



Estresse e síndrome de *burnout* em professores: Prevalência e causas

Stress and burnout syndrome in teachers: prevalence and causes

Alex Andrade Mesquita^[a], Dayanna Santos Gomes^[b], Juliana Lima Lobato^[c], Ludmilla Gondim^[c], Simone Batista de Souza^[c]

Resumo

Professores mantêm contato direto com o público e muitas vezes trabalham em condições inadequadas, constituindo um grupo de risco sujeito a apresentar alto nível de estresse e *burnout*. O principal objetivo do estudo foi verificar estresse, *burnout* e suas causas em um grupo de professores. Os instrumentos utilizados foram o Inventário de Sintomas de *Stress* Adulto de Lipp (ISSL) e o Maslach Burnout Inventory (MBI), além de uma folha de registro de fatores causadores de estresse. Participaram do estudo 357 professores de Ensino Médio e Fundamental de escolas públicas. Os resultados mostraram que a maior parte dos professores apresenta estresse, porém, em fase de resistência. Os professores, em sua maioria, se consideram altamente realizados com seu trabalho, apesar de apresentarem níveis medianos de exaustão emocional e despersonalização. A causa mais comum de estresse relatado foi indisciplina/violência dos alunos. Os escores obtidos foram inferiores comparados a estudos anteriores.

Palavras-chave: Estresse. *Burnout*. Professores.

Abstract

Teachers keep direct contact with public and often work under inadequate conditions. As a result, they represent a group at risk of developing stress and burnout. The main objective of this study was to investigate the levels and causes of stress and burnout among teachers. A sample of 357 high and elementary public school teachers was evaluated using the Lipp Adult Stress Symptoms Inventory (ISSL) and the Maslach Burnout Inventory (MBI). The identified causes of stress and burnout were annotated on an additional sheet. The results showed that most of teachers had stress, however in resistance phase. The majority of teachers showed high professional accomplishment and intermediary levels of emotional exhaustion and depersonalization. The main cause of reported stress was students' indiscipline/violence. The found scores of stress and burnout were lower than the reported by other studies

Keywords: Stress. *Burnout*. Teachers.

^[a] Psicólogo, doutorando em Teoria e Pesquisa do Comportamento (UFPA), professor do departamento de psicologia da Universidade Federal do Maranhão (UFMA), São Luís, MA - Brasil, e-mail: alexmesquita@gmail.com

^[b] Bacharel em Psicologia pela Universidade Federal do Maranhão (UFMA), São Luís, MA - Brasil, e-mail: dadabiu@hotmail.com

^[c] Graduandas do curso de Psicologia da Universidade Federal do Maranhão (UFMA), São Luís, MA - Brasil, e-mails: juliana.l.lobato@hotmail.com, ludmilla_gondim@hotmail.com, simoneufma@gmail.com

Recebido: 30/01/2012
Received: 01/30/2012

Aprovado: 24/04/2012
Approved: 04/24/2012

Introdução

A palavra estresse foi primeiramente utilizada na física, indicando o desgaste sofrido por materiais expostos a pressões ou forças. Na área da saúde, foi inicialmente usada por Hans Selye, ao perceber que muitas pessoas que sofriam de várias doenças físicas apresentavam algumas queixas em comum como: fadiga, hipertensão, desânimo e falta de apetite (Pafaro & Martino, 2004).

Modernamente, estresse pode ser definido como um desgaste geral do organismo, causado por alterações psicofisiológicas que ocorrem quando o indivíduo é forçado a enfrentar situações que o irritam, excitam, amedrontam, ou mesmo que o façam imensamente feliz (Pafaro & Martino, 2004). Pode-se analisar o estresse: como estímulo, com o enfoque no impacto dos estressores; como resposta, quando examinada a tensão produzida pelos estressores; e como processo, quando entendido a partir da interação entre pessoa e ambiente (Stacciarini & Troccoli, 2001).

Selye (1956) desenvolveu o conceito de síndrome geral de adaptação como consequência à exposição repetida e prolongada a um evento estressor. O autor expôs ratos a eventos estressores como fadiga, calor e frio intenso e observou reações fisiológicas semelhantes comuns nos animais envolvidos nas diversas situações como: alargamento do córtex adrenal, contração do tímus e das glândulas linfáticas e ulceração no estômago e duodeno. A síndrome geral da adaptação pode ser dividida em três fases, em resposta ao estímulo estressor:

- Fase de reação ou alarme – se um estímulo estressor é forte, o organismo se prepara para uma reação de fuga ou luta, aumentando a liberação de adrenalina. Essa fase dura apenas algumas horas e a produtividade aumenta.
- Fase de resistência – se o estressor perdura, o organismo usa toda a energia para se reequilibrar. Ocorre redução de liberação de adrenalina e aumento de corticosteroides, o organismo fica mais fraco e suscetível a doenças.
- Fase de exaustão – se o estressor persiste, o organismo fica exausto, podem ocorrer distúrbios psicológicos como depressão, ansiedade aguda, vontade de fugir, dificuldade de memória e de tomar decisões e irritabilidade. Podem ocorrer, ainda,

doenças como hipertensão, gastrite, úlceras e baixa do sistema imunológico, facilitando o aparecimento de diversas outras doenças.

Em pesquisas mais recentes, verificou-se que uma quarta fase distinta das três já descritas podia ser observada: a fase de quase-exaustão, que ocorre anteriormente à fase de exaustão. Nessa fase, inicia-se o processo de adoecimento e os órgãos que possuem maior vulnerabilidade genética ou adquirida passam a mostrar sinais de deterioração (Lipp & Malagis, 1995).

O estresse, além de contribuir para o aparecimento de doenças, também pode aumentar o risco de comportamentos danosos à saúde, tais como: tabagismo, alcoolismo, uso de drogas, diminuição da nutrição e do sono (Stacciarini & Troccoli, 2001).

Estresse ocupacional e o trabalho do professor

O trabalho ocupa tempo considerável na vida do indivíduo, para boa parte das pessoas, é a atividade em que se gasta mais tempo durante a vida. Pode ser fonte de prazer e promover o acesso a bens de consumo, respeito, poder; ou levar ao desprazer, à preocupação e ao estresse. As contingências do trabalho moderno, com crescente competição, exigências de tempo e esforço cada vez maiores e medo do desemprego, o transformam em uma fonte de tensão constante, aumentando casos de doenças físicas e mentais em decorrência do estresse.

Guimarães e Freire (2004) dizem que é possível observar três tipos de transformações ocorridas no mercado de trabalho recentemente. A primeira é ligada aos processos técnicos como: automatização, incorporação da tecnologia da informação e desmaterialização da produção. Um segundo nível de mudanças ocorre no contexto macroeconômico: globalização da economia, racionalização e concentração das empresas. A terceira fonte de mudanças trata-se da flexibilização das jornadas de trabalho com aumento do trabalho por turnos. Essas mudanças provocaram deslocamento da sobrecarga física do trabalho para a mental, aumento de exigência e responsabilidade dos funcionários, aumento do tempo trabalhando e necessidade permanente de adaptação e reciclagem.

Os profissionais da educação não ficaram fora das novas tendências do mercado de trabalho e das mudanças sociais recentes. Jornadas de trabalho

extensas chegando a três turnos de trabalho, precarização do vínculo trabalhista com pagamento por hora e sem direitos trabalhistas, pressão por resultados, condições de trabalho por vezes insalubres ou sem material adequado, falta de limites e violência por parte dos alunos. Yang, Ge, Hu, Chi e Wang (2009) estudaram 3.570 professores na China e verificaram que eles apresentaram índices mais altos de estresse e pior qualidade de vida que pessoas da população em geral.

Goulart Júnior e Lipp (2008) realizaram um estudo com 175 professores de Ensino Fundamental em uma cidade do interior de São Paulo, com o objetivo de verificar se os professores apresentavam estresse, utilizando o Inventário de *Stress* Adulto de Lipp (ISSL). A pesquisa revelou que 56,6% dos professores estavam experimentando estresse, cujos principais sintomas presentes eram: sensação de desgaste físico constante, cansaço constante, tensão muscular, problemas com a memória, irritabilidade excessiva, cansaço excessivo, angústia/ansiedade diária, pensar constantemente em um só assunto e irritabilidade sem causa aparente. Dentre os 99 professores pesquisados que apresentaram estresse, 80,8% encontravam-se na fase de resistência, 17,2% estavam na fase de quase-exaustão e 2% na fase de exaustão. Verificou-se ainda a predominância de sintomas psicológicos na amostra pesquisada (59,6%).

Sorato e Marcomin (2007) objetivavam verificar o nível de estresse e suas causas em 16 professores universitários dos cursos de Enfermagem, Filosofia, Letras e Ciências da Computação. Foi possível constatar alto nível de estresse nos professores pesquisados (62,5%), sendo que 50% se encontravam na fase de resistência; 6,25% na fase de quase-exaustão; e 6,25% na fase de exaustão. Em relação às causas de estresse na profissão, os professores destacaram questões relacionadas ao excesso de trabalho (25%); ao relacionamento interpessoal (25%); burocracia (12,5%); responsabilidade na formação do aluno (12,5%) e desinteresse dos alunos (12,5%).

Witter (2003) realizou uma revisão de artigos no *PsycArticle* entre os anos de 1987 e 2002 e verificou que 28 artigos sobre estresse em professores foram escritos. A autora considerou esse número pequeno e concentrado apenas em alguns grupos de pesquisa.

Síndrome de *burnout*

Freudenberger (1974) criou a expressão *staff burnout* para descrever uma síndrome composta por exaustão, desilusão e isolamento em trabalhadores da saúde mental. Posteriormente, esse conceito foi expandido por Maslach e Jackson (1981), descrevendo a síndrome de *burnout*, fundamentada na perspectiva social-psicológica. Considera-se *burnout* como uma reação ao estresse emocional crônico por lidar excessivamente com pessoas. É um construto formado por três dimensões relacionadas, mas independentes: (a) exaustão emocional — caracterizada por falta de energia e entusiasmo e por sensação de esgotamento de recursos, ao qual pode somar-se o sentimento de frustração e tensão nos trabalhadores, por perceberem que já não têm condições de despender mais energia para o atendimento de seu cliente ou demais pessoas como faziam antes; (b) despersonalização — caracterizada pelo desenvolvimento de uma insensibilidade emocional, que faz com que o profissional trate os clientes, colegas e a organização de maneira desumanizada; (c) diminuição da realização pessoal no trabalho — caracterizada por uma tendência do trabalhador a avaliar-se de forma negativa, tornando-se infeliz e insatisfeito com seu desenvolvimento profissional, com conseqüente declínio no seu sentimento de competência e êxito, bem como de sua capacidade de interagir com os demais.

Nos Estados Unidos, o estresse e os problemas relacionados, como é o *burnout*, provocam um custo calculado de mais de \$ 150 bilhões anualmente para as organizações (Trigo, Teng, & Halak, 2007).

Um estudo da Organização Mundial da Saúde (World Health Organization, 2003) considerou o *burnout* como uma das principais doenças dos europeus e americanos, ao lado do diabetes e das doenças cardiovasculares. Em uma meta-análise de 485 estudos com uma amostra de 267.995 indivíduos, avaliaram-se evidências que relacionavam satisfação com o trabalho a bem-estar físico e mental. Houve intensa associação entre baixos níveis de satisfação com o trabalho e problemas mentais como *burnout*, baixa autoestima, depressão e ansiedade (Faragher, Cass, & Cooper, 2005). Estima-se que os custos médicos com tratamento de doenças aumentem aproximadamente 46% em pessoas com altos níveis de estresse (Trigo et al., 2007).

Um levantamento alemão estimou que 4,2% de sua população de trabalhadores era acometida pela síndrome de *burnout* (Houtman citado por Trigo et al., 2007).

O *burnout* foi estudado em diversas profissões: médicos, enfermeiros, agentes de saúde, fisioterapeutas, psicólogos, caminhoneiros, operadores de voo entre outros (e.g. Amorim, 2008; Benevides-Pereira, 2008; Benevides-Pereira & Moreno-Jiménez, 2008). Em professores, a síndrome afeta o ambiente educacional e interfere na obtenção dos objetivos pedagógicos, levando esses profissionais a um processo de alienação, desumanização e apatia, ocasionando problemas de saúde, absenteísmo e intenção de abandonar a profissão. Ainda que esse assunto tenha sido foco de investigação em vários países, no Brasil encontramos poucos estudos que abordam a síndrome de *burnout* em professores, principalmente quanto a sua associação com fatores de estresse (Carlotto & Palazzo, 2006).

Codo e Vasques-Menezes (1999) realizaram um estudo nacional utilizando o Inventário Maslach de *Burnout* (MBI), com o objetivo de verificar os níveis de *burnout* em aproximadamente 39 mil professores e profissionais da educação em todo o país. Os resultados revelaram que 10,7% dos profissionais apresentavam alta despersonalização, 25,1% alta exaustão emocional e 31,6% baixa realização profissional.

Batista, Carlotto, Coutinho e Augusto (2010) utilizaram o MBI em uma amostra de 256 professores de escolas públicas. Pôde-se verificar que 8,3% dos professores apresentaram alto nível de despersonalização, 33,6% alto nível de exaustão emocional e 43,4% baixa realização pessoal no trabalho.

Valério, Amorim e Moser (2009) compararam a presença da síndrome de *burnout* entre professores de educação física e professores de outras disciplinas, utilizando o MBI. A amostra foi constituída por 649 professores de educação física e 7.331 professores de outras disciplinas do Ensino Médio e Fundamental. Os resultados apontaram que 10% dos professores de educação física apresentavam *burnout* contra 29% dos professores de outras disciplinas. Esse fato se explica pelo ambiente de trabalho diferenciado e mais realização de atividade física.

Dessa forma, pode-se constatar que pessoas com altos índices de estresse e *burnout* são menos produtivas no trabalho, têm risco aumentado de ficarem doentes ou adquirem outros transtornos

mentais, aumentando, assim, os gastos públicos com saúde. Professores faltam mais ao trabalho, tornam-se menos eficientes, desumanizados, desmotivados e infelizes. Portanto, alternativas de redução de estresse e *burnout* são importantes para se reverter esse quadro, sendo necessário inicialmente tomar conhecimento da prevalência do fenômeno e suas causas. O uso de medidas de estresse e *burnout* são complementares, pois uma pessoa pode apresentar nível elevado de estresse e não apresentar *burnout*.

Os objetivos do estudo foram: verificar em um grupo de professores a presença de estresse, suas fases e a predominância de sintomas. Verificar se os professores apresentam síndrome de *burnout* e qual a porcentagem dentro desse grupo. Comparar níveis de estresse e *burnout* de professores de Ensino Médio e Fundamental. Verificar se fatores como: sexo, tempo de serviço e idade influenciam nos níveis de estresse e *burnout*. Verificar os principais fatores causadores de estresse relatados pelos professores.

Método

Participaram da pesquisa 357 professores, de 19 disciplinas, de 44 escolas públicas, provenientes de uma amostragem estratificada de seis regiões da cidade de São Luís, sendo 83 homens e 274 mulheres, com idade média de 40,66 anos (DP = 9,60). Esse número de participantes é estatisticamente representativo da população e foi calculado a partir da fórmula de amostragem para amostras finitas. O intervalo de confiança escolhido foi de 95% e o erro amostral permitido de 5%.

Instrumentos

O Inventário de *Stress* Adulto de Lipp (ISSL) é um teste escrito validado, composto por 23 questões de múltipla escolha, que mede o grau de estresse do respondente (Lipp, 2002). Ele se baseia na teoria de estresse de Seyle (1956/1970), revisada por Lipp (2002). É composto de três quadros que se referem às fases do estresse, sendo o quadro dois utilizado para avaliar as fases 2 e 3 (resistência e quase-exaustão). Os sintomas listados são típicos de cada fase. No primeiro quadro tem-se 12 sintomas físicos e três psicológicos, o respondente assinala com

F1 ou P1 os sintomas físicos ou psicológicos que tenha experimentado nas últimas 24 horas. No segundo quadro são dez sintomas físicos e cinco psicológicos, e se assinala com F2 ou P2 os sintomas experimentados na última semana. No quadro três, composto por 12 sintomas psicológicos e 11 físicos, assinala-se com F3 ou P3 os sintomas experimentados no último mês. Como resultado, é possível verificar em qual fase do estresse a pessoa se encontra e a sintomatologia na área física e psicológica.

O MIB é um teste escrito que investiga a presença da síndrome de *burnout*. É composto por 22 questões em escala Likert de zero a cinco, em que o participante deve dizer a frequência com que sente o sintoma: 1 para nunca, 2 para algumas vezes ao ano, 3 para algumas vezes ao mês, 4 para indicar algumas vezes na semana e 5 para diariamente. Foi utilizada a versão traduzida e validada para professores (Carlotto & Câmara, 2004). O teste se baseia na teoria de Maslach e Jackson (1981) sobre *burnout*. Ele informa os níveis das três dimensões constituintes do *burnout*: despersonalização, exaustão emocional e realização profissional. Altos escores em exaustão emocional e despersonalização e baixos escores em realização profissional são indicativos de *burnout*.

A folha de registro de fatores causais sobre estresse continha uma questão aberta com a seguinte instrução: "Descreva os fatores em seu trabalho, caso existam, que lhe provocam estresse ou desgaste físico ou mental. Escreva por tópicos em ordem crescente começando do fator mais estressante. Numere o item informado começando por 1 (um)".

Procedimento

Inicialmente, foi realizado contato com a diretora das escolas selecionadas solicitando consentimento para realização da pesquisa. Os professores assinavam o termo de consentimento livre e esclarecido e preenchiam os testes em seus intervalos entre as aulas. Os pesquisadores auxiliavam os participantes quando solicitado e, no fim, conferiam se os testes estavam preenchidos em sua totalidade.

Os dados foram analisados com o pacote estatístico SPSS17. Para comparação das médias entre os professores de Ensino Médio e Fundamental e sexo masculino e feminino foi utilizado o teste *t* de Student. A correlação linear de Person foi utilizada para correlacionar idade, tempo de serviço e

escores nos testes MBI e ISSL. As causas de estresse relatadas foram categorizadas conforme elementos comuns e apresentadas a dois observadores independentes que realizavam a categorização. Para que uma resposta entrasse em uma categoria deveria haver acordo entre os observadores. O nível de acordo escolhido entre os observadores foi de 100%. Quando ocorria divergência nas respostas entre os observadores, eles se reuniam e decidiam por uma categoria.

Resultados

Pôde-se observar que 50,83% dos professores apresentaram estresse e 49,72% não apresentaram. Dentre os estressados, 1,64% estava na fase de alerta, 87,36% na fase de resistência, 10,44% na fase de quase-exaustão e 0,55% na fase de exaustão (Gráfico 1). Ocorreu predominância de sintomas psicológicos em 46,37% dos participantes estressados; em 44,69% a predominância de sintomas foi física; e em 8,94% ocorreu predominância de sintomas físicos e psicológicos.

O Gráfico 2 apresenta as dimensões constituintes da síndrome de *burnout*. Observa-se que 15,74% dos professores apresentaram alto nível de exaustão emocional, 81,22% médio e 3,04% baixo ($M = 25,46$ e $DP = 7,41$). Para despersonalização, observou-se que 3,31% apresentam alto nível, 62,71% médio e 33,7% baixo ($M = 8,75$ e $DP = 3,85$). Nenhum professor relatou sentir baixa realização profissional, 64,64% apresentaram alto nível de realização e 35,36% médio nível ($M = 31$ e $DP = 5,51$).

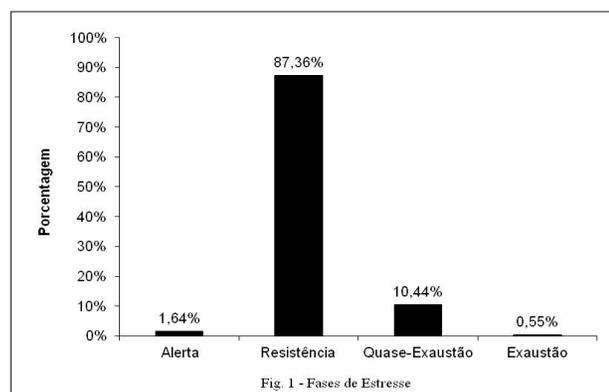


Fig. 1 - Fases de Estresse
Gráfico 1 - Fases de estresse
 Fonte: Dados da pesquisa.

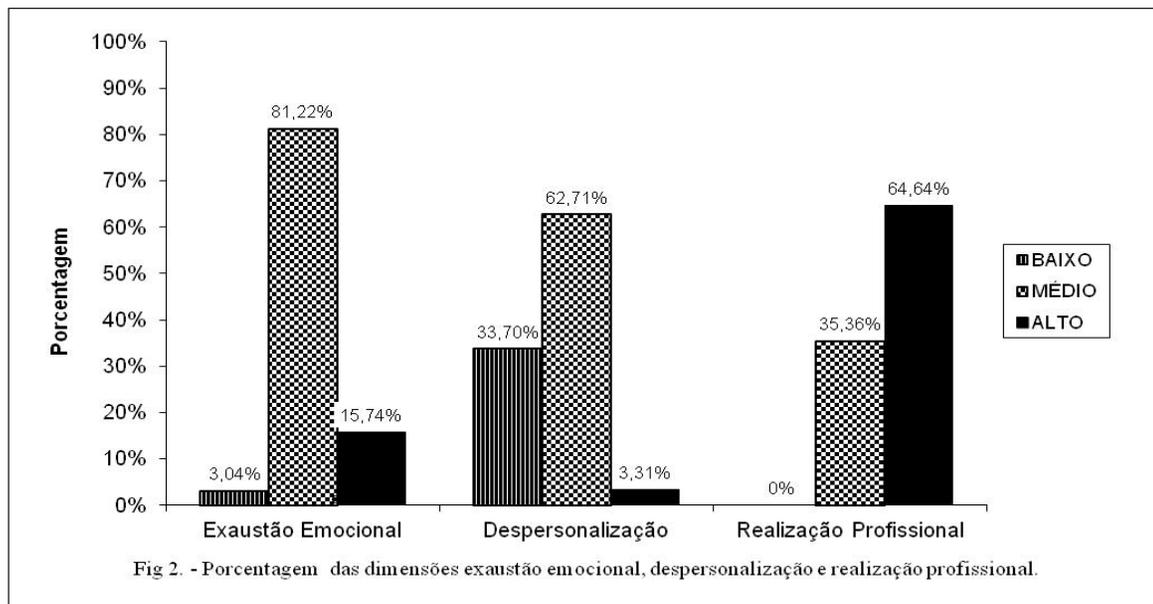


Gráfico 2 - Percentagem das dimensões exaustão emocional, despersonalização e realização profissional

Fonte: Dados da pesquisa.

Tabela 1 mostra que não foi verificada diferença significativa em relação ao nível de estresse entre professores de Ensino Médio e Fundamental, $t = 0,36$ ($p = 0,699$). Não foi verificada diferença significativa entre professores de Ensino Médio e Fundamental em relação à exaustão emocional, $t = 0,747$ ($p = 0,456$), despersonalização, $t = 0,98$ ($p = 0,922$), e realização profissional, $t = 1,560$ ($p = 0,120$).

Também não foi verificada diferença significativa em relação ao sexo masculino e feminino, tanto para estresse, $t = -1,05$ ($p = 0,35$), quanto para exaustão emocional, $t = 0,74$ ($p = 0,45$), despersonalização, $t = 3,6$ ($p = 0,01$), e realização profissional, $t = -2,47$ ($p = 0,14$).

Tabela 1 - Diferenças nos escores entre professores de Ensino Médio e Fundamental em relação à presença de estresse e nas dimensões da síndrome de burnout: exaustão emocional, despersonalização e realização profissional. Medido pelo teste t de Student

Variáveis	t	P
Estresse	0,36	0,699
Exaustão emocional	0,747	0,456
Despersonalização	0,98	0,922
Realização profissional	1,560	0,120

Fonte: Dados da pesquisa.

Não houve correlação significativa entre estresse e idade ou estresse e tempo de serviço. Ocorreu uma correlação negativa significativa fraca entre exaustão emocional e idade, $r = -0,121$ ($p = 0,005$), e uma correlação significativa fraca entre realização profissional e tempo de serviço, $r = 0,108$ ($p = 0,05$). Entre as demais dimensões de *burnout* não se verificou correlações significativas (Tabela 2).

O Gráfico 3 apresenta as causas de estresse mais relatadas pelos professores, que foram: indisciplina/violência, com 16,07% de relatos, desinteresse dos alunos, com 12,42%, e superlotação das turmas, com 9,04%.

Tabela 2 - Correlações entre tempo de serviço, idade, estresse, exaustão emocional, despersonalização e realização profissional

Variáveis	Estresse	EE	DE	RP
Idade	0,21	-0,121	-0,92	0,64
Sig	0,694	0,023*	0,86	0,232
Tempo de serviço	0,73	-0,087	-0,81	0,108**
Sig	0,172	0,105	0,131	0,044

Legenda: * = correlação significativa em $p < 0,05$; ** = correlação significativa em $p < 0,001$.

Fonte: Dados da pesquisa.



Gráfico 3 - Causas de estresse relatadas

Fonte: Dados da pesquisa.

