

## **SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA DE TERESINA DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19**

**Eline Dos Santos Silva**  
**Francisco Valdivino Rocha Lima**  
**Elane dos Santos Silva Barroso Silva Barroso**  
**Laíse Do Nascimento Silva**  
**Ewerton Dos Santos Silva**

Submetido em: 15.10.2022

Aceito em: 28.12.2022

Publicado em: 30.12.2022

### **Resumo**

O isolamento social imposto como umas das formas de prevenção da transmissão da COVID 19, fez com que alguns profissionais fossem obrigados a trabalhar no formato remoto, dentre estes, o professor, tornando a jornada de trabalho docente mais exaustiva. Dessa forma, o objetivo deste estudo foi investigar a manifestação dos sintomas da Síndrome de Burnout em professores da educação básica da cidade de Teresina durante a pandemia da Covid-19. Foi aplicada a Escala de Caracterização de Burnout (ECB) validada por Tamayo e Tróccoli (2009) e um questionário para obtenção dos dados demográficos, mais uma pergunta aberta sobre como a COVID 19 afetou o trabalho, enviado para os participantes pelo whatsapp e e-mail. Participaram 61 professores. Através das análises constatou-se que os professores de Teresina se sentem mais esgotados, potencializados com a pandemia, sendo comprovado devido à alta taxa do nível de realização pessoal/decepção no trabalho. Considerando o caráter multifatorial da Síndrome de Burnout é essencial entender os aspectos laborais e psicossociais que podem estar correlacionados ao adoecimento, com a incorporação dos docentes em ações direcionadas para o bem-estar e qualidade de vida no trabalho.

**Palavras-chave:** Ensino Remoto; Pandemia; Covid; Síndrome Burnout.

### **BURNOUT SYNDROME IN BASIC EDUCATION TEACHERS IN TERESINA DURING THE COVID-19 PANDEMIC**

### **Abstract**

The social isolation imposed as one of the ways to prevent the transmission of COVID-19 meant that some professionals were forced to work in the remote format, among them, the teacher, making the teaching journey more exhausting. Thus, the objective of this study was to investigate the manifestation of symptoms of Burnout Syndrome in elementary school teachers in the city of Teresina during the Covid-19 pandemic. The Burnout Characterization Scale (ECB) validated by Tamayo and Tróccoli (2009) and a questionnaire to obtain demographic data were applied, plus an open question about how COVID-19 affected work, sent to participants via Whatsapp and email. mail. 61 teachers participated. Through the analysis it was found that the teachers of Teresina feel more exhausted, potentiated by the pandemic, which is proven due to the high rate of the level of personal fulfillment/disappointment at work. Considering the multifactorial character of Burnout Syndrome, it is essential to understand the work and psychosocial aspects that may be correlated with illness, with the incorporation of professors in actions aimed at well-being and quality of life at work.

**KEYWORDS:** Remote Learning; Pandemic; Covid; Burnout Syndrome.

## 1 INTRODUÇÃO

Em 31 de dezembro de 2019 foi anunciado ao mundo a descoberta de uma nova cepa de Coronavírus na China, esse que antes nunca tinha sido identificado em humanos, nomeada de SARS-CoV-2 (Síndrome Respiratória Aguda Grave do Coronavírus 2), geradora da COVID-19 (Doença do Coronