85,7%) que negam esta relação.

Quanto aos transtornos psiquiátricos, chegou-se aos seguintes resultados: dos 27 (100%) entrevistados, 5 (18,5%) da amostra afirmaram que realiza tratamentos para esses transtornos, frente a negação de 22 (81,5%). Entre os transtornos psiquiátricos existentes, destacam-se o Estresse, atingindo 1 pessoa (20%), e a Depressão, atingindo 4 dos entrevistados (80%). Essa informação está representada na figura 7.





**Figura 7.** Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo seus transtornos psiquiátricos.

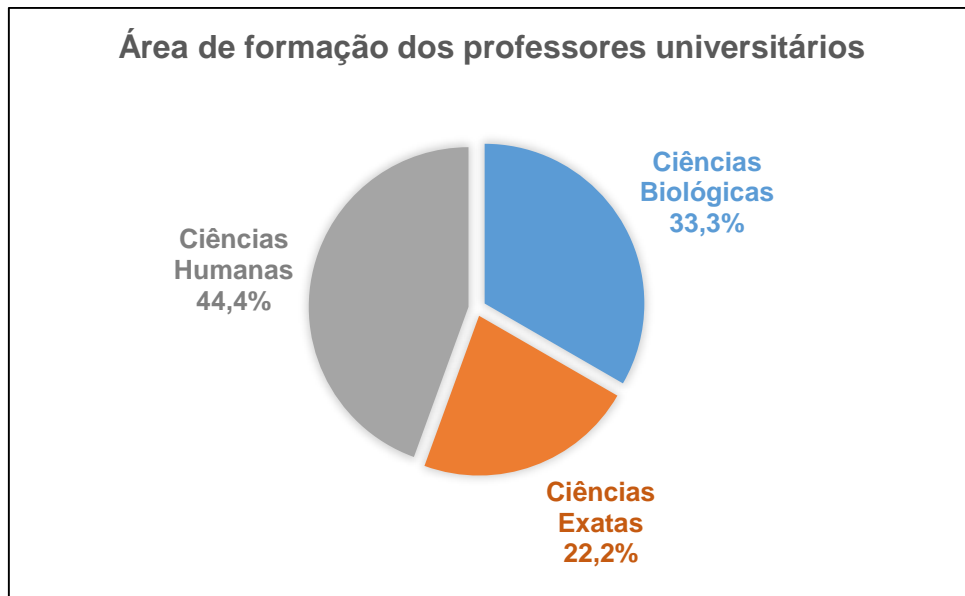
Ainda, aos que afirmaram possuir diagnóstico de transtornos psiquiátricos, 3 (60%) foram diagnosticados após o início das atividades laborais na docência, enquanto 2 (40%) negaram este acontecimento. Quando questionados sobre a correlação deste diagnóstico às atividades na docência, obteve-se que, dos 5 (100%) participantes com diagnóstico de transtornos psiquiátricos, 2 (40%) auto percebem que esse diagnóstico está relacionado às atividades na docência, frente aos 3 (60%) que negam esta relação.

As doenças relacionadas ao trabalho são consideradas pela Organização Mundial da Saúde multifatoriais, seguidas de várias causas, como fatores físicos como fadiga constante e distúrbio de sono, individuais, quando ele começa a se avaliar de forma negativa e organizacionais, criando conflitos dentro do ambiente de trabalho. (SOUZA, 2005).

Quando o funcionário fica doente, ele compromete os resultados e a imagem da empresa (FRANÇA; RODRIGUEZ, 1999), e isso acaba ocorrendo pela desvalorização e sobrecarga de trabalho, isso desencadeia o mal desempenho do professor e falta de rendimento dos alunos.

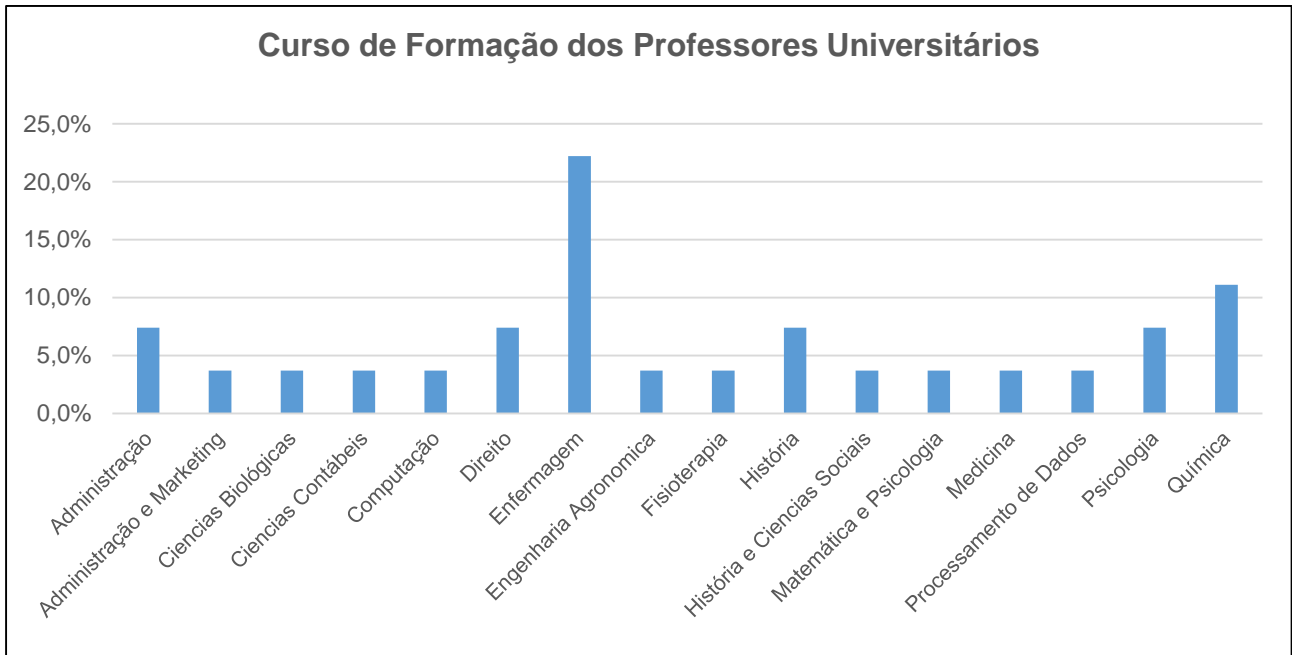
Segundo Carlotto et al (2002) em um estudo realizado em João Pessoa, 2011, a depressão ficou em terceiro lugar em um diagnóstico de transtornos mentais em docentes universitários de uma instituição de ensino superior da região, perdendo apenas para a ansiedade e alcoolismo. Observamos com outros estudos que o resultado continua sendo

a depressão, apenas obtendo o primeiro lugar. Em relação a caracterização quanto a formação e atuação profissional, 9 (33,3%) da amostra afirmou que são formados em ciências biológicas, 6 (22,2%) em ciências exatas e 12 (44,4%) em ciências humanas. Essas informações estão representadas na figura 8.



**Figura 8.** Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo sua área de formação.

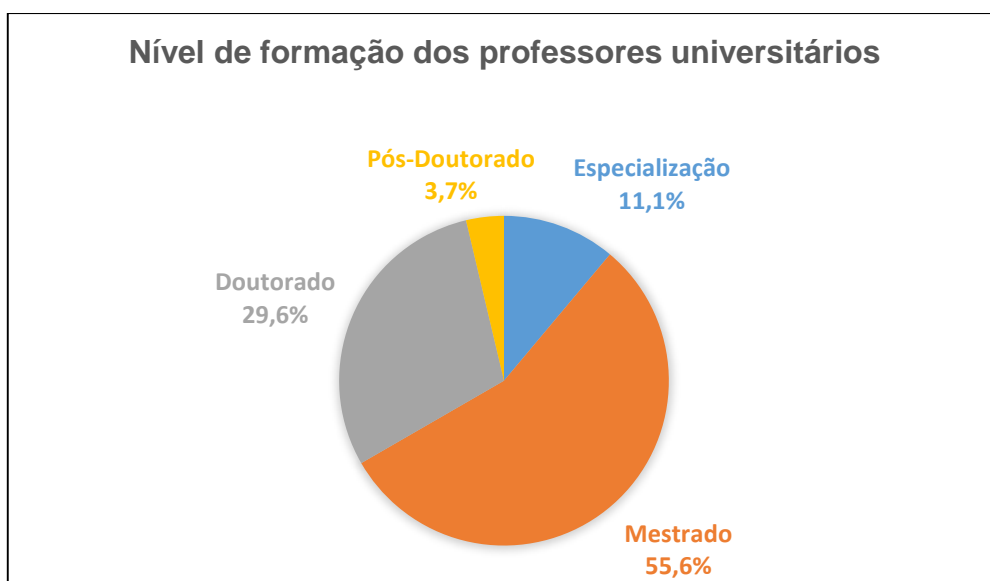
Já para o curso de formação dos entrevistados, chegou-se aos seguintes resultados: 6 (22,2%) são formados em Enfermagem, seguidos por 3 (11,1%) de Química, 2 (7,4%) para Administração, Direito, História e Psicologia (cada um deles com 2 entrevistados) e formados em Administração e Marketing, Ciências Biológicas, Ciências Contábeis, Computação, Engenharia Agrônoma, Fisioterapia, História e Ciências Sociais, Matemática e Psicologia, Medicina e Processamento de Dados (cada uma delas com 1 entrevistado (3,7% cada)). Essas informações estão representadas na figura 9.



**Figura 9.** Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo o curso de formação.

Uma informação importante sobre esta questão é que os entrevistados poderiam marcar mais de uma alternativa, caso possuíssem mais de uma formação em seu currículo.

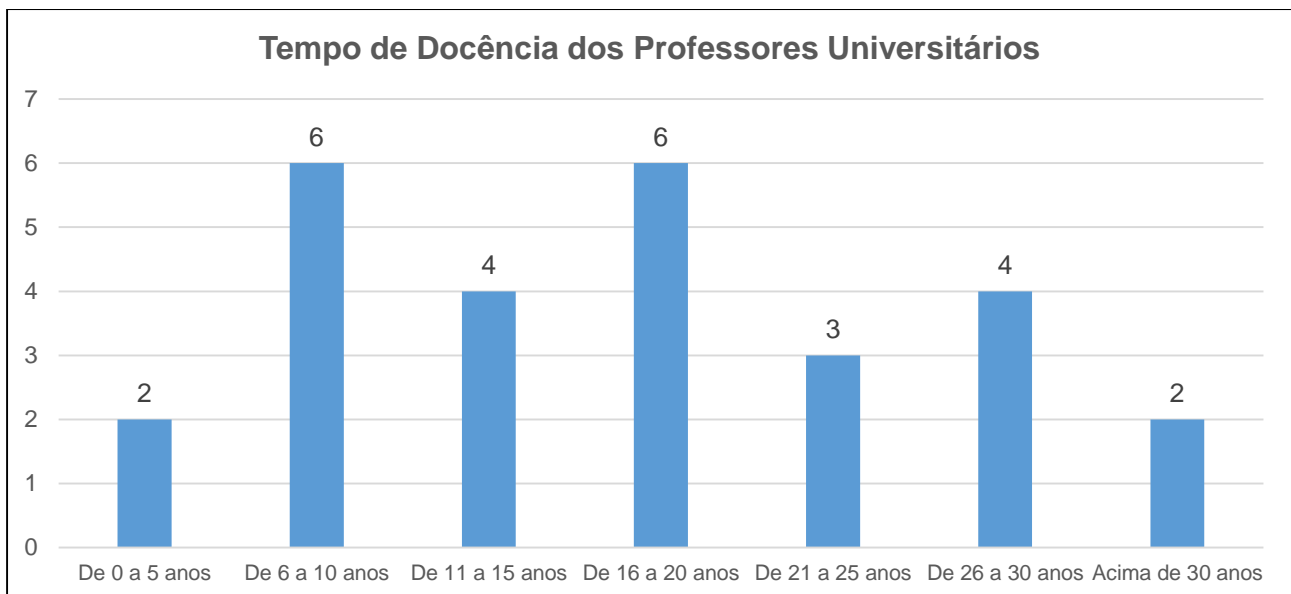
Sobre o nível de formação dos entrevistados, concluiu-se que 15 deles (55,6%) são mestres, seguidos por 8 (29,6%) que são doutores, 3 (11,1%) especialistas e 1 (3,7%) pós doutor em sua área de formação. Estas informações seguem explícitas na figura 10.



**Figura 10.** Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo o nível de formação.

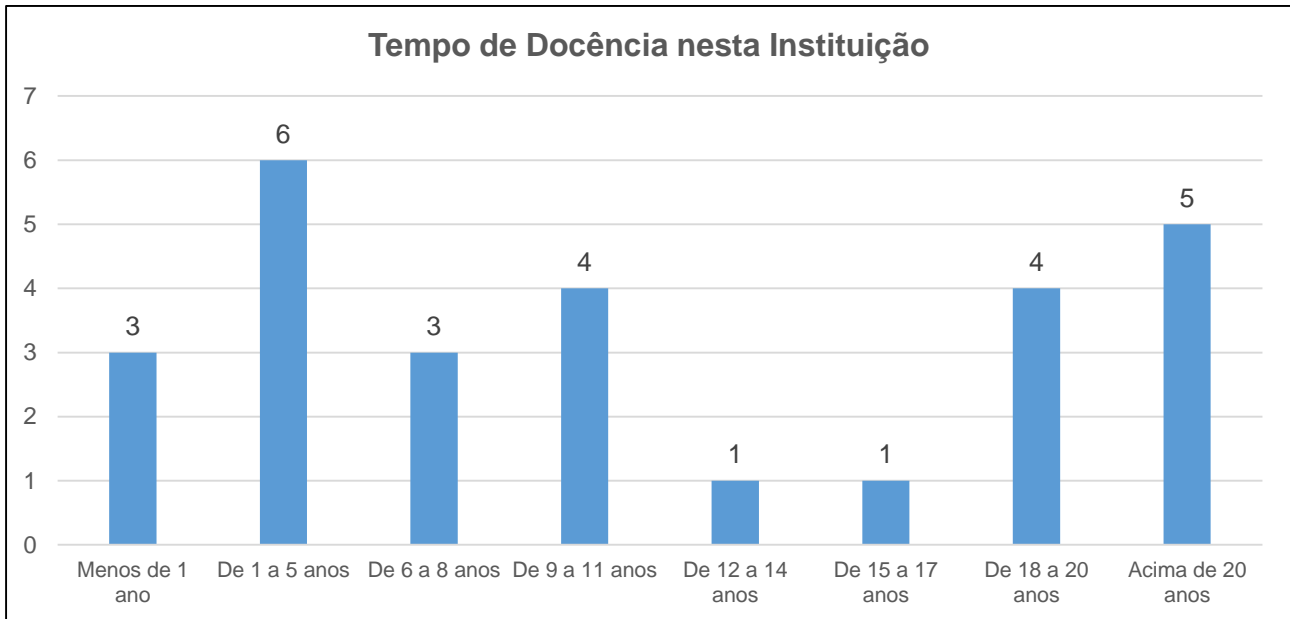
Com relação ao nível de formação de formação dos 27 professores entrevistados, concluímos a maior classe deles é de mestres, equivalendo a 15 (55,6%), logo em seguido temos os doutores(as) 8 (29%), especialistas 3 (11,1%) e pós-doutorado, equivalente a 1 (3,7%). Com isso podemos concluir que os professores buscam novos conhecimentos que contemplem a sua profissão, bem como suas características pessoais. O estudo de Leite (2014) diz que Síndrome de *Burnout* não está incluída em professores com plano de carreira ou não.

Com relação ao tempo de docência de cada entrevistado, podemos concluir que: 6 deles (22,2%) lecionam de 16 a 20 anos, seguidos por outros 6 (22,2%) que lecionam de 6 a 10 anos. Em terceiro lugar ficam 4 (14,7%) que lecionam de 26 a 30 anos, e outros 4 (14,8%) que lecionam de 11 a 15 anos. Por fim, temos 3 (11,1%) que lecionam de 21 a 25 anos, 2 (7,4%) que lecionam por menos de 5 anos e outros 2 (7,4%) que lecionam há mais de 30 anos. Todos estes dados estão representados na figura 11 a seguir.



**Figura 11.** Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo o tempo de docência.

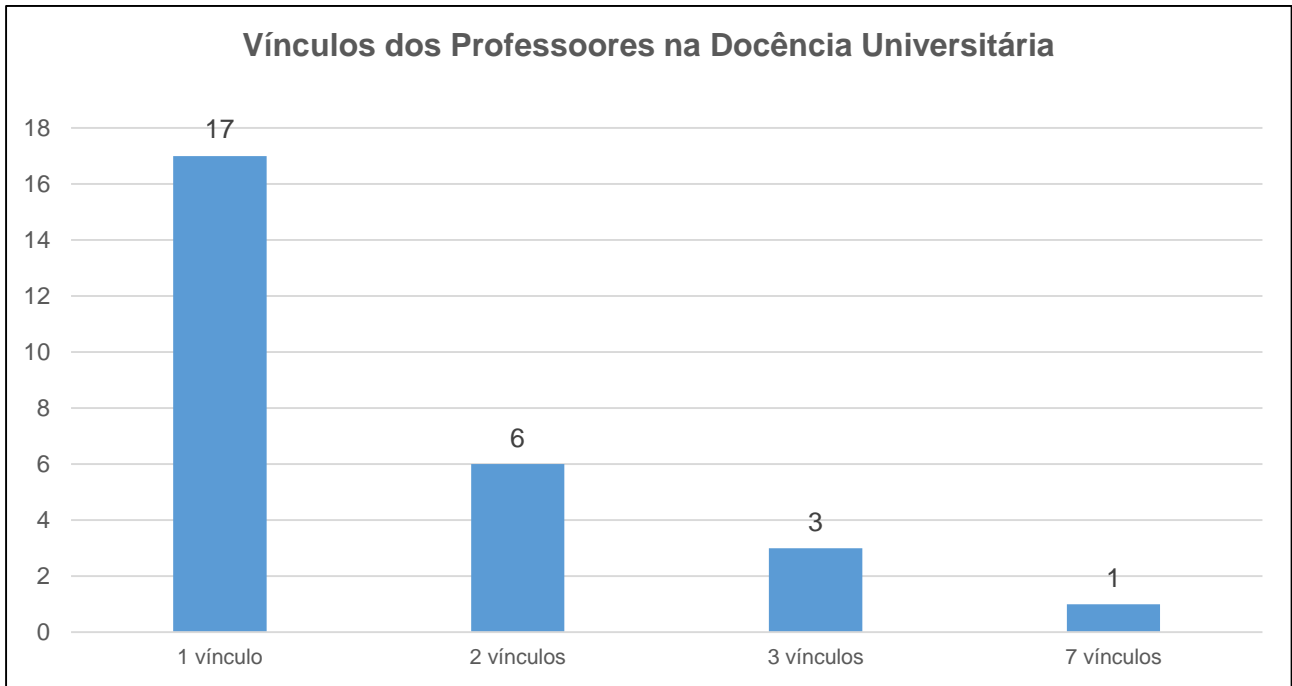
Analisando o tempo do exercício profissional dos professores instituição paulista, podemos concluir que 2 professores, atuam nesta instituição a menos de 5 anos, 6 deles de 6 a 10 anos, 4 de 11 a 15 anos, também 6 deles de 16 a 20 anos, 3 de 21 a 25 anos, 4 de 26 a 30 anos, e apenas 2 trabalham a mais de 30 anos.



**Figura 12.** Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo o tempo de trabalho nesta instituição.

Quanto a quantidade de vínculos empregatícios atuais na docência universitária no qual cada entrevistado possui, conclui-se que a maioria deles, 17 (63%) para ser mais preciso, possuem apenas 1 vínculo, ou seja, trabalha somente nesta instituição. Na sequência, temos 6 (22,2%) que possuem 2 vínculos, ou seja, além de atuarem nesta instituição, possuem outro emprego ou atuam em outra instituição. Em terceiro, temos 3 (11,1%) que possuem 3 vínculos e por último somente 1 entrevistado (3,7%) diz ter 7 vínculos. Estes dados podem ser melhores analisados na figura 13 que se segue.

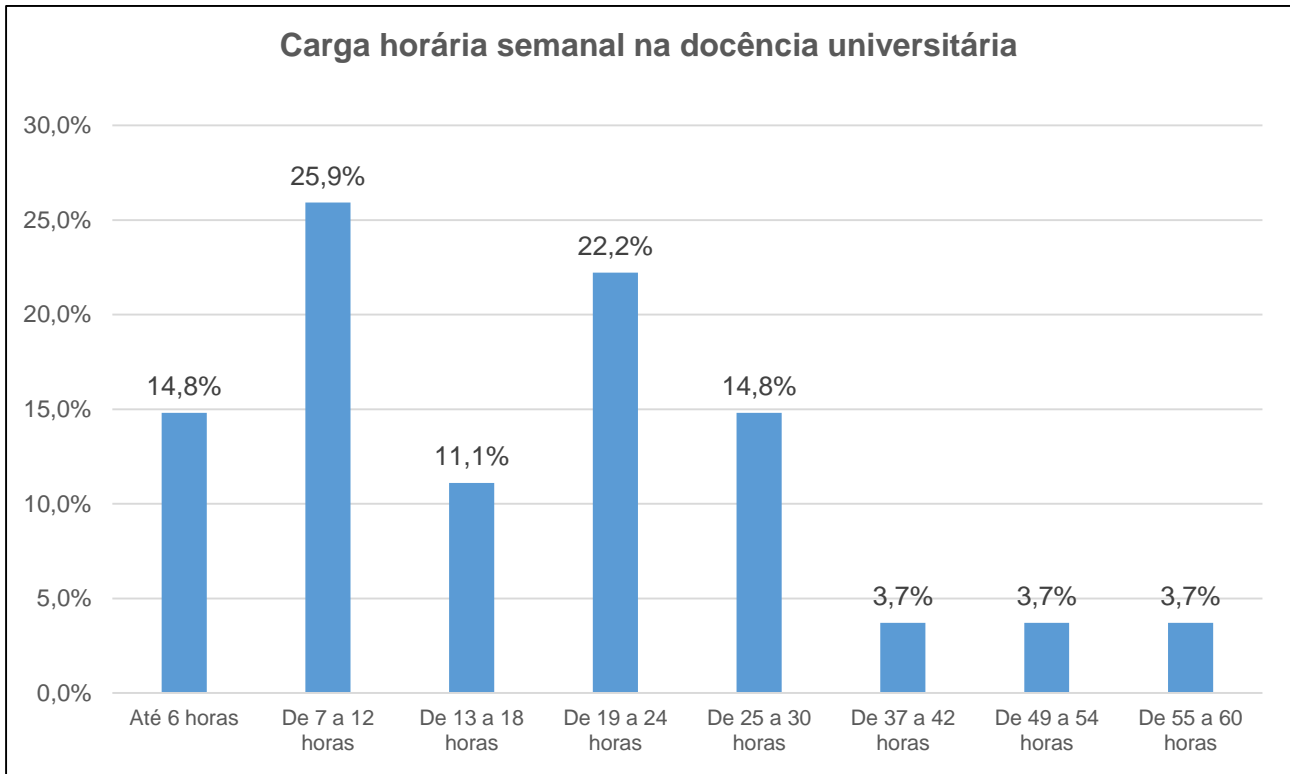
A quantidade de vínculos empregatícios pode trazer consequências significativas como a falta de energia, esgotamento emocional, sentimento de negatividade em relação ao trabalho, desgaste e insatisfação, desencadeando prejuízos na vida profissional e pessoal. E com base nessa pesquisa, pude ver que o professor acaba tendo outros vínculos pela insegurança de número de aulas no ano seguinte.



**Figura 13.** Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo seus vínculos na docência universitária.<sup>8</sup>

Finalizando esta primeira etapa do questionário, foi analisada a carga horária semanal de trabalho na docência universitária de cada professor entrevistado. Com os dados em mãos, pode-se concluir que 7 (25,9%) deles trabalham de 7 a 12 horas por semana na docência. Em seguida temos 6 (22,2%) que trabalham de 19 a 24 horas por semana. Em terceiro ficam 8 deles empatados, sendo 4 (14,8%) trabalhando de 25 a 30 horas e 4 (14,8%) que trabalham somente até 6 horas por semana dentro da sala de aula. Em quarto lugar ficaram 3 (11,1%) que trabalha de 13 a 18 horas. E, por fim, temos mais 3 entrevistados empatados, sendo 1 (3,7%) trabalhando de 37 a 42 horas na semana, 1 (3,7%) de 49 a 54 horas e mais 1 (3,7%) trabalhando de 55 a 60 horas semanais.

Podemos analisar estes dados com melhor clareza observando a figura 14 que vêm a seguir.



**Figura 14.** Caracterização dos professores universitários participantes deste estudo segundo a carga horária semanal dos mesmos na docência universitária.

Com relação a carga horária semanal na docência universitária, podemos basear com os resultados obtidos em outras questões: número de aula/hora e a incerteza de trabalho no próximo ano. O estudo de revisão de Andrade e Cardoso, relacionou esse número extenso de carga horário semanal trabalhada como um fator desencadeante da Síndrome de *Burnout*.

A última parte da entrevista foi à investigação sobre a percepção sobre os fatores de risco e de proteção à Síndrome de *Burnout*.

A pergunta realizada de cunho pessoal, indagou sobre quais os fatores de risco que o entrevistado visualizava na instituição estudada, relacionadas a ocorrência de sintomatologia para a Síndrome de *Burnout*, entre os professores universitários.

Dos vinte e sete entrevistados, alguns profissionais indicaram mais de um fator, enquanto outros desconheciam ou não responderam.

Indagados sobre os fatores de risco presentes na instituição pesquisada que poderiam contribuir para a Síndrome de *Burnout*, a maioria dos entrevistados apontou a falta de plano de carreira, sendo 8 professores, totalizando (22%), outro fator de destaque foi a sobrecarga de trabalho apontado por 4 professores, (11%), seguido por incertezas quanto

a ter trabalho no próximo ano letivo, indicados por 3 professores, (6%), foram citados por 2 professores os seguintes aspectos: necessidade de possuir outro trabalho, desvalorização profissional exaustão profissional/estresse, despreparo intelectual do aluno, competição entre os docentes, ausência de pagamento de horas extras, número elevado de alunos nas turmas, totalizando (5%) cada um dos itens indicados. Um profissional sinalizou os seguintes aspectos: injustiças sofridas no trabalho, e para outro não há situação de risco, (3%) cada aspecto. Quatro professores não responderam à pergunta formulada, (11%).

Os dados acima estão detalhados na tabela abaixo:

<b>Fator de Risco</b>	<b>n (%)</b>
Falta de plano de carreira	8 (22%)
Sobrecarga de trabalho	4 (11%)
Exaustão profissional/estresse	2 (5%)
Injustiças sofridas no trabalho	1 (3%)
Competição entre os docentes	2 (5%)
Número elevado de alunos nas turmas	2 (5%)
Incerteza se haverá trabalho no próximo ano	3 (6%)
Necessidade de possuir outro trabalho	2 (5%)
Desvalorização profissional	2 (5%)
Despreparo intelectual dos alunos	2 (5%)
Ausência de pagamento de horas extras	2 (5%)
Não há situação de risco	1 (3%)
Não respondeu	4 (11%)

**Tabela 1:** Caracterização dos fatores de risco presentes na instituição do interior paulista.

Até um profissional se sentir satisfeito com a sua vida profissional é difícil, para isso ele percorre um conjunto de caminhos e metas bem definidos que servem como um guia de crescimento profissional, mas, através dessa pesquisa de conclusão de curso podemos



concluir que na instituição do interior paulista esse plano passa a ser apenas um plano individual, onde o profissional não recebe o benefício/incentivo merecido.

A sobrecarga de trabalho acaba sendo um fator estressante ao professor, como ele trabalha hora/aula, o horário de administração das aulas é o mesmo que ele tem para preparo dela, muitas vezes chegando na instituição para isso, mas não recebendo o pagamento de horas extras.

A incerteza se haverá trabalho no próximo ano acaba sobrecarregando o professor, que acaba tendo a necessidade de possuir outro trabalho para de manter na questão do financeiro.

A injustiça na forma de distribuição de recursos pode levar o professor universitário a exaustão, levando a uma probabilidade de falta de comprometimento (SOUZA; MENDONÇA, 2009) além de violar seus direitos.

A segunda questão deste item possuía por finalidade levantar os fatores de proteção presente na Instituição relacionados a ocorrência da Síndrome de *Burnout*.

Neste aspecto quatro professores indicaram em suas respostas que na instituição não existe tais fatores de proteção (11%), outros cinco professores se absterem de responder a pergunta e outros 5 não conhece (13%). Quatro professores indicaram a presença de lideranças humanizadas (11%), outros 3 professores indicaram a presença de plano médico, férias e recesso garantidos, contabilizando 8% cada indicação; 2 professores indicaram o incentivo para iniciação científica, ginástica laboral para os funcionários do administrativo, ótimo relacionamento interpessoal, facilidade na comunicação entre direção e professores, recursos materiais para as aulas, respeito a atividade docente/reconhecimento do trabalho, computando 5% cada um dos fatores indicados, e por fim foram indicados por 1 professor a inexistência de acúmulo de tarefas, a remuneração correta e em dia, totalizando 3% cada.

Os dados acima estão detalhados na tabela abaixo:

<b>Fatores de Proteção</b>	<b>n (%)</b>
Inexistência de acúmulo de tarefas	1 (3%)
Ginástica laboral para funcionários do administrativo	2 (5%)
Plano médico	3 (8%)

Férias e recesso garantidos	3 (8%)
Recursos matérias para aulas	2 (5%)
Remuneração correta e em dia	1 (3%)
Incentivo para iniciação científica	2 (5%)
Ótimo relacionamento interpessoal	2 (5%)
Lideranças humanizadas	4 (11%)
Facilidade da comunicação entre direção e professores	2 (5%)
Respeito a atividade docente/ Reconhecimento do trabalho	2 (5%)
Não existe	4 (11%)
Não reconhece	5 (13%)
Não respondeu	5 (13%)

**Tabela 2:** Caracterização dos fatores de proteção presentes na instituição do interior paulista.

Os fatores de proteção foram poucos citados na pesquisa, dentre deles podemos citar as lideranças humanizadas; planos médicos e férias/recesso garantidos, isso é ótimo, pois garante a segurança e descanso do professor. A inexistência de acúmulo de tarefas, a facilidade da comunicação entre os professores e principalmente o respeito a atividade docente/Reconhecimento do trabalho foi pouco citado, e é um fator de extrema importância para um bom convívio e melhor ambiente de trabalho.

E concluindo o estudo realizado foi perguntado aos professores quais ações deveriam ser promovidas pela instituição a fim de evitar a Síndrome de *Burnout*.

Neste quesito sete professores deixaram de responder a pergunta formulada, totalizando 17%, seis professores responderam a valorização do trabalho e a promoção de atividades físicas, bem como palestras e orientações profissionais (14%), quatro professores indicaram os seguintes itens: humanização/autoestima, promover atividades de interação, plano de carreira e atendimento psicológico, totalizando 10 % cada atividade, 2 professores indicaram não existir na instituição (5%), e finalmente 1 professor indicou o pagamento de hora atividade para preparação de aulas, construção de área de lazer, incentivos ao aprimoramento profissional e um enfim não percebe a necessidade de nenhum incentivo, totalizando 2% cada uma das indicações .

Os dados acima estão detalhados na tabela abaixo:

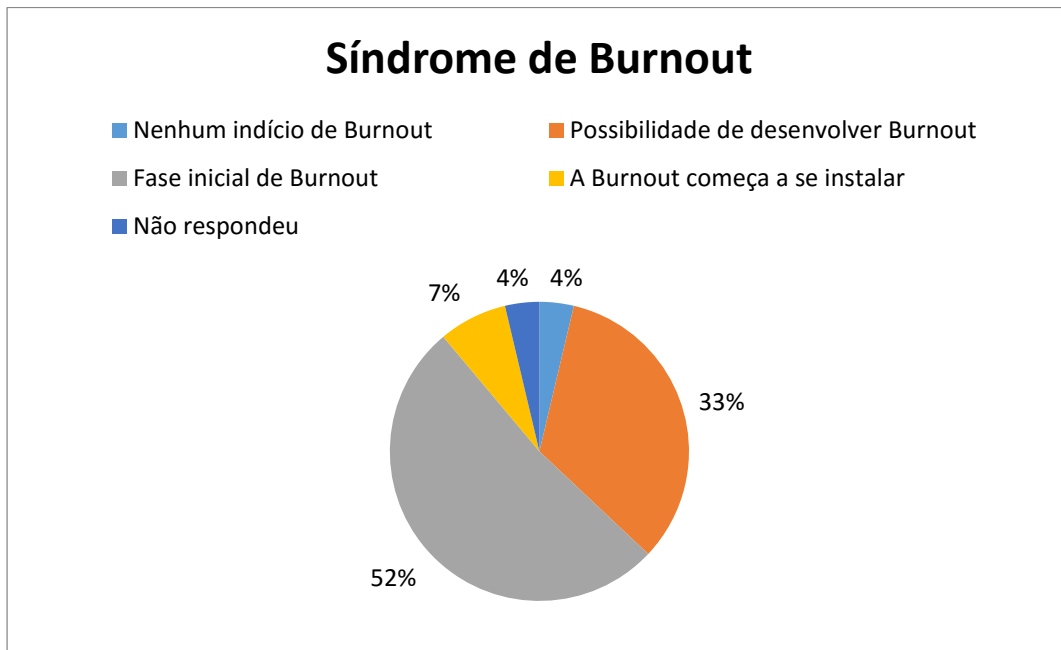
<b>Ações que deveriam ser promovidas</b>	<b>n (%)</b>
Valorização do trabalho	6 (14%)
Humanização/Auto estima	4 (10%)
Promover atividades físicas/Palestras e orientações profissionais	6 (14%)
Promover atividades de interação	4 (10%)
Plano de carreira	4 (10%)
Adequações dos espaços físicos (banheiro privativo para professor)	2 (5%)
Pagamento de hora atividade para preparação de aulas	1 (2%)
Atendimento psicológico	4 (10%)
Construção de área de lazer na instituição	1 (2%)
Incentivos ao aprimoramento profissional	1 (2%)
Não interesse da direção nas necessidades de ações	2 (5%)
Não existe/Não precisa	2 (5%)
Não respondeu	7 (17%)

**Tabela 3:** Caracterização das ações que deveriam ser promovidas na instituição do interior paulista para evitar a Síndrome de *Burnout*.

Como podemos ver, os professores cobram ações deste da sua formação profissional até a adequação do espaço físico do ambiente de trabalho. O plano de carreira por exemplo, é um dos caminhos para se chegar ao sucesso profissional; a valorização do trabalho, incentivos ao aprimoramento profissional, o interesse da direção nas necessidades da instituição; humanização/auto estima, atendimento, atenção e apoio psicológico são fatores que diminuem os riscos de doenças psicológicas

As adequações dos espaços físicos, momentos de descontração entre os professores, áreas de lazer e orientações para os mesmos, melhora o ambiente de trabalho, e com tudo isso, fica um local seguro e protegido para se trabalhar, com isso mantendo-se diretamente

ligado aos resultados dos colaboradores e principalmente ao rendimento pessoal do professor e aluno.



**Figura 15:** Caracterização da Síndrome de *Burnout* na instituição do interior paulista.

Dos 27 professores universitários entrevistados, 9 (33%) deles tem a possibilidade de desenvolver *Burnout*, um valor alto e significativo perto dos 14 (52%) que estão na fase inicial da Síndrome e em 2 deles (7%) a *Burnout* já começou a se instalar, os sinais e sintomas já estão mais agravados.

Um fator muito interessante é que em um estudo de Farber (1991), ele relata que o índice de *Burnout* é mais vulnerável no sexo masculino, em estudos mais recentes, não há citações sobre isso, apenas de que os mais afetados são pessoas que trabalham em contato direto e contínuo com outras pessoas, porém, comparado esse trabalho de conclusão de curso com uma pesquisa divulgada no ano de 2016 na Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo, o índice maior da Síndrome de *Burnout* foi no sexo masculino e nesse estudo, dos 27 entrevistados os 2 (7%) que a Síndrome de *Burnout* começou a se instalar, pertence a essa classe. Os mesmos precisam de orientações profissionais para receber um diagnóstico fechado e tomar medidas cabíveis e alcançar a melhora física e psicológica.

As características da *Burnout* estão relacionadas ao trabalho, e conforme a Organização Internacional do trabalho a profissão docente é uma das mais estressantes, por conta da

cobrança do domínio sobre o seu conteúdo de disciplinas e integrá-las ao plano pedagógico do curso, preparando as aulas, executando as atividades, avaliações sistemáticas presentes no plano de carreira, submissões de trabalho entre demais.

Comparado também a outros estudos já citados nesse trabalho, o trabalho do professor em dias atuais vem desempenhando vários papéis, deste de suprir as suas expectativas perante o seu papel em sala de aula como ajudar os alunos a resolver os seus problemas pessoais, o que lhe exige manter o equilíbrio em várias situações.

No Brasil foi liberado e aprovado um decreto nº 3.048, de 6 de maio de 1999 que aprovou o regulamento da Previdência Social no anexo que trata dos Agentes Patogênicos causadores de Doenças Profissionais o item XII da tabela de Transtornos Mentais e do Comportamento Relacionados com o Trabalho cita a "Sensação de Estar Acabado" ("Síndrome de *Burnout*", "Síndrome do Esgotamento Profissional") como sinônimos da *Burnout* (Revista Brasileira de Medicina do Trabalho, 2018.)

Essa Síndrome em professores afeta o ambiente educacional, interferindo na obtenção dos objetivos pedagógicos e levando os profissionais a um processo problemas de saúde, convivência e intenção de abandonar a profissão, gerando repercussões importantes no sistema educacional e na qualidade da aprendizagem, mas, como em todos problemas de saúde, há melhorias quando o diagnóstico é realizado precocemente e busca recursos para tratamento especializado.

As atitudes comportamentos e personalidades dos companheiros de trabalhos devem ser observadas no dia a dia, pois as mudanças delas podem indicar que algo esteja ocorrendo, por isso o bom convívio no ambiente de trabalho é um fator de extrema importância.

Conforme discutido durante esse trabalho de conclusão de curso, além de fatores psicológicos os fatores físicos também são desencadeantes de *Burnout*, e devido a todos estes sintomas, a pessoa tem tendência em isolar-se de pessoas importantes na sua vida, como amigos e familiares.

## 4. CONCLUSÃO

Com base nesse trabalho de conclusão de curso, podemos firmar que a Síndrome de *Burnout* é um fator comum e presente na vida do professor universitário, de forma extremamente prejudicial à saúde física, psicológica e emocional e que muitas vezes passa despercebido.

Concluimos que a Síndrome está presente na instituição do interior paulista, em 14 deles (52%) que estão na fase inicial da *Burnout* e em 9 (33%) que tem a possibilidade de adquirir a Síndrome, sendo que 2 deles (7%) a *Burnout* já começou a se instalar.

O acúmulo de tarefas, perfeccionismo, não valorização e foco no trabalho como fonte exclusiva é o resultado de tudo isso, onde é o primeiro passo é fazer uma avaliação sobre o custo e benefício sobre o que o atrai ao emprego, principalmente o que lhe mantém nele. Prestar atenção aos sinais emitidos pelo corpo, restabelecer os contatos profissionais, cuidar do estilo de vida e contar com o apoio da família.

Deve ser tomadas medidas protetivas e preventivas, como apoio psicológico e suporte relacionado a formação profissional, avaliação das condições do ambiente de trabalho e aprimoramento a comunicação, de forma que não prejudique a imagem da instituição nem o desempenho do professor, evitando assim o mal desempenho dos alunos.

Finalizo, que a Síndrome de *Burnout* é um grande problema da saúde pública e privada e necessitando ser reconhecida como doença para que possam ser implementadas medidas para sua prevenção. Só assim as pessoas poderão identificar os sinais e sintomas que ocorrem no dia a dia e buscar um tratamento antes que a Síndrome se agrave gerando uma patologia maior. Investindo na saúde e qualidade vida do professor, estará automaticamente investindo em uma educação de qualidade.

## 5. REFERÊNCIAS

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011, 229 p.

BORSOI, I. C. S.; PEREIRA, F. S. **Mulheres e Homens em jornadas sem limites: Docência, gênero e sofrimento**. *Temporalis: Revista da Associação Brasileira de Ensino e Pesquisa em Serviço Social*, Brasília, v1, n. 21, p. 119-145, jan/jun, 2011. Disponível em: <<http://periodicos.ufes.br/temporalis/article/view/1380/1635>>. Acessado em: 02 de fevereiro de 2018.

De Andrade PS, de Oliveira Cardoso TA. Prazer e dor na docência: revisão bibliográfica sobre a síndrome de Burnout. *Saúde Soc.* 2012;21(1):129-40. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-12902012000100013>.

CAMARGO, D. A.; CAETANO, D.; GUIMARÃES, L. A. M. **Psiquiatria ocupacional II: Síndromes psiquiátricas orgânicas relacionadas ao trabalho**. VIII. Fórum de saúde e segurança do trabalho. FEBRABAN, 2005. Disponível em: <[http://www.medtrab.ufpr.br/arquivos%20para%20download/saude\\_mental/Psiquiatria%20ocupacional%20II%20s%EDndromes%20psiqui%20E1tricas.pdf](http://www.medtrab.ufpr.br/arquivos%20para%20download/saude_mental/Psiquiatria%20ocupacional%20II%20s%EDndromes%20psiqui%20E1tricas.pdf)>. Acessado em: 02 junho de 2018.

CARLOTTO, M. S. **A síndrome de Burnout e o trabalho docente**. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 7, n. 1, p. 21-29, jan./jun. 2002. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/%0D/pe/v7n1/v7n1a03.pdf>>. Acessado 25 Fevereiro de 2018.

CASTRO, F. G. de; ZANELLI, J. C. **Síndrome de Burnout e Projeto de ser**. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, v. 10, n. 2, 2007. p. 17-33. Disponível em: <<http://www.revistas.usp.br/cpst/article/view/25798/27531>>. Acessado 15 Junho de 2018.

COSTA, Ludmila da Silva Tavares; GIL-MONTE, Pedro Rafael; POSSOBON, Rosana de Fátima; AMBROSANO, Glaucia Maria Bovi. **Prevalência da Síndrome de Burnout em uma Amostra de Professores Universitários Brasileiros**. *Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal*, 2012.

FRANÇA, A. C. L.; RODRIGUEZ, A. L. *Stress e trabalho*. São Paulo: Atlas, 1999.

GOMES, R. C. **Síndrome de Burnout em docentes**. Trabalho de Conclusão do Curso de Graduação em Odontologia da Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande, 2014. Disponível: <<http://dspace.bc.uepb.edu.br:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/6862/PDF%20-%20Rosaline%20Campos%20Gomes.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Acessado 10 de Abril de 2018.

GUIMARÃES, L.; CARDOSO, WLCD. **Atualizações da síndrome de Burnout**. São Paulo: Casa do Psicólogo; 2004.

HINDLE, T. **Como Reduzir o Stress**. São Paulo: Livraria Civilização Editora, 1998.

MASSA, Lilian Dias Bernardo, et al. **Síndrome de Burnout em Professores Universitários**. Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo, 2016. Disponível em < <http://www.revistas.usp.br/rto/article/view/104978/116562>>. Acessado 22 de Outubro de 2018.

MASLACH, C.; SCHAUFELI, W. B.; LEITER, M. P. **Job Burnout**. Annual Reviews Psychology, n. 52, p. 397-422. 2001. Disponível: <<http://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/154.pdf>>. Acessado: 10 Janeiro de 2018.

MASLACH, Christina; LEITER, Michael P. **Fonte de prazer ou desgaste?** Guia para vencer o estresse na empresa. Campinas: Papirus, Maslach,1999.

MASLACH, Christina; JACKSON, S. **Burnout in organizational settings**. Applied Social Psychology Annual, 5, 1984.

MENEGAZ, FDL. **Características da incidência de Burnout em pediatras de uma organização hospitalar pública**. Florianópolis: Centro de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Federal de Santa Catarina; 2004. Disponível: <<https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/87064>>. Acesso: 10 Março. 2018.

SELIGMANN; S. E. **Desgaste mental no trabalho dominado**. Revista Brasileira de Enfermagem. Rio de Janeiro: UFRJ, Cortez, 1994. Disponível em: < [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-71671994000100018](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71671994000100018)>. Acesso em: 10 Junho. 2018.

SILVA DE OLIVEIRA, HÉLDIA. **Síndrome de Burnout em Docentes Universitários**. Trabalho de conclusão de curso do Curso de Docência de Ensino Superior da Universidade Cândido Mendes. Disponível em: <<http://www.avm.edu.br/monopdf/8/HÉLDIA%20SILVA%20DE%20OLIVEIRA.pdf>>. Acesso em: 10 Abril. 2018.

SOUSA, A. F. *Estresse ocupacional em motoristas de ônibus urbano: o papel das estratégias de coping*. 2005. 176 p. Dissertação (Mestrado em Filosofia) - Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Federal da Bahia, Salvador.

SOUZA, ÁGNES KAROLYNE DA SILVA; MARIA, ANDERSON LEANDRO. **Síndrome de Burnout em diferentes áreas profissionais e seus efeitos**. Artigo de revisão. Disponível em: <<http://www.periodicos.ulbra.br/index.php/actabrasileira/article/view/2920/2492>>. Acesso em: 10 Março. 2018.

SOUZA, IVONE FELIX DE; MENDONÇA, HELENIDES. **Burnout em Professores universitários: Impacto de percepções de Justiça e Comprometimento Afetivo**. Artigo de revisão. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/ptp/v25n4/a05v25n4>>. Acesso em: 20 de Outubro de 2018.



PÊGO, Franciara Pereira Lopes; PÊGO, Delcir Rodriguês. **Síndrome de Burnout**. Revista Brasileira de Medicina do trabalho. Disponível em <<http://www.rbmt.org.br/details/46/pt-BR/sindrome-de-burnout>>. Acessado em: 25 de Outubro de 2018.

## ANEXOS

### ANEXO I – QUESTIONÁRIO SEMIESTRUTURADO: BURNOUT EM PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS

#### A – DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS

1. Idade: \_\_\_\_\_ anos
2. Sexo: ( ) M ( ) F
3. Orientação sexual: ( ) Heterossexual ( ) Homossexual ( ) Bissexual
4. Cor ou Raça/Etnia: ( ) Branca ( ) Preta ( ) Parda ( ) Amarela ( ) Indígena
5. Estado Civil: ( ) Solteiro ( ) Casado ( ) Divorciado ( ) Separado ( ) Viúvo ( ) União estável
6. Número de filhos: ( ) 0 ( ) 1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( ) 5 ( ) 6 ( ) 7 ( ) 8 ( ) 9 ( ) 10
7. Condição de moradia: ( ) Sozinho  
( ) Acompanhado: [ ] Pais/outros familiares [ ] Cônjuge/companheiro  
[ ] Amigos/república [ ] outro \_\_\_\_\_
8. Você tem alguma religião? ( ) Não ( ) Sim, qual? \_\_\_\_\_
9. Você pratica sua religião? ( ) Não ( ) Sim
10. Participação em grupos sociais? ( ) Não ( ) Sim, qual(is)? \_\_\_\_\_
11. Faz tratamento para alguma doença física? ( ) Não ( ) Sim, qual(is)? \_\_\_\_\_  
Se sim, essa doença foi diagnosticada após o início das atividades como professor universitário?  
( ) Não ( ) Sim, quanto tempo após iniciar as atividades? \_\_\_\_\_ anos  
Você correlaciona essa doença com as atividades na docência? ( ) Não ( ) Sim
12. Faz tratamento para algum transtorno psiquiátrico? ( ) Não ( ) Sim, qual(is)? \_\_\_\_\_  
Se sim, esse transtorno foi diagnosticado após o início das atividades como professor universitário?  
( ) Não ( ) Sim, quanto tempo após iniciar as atividades? \_\_\_\_\_ anos  
Você correlaciona esse transtorno com as atividades na docência? ( ) Não ( ) Sim

#### B – FORMAÇÃO PROFISSIONAL

13. Área de formação: ( ) biológicas ( ) exatas ( ) humanas
14. Curso de formação: \_\_\_\_\_
15. Nível de formação: ( ) Graduação ( ) Especialização ( ) Mestrado  
( ) Doutorado ( ) Pós doutorado

**C – ATUAÇÃO PROFISSIONAL**

16. Há quanto tempo trabalha na docência? \_\_\_\_\_ anos
17. Há quanto tempo trabalha na docência nesta instituição? \_\_\_\_\_ anos
18. Quantidade de vínculos empregatícios: \_\_\_\_\_
19. Quantidade de vínculos empregatícios na docência: \_\_\_\_\_
20. Quantidade de vínculos empregatícios na docência universitária: \_\_\_\_\_
21. Carga horária de trabalho semanal na docência: \_\_\_\_\_ horas/semana
22. Carga horária de trabalho semanal na docência universitária: \_\_\_\_\_ horas/semana

**D – PERCEPÇÕES SOBRE FATORES DE RISCO E DE PROTEÇÃO À SÍNDROME DE BURNOUT**

23. Em sua opinião, quais os fatores de risco presentes nesta instituição, relacionados a ocorrência de sintomatologia para Síndrome de Burnout em professores universitários?

---

---

---

---

---

24. Em sua opinião, quais os fatores de proteção presentes nesta instituição, relacionados a ocorrência sintomatologia para Síndrome de Burnout em professores universitários?

---

---

---

---

---

25. Em sua opinião, quais ações de promoção à saúde e prevenção a ocorrência de sintomatologia para Síndrome de Burnout deveriam ocorrer nesta instituição?

---

---

---

---

## ANEXO II – QUESTIONÁRIO JBEILI PARA IDENTIFICAÇÃO PRELIMINAR DA BURNOUT

MARQUE “X” na coluna correspondente:

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

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

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

## ANEXO III – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Caro Participante,

Gostaríamos de convidá-lo a participar como VOLUNTÁRIO da pesquisa intitulada:

### **SINDROME DE BURNOUT E FATORES ASSOCIADOS: UM ESTUDO EPIDEMIOLÓGICO COM PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS**

que se refere a um TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO da participante GESSIANA FERNANDES SILVA do curso de GRADUAÇÃO em ENFERMAGEM da FEMA - FUNDAÇÃO EDUCACIONAL DO MUNICÍPIO DE ASSIS.

Os objetivos deste estudo são: Identificar a ocorrência de sinais e sintomas referentes a síndrome de Burnout em professores universitários numa instituição de ensino superior no interior paulista; caracterizar os professores universitários, trabalhadores de uma instituição de ensino superior no interior paulista; aplicar o questionário JBEILI para identificação preliminar da Burnout; conhecer o quantitativo de professores universitários que vivenciam sintomatologia para Síndrome de Burnout; descrever a sintomatologia apresentada para Síndrome de Burnout; investigar os fatores de risco e fatores de proteção associados à ocorrência de sintomatologia para síndrome de Burnout, conforme a percepção de professores universitários de uma instituição de ensino superior no interior paulista.

Os resultados contribuirão para conhecimento a respeito do assunto, a fim de implantação de ações direcionadas para promoção da saúde e prevenção de doenças relacionadas ao tema em questão.

Sua forma de participação consiste em responder a dois questionários no intuito de identificar a vivência de sinais e sintomas da síndrome de Burnout. Os instrumentos compreendem um questionário, semiestruturado com dados sociodemográficos e questões sobre a Síndrome de Burnout em professores universitários e o questionário JBEILI para identificação preliminar da Síndrome de Burnout.

Estes questionários poderão ser respondidos em local que seja de maior privacidade e confiança, conforme a sua percepção, e após respondidos, deverão ser entregues aos pesquisadores em local pré-agendado. Prevê-se o tempo de 20 minutos para que todas as respostas sejam fornecidas.

Seu nome não será utilizado em qualquer fase da pesquisa, o que garante seu anonimato, e a divulgação dos resultados será feita de forma a não identificar os voluntários.

Não será cobrado nada, não haverá gastos e não estão previstos ressarcimentos ou indenizações.

Considerando que toda pesquisa oferece algum tipo de risco, nesta pesquisa o risco pode ser avaliado como: RISCO MÍNIMO, relacionado a exposição de informações de cunho pessoal, contudo, reafirmamos que o direito a confidencialidade sobre os dados fornecidos será mantido.

Como benefícios esperados através de sua participação nesta pesquisa, divulgaremos os resultados com a identificação de sinais e sintomas relacionados a Síndrome de Burnout e a sintomatologia respectiva, e, através deste diagnóstico situacional, iremos sugerir a implantação de estratégias de prevenção e recuperação relacionadas à ocorrência de sintomatologia para Síndrome de Burnout nesta população, tendo em vista a vulnerabilidade a qual estão expostos.

Gostaríamos de deixar claro que sua participação é voluntária e que poderá recusar-se a participar ou retirar o seu consentimento, ou ainda descontinuar sua participação se assim o preferir, sem penalização alguma ou sem prejuízo ao seu cuidado.

Desde já, agradecemos sua atenção e participação e colocamo-nos à disposição para maiores informações.

Você ficará com uma via deste Termo e em caso de dúvidas e outros esclarecimentos sobre esta pesquisa você poderá entrar em contato com os pesquisadores:

Principal: **DANIEL AUGUSTO DA SILVA**

Participante: **GESSIANA FERNANDES SILVA**

Endereço profissional: **Fundação Educacional do Município de Assis  
Avenida Getúlio Vargas, 1200, Vila Nova Santana, Assis/SP – Tel: (18) 3302 1055**

Em caso de dúvida quanto à condução ética do estudo, entre em contato com o **Comitê de Ética em Pesquisa da Fundação Educacional do Município de Assis – CEP/FEMA**.

O Comitê de Ética é a instância que tem por objetivo defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e para contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos. Dessa forma o comitê tem o papel de avaliar e monitorar o andamento do projeto de modo que a pesquisa respeite os princípios éticos de proteção aos direitos humanos, da dignidade, da autonomia, da não maleficência, da confidencialidade e da privacidade.

**Comitê de Ética em Pesquisa da Fundação Educacional do Município de Assis – CEP/FEMA  
Avenida Getúlio Vargas, 1200, Vila Nova Santana, Assis/SP – Telefone: (18) 3302 1055**

Eu \_\_\_\_\_, confirmo que DANIEL AUGUSTO DA SILVA / GESSIANA FERNANDES SILVA explicou-me os objetivos desta pesquisa, bem como, a forma de participação.

As alternativas para minha participação também foram discutidas.

Eu li e compreendi este Termo de Consentimento, portanto, eu concordo em dar meu consentimento para participar como voluntário desta pesquisa.

Assis, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(Assinatura do participante da pesquisa ou representante legal)

Eu, \_\_\_\_\_  
(nome do membro da equipe que apresentar o TCLE)

Obtive de forma apropriada e voluntária o Consentimento Livre e Esclarecido do sujeito da pesquisa ou representante legal para a participação na pesquisa.

\_\_\_\_\_  
(Assinatura do membro da equipe que apresentar o TCLE)

\_\_\_\_\_  
(Identificação e assinatura do pesquisador responsável)