Discussão

Os resultados mostraram que a maior parte dos professores encontra-se estressada, porém, em fase de resistência, uma fase ainda pouco prejudicial. Os resultados são semelhantes aos encontrados por Goulart Junior e Lipp (2008) e Servilha (2005), em que a prevalência de estresse foi de 56,6% e 47,8%, respectivamente.

Observaram-se níveis mais baixos de exaustão emocional e despersonalização e mais alto de realização profissional do que o verificado, por exemplo, por Batista et al. (2010) e Codo e Vasques-Menezes (1999). Na dimensão realização profissional, nenhum professor apresentou baixo nível no atual estudo, enquanto que no estudo de Codo e Vasques-Menezes (1999) esse índice foi de 30,6%; em Carlotto (2011) 28,9%; e em Batista et al. (2010)

43,4%. Em contrapartida, os escores em despersonalização e exaustão emocional foram mais elevados no presente estudo que os encontrados por Carlotto (2011), em que 5,6% de professores apresentaram alto nível de exaustão emocional e 0,7% alto nível de despersonalização, porém, mais baixos que os de Codo e Vasques-Menezes (1999) e Batista et al. (2010). As comparações entre os estudos citados encontram-se na Tabela 3. Foram verificados elevados índices de exaustão emocional, medianos de despersonalização e altos em realização profissional, o que implica dizer que os professores, mesmo realizados, sentem-se sobrecarregados com seu trabalho e muitos tratam seus colegas e alunos de forma indiferente. Comparado a outros grupos profissionais como médicos, psicólogos, fisioterapeutas e enfermeiros, os níveis de todas as dimensões do professor foram mais baixos (Amorim, 2008; Benevides-Pereira, 2008; Benevides-Pereira & Moreno-Jiménez, 2008).

Ocorreram apenas duas correlações fracas entre as variáveis estudadas, uma negativa: exaustão emocional e idade, e uma positiva: realização profissional e tempo de serviço. Esse fato está de acordo com os resultados obtidos por Carlotto (2011), em que foi verificado que, quanto mais jovem, maior é o sentimento de distanciamento das pessoas com as quais o professor tem que se relacionar em seu trabalho. Farber citado por Carlotto (2011) acredita que jovens professores possuem maior risco de desenvolver *burnout*, provavelmente pelas expectativas irrealistas em relação à profissão e pela preparação insuficiente para a prática do trabalho docente.

Benevides-Pereira (2008) diz que alguns estudos afirmam que o *burnout* é mais comum em

mulheres. Carlotto (2011) revela que as mulheres apresentam mais exaustão emocional e mais realização no trabalho, sendo que homens apresentam mais despersonalização, o que não foi verificado neste estudo, o qual está de acordo com os resultados de Silva e Carlotto (2003), que também não verificaram tal associação.

A causa mais frequente de estresse relatada foi: indisciplina/violência, seguida por falta de interesse dos alunos. Fato semelhante se observa em Lopes e Pontes (2009), que citam como a principal dificuldade encontrada pelos professores na escola a falta de interesse dos alunos. Em Carlotto e Pallazo (2006), o “mau comportamento dos alunos” foi o fator mais citado entre variáveis psicossociais correlacionadas ao *burnout*. Esse resultado reflete uma problemática social mais ampla: o aumento da violência no Brasil e entre outros países do mundo e a falta de limites das gerações mais jovens.

Considerações finais

O professor é um profissional de enorme importância para o desenvolvimento da sociedade e para o progresso de uma nação. Os países que realizam investimento em qualificação e qualidade de vida desses profissionais colhem resultados positivos. O estudo verificou que muitos professores estão estressados, exaustos e alguns já não tratam seus alunos e colegas de maneira humanizada. Por outro lado, esses profissionais ainda se sentem realizados, talvez pelo fato de poderem contribuir para a melhoria da vida de muitas pessoas e de sentirem que realizam um trabalho extremamente útil.

Tabela 3 - Comparação dos resultados com alto nível de exaustão emocional e despersonalização e baixa realização profissional entre estudos realizados

Pesquisa	EE	DE	RP
Batista e cols (2010)	33%	8,3%	43,4%
Codo e Wasques-Menezes (1999)	10,7%	25,1%	31,6%
Carlotto (2011)	5,6%	0,7%	28,9%
Presente estudo	15,7%	3,3%	0%

Fonte: Dados da pesquisa.

Referências

- Amorim, C. (2008). Síndrome de burnout em fisioterapeutas e acadêmicos de fisioterapia. In A. M. T. Benevides-Pereira. *Quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador* (pp. 93-104, 3. ed.). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Batista, J. B. V., Carlotto, M. S., Coutinho, A. S., & Augusto, L. G. S. (2010). Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 13(3), 502-512.

- Benevides-Pereira, A. M. T. (2008). *Quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador* (3. ed.). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Benevides-Pereira, A. M. T., & Moreno-Jiménez, B. (2008). O burnout em um grupo de psicólogos brasileiros. In A. M. T. Benevides-Pereira. *Quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador* (pp. 1557-186, 3. ed.). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Carlotto, M. S. (2011). Síndrome de Burnout em Professores: Prevalência e Fatores Associados. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 27(4), 403-410.
- Carlotto, M. S., & Câmara, S. G. (2004). Análise fatorial do Maslach Burnout Inventory (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. *Psicologia em Estudo*, 9(3), 499-505.
- Carlotto, M. S., & Pallazo, L. S. (2006). Avaliação de intervenção em estresse ocupacional. *Cadernos de Saúde Pública*, 22(5), 1017-1026.
- Codo, W., & Vasques-Menezes, I. (1999). O que é burnout? In W. Codo (Org.). *Educação: Carinho e trabalho: Burnout, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação*. Petrópolis, RJ: Vozes.
- Faragher, E. B., Cass, M., & Cooper, C. L. (2005). The relationship between job satisfaction and health: a meta-analysis. *Occupational and Environmental Medicine*, 62(2), 105-112.
- Freudenberger, H. (1974). Staff burnout. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159-165.
- Goulart, E., Jr., Lipp, M. E. N. (2008). Estresse entre professoras do ensino fundamental de escolas públicas estaduais. *Psicologia em Estudo*, 13(4), 847-857.
- Guimarães, L. A. M., & Freire, H. B. (2004). Sobre o estresse ocupacional e suas repercussões na saúde. In L. A. M. Guimarães & S. Grubits (Org.). *Série Saúde Mental e Trabalho* (Vol. 2, pp. 29-54). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Lipp, M. E. N. (2002). *Manual do Inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp (ISSL)* (2. ed.). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Lipp, M. E. N., & Malagis, L. N. (1995). Manejo do Estresse. In B. Rangé (Org.). *Psicoterapia Comportamental e Cognitiva*. Campinas: PSY.
- Lopes, A. P., & Pontes, É. A. S. (2009). Síndrome de Burnout: um estudo comparativo entre professores das redes pública estadual e particular. *Psicologia Escolar e Educacional*, 13(2), 275-281.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99-113.
- Pafaro, R. C., & Martino, M. M. F. (2004). Estudo do estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 38(2), 152-160.
- Selye, H. (1956). *The stress of life*. Toronto: McGraw-Hill.
- Servilha, E. A. M. (2005). Estresse em professores universitários na área de fonoaudiologia. *Revista Ciência Médica*, 14(1), 43-52.
- Silva, G. N., & Carlotto, M. S. (2003). Síndrome de burnout: Um estudo com professores da rede pública. *Revista de Psicologia Escolar e Educacional*, 7(2), 145-153.
- Sorato, M. T., & Marcomin, F. A. (2007). A percepção do professor universitário acerca do stress. *Saúde em Revista*, 9(21), 33-39.
- Stacciarini, J. M. R., & Troccoli, B. T. (2001). O estresse na atividade ocupacional do enfermeiro. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 9(2), 112-120.
- Trigo, T. R., Teng, C. T., & Hallak, J. E. C. (2007). Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 34(5), 223-233.
- Valério, F. J., Amorin, C., & Moser, A. M. (2009). A síndrome de Burnout em professores de Educação Física. *Revista de Psicologia da IMED*, 1(1), 127 - 136.
- Witter, G. P. (2003). Professor-estresse: análise de produção científica. *Psicologia Escolar e Educacional*, 7(1), 33-46.
- World Health Organization (2003). Statement on the burnout syndrome among physicians. *European Forum of Medical Association*. Berlin.
- Yang, X., Ge, C., Hu, B., Chi, T., & Wang, L. (2009). Relationship between quality of life and occupational stress among teachers. *Journal of Public Health*, 123(11), 750-755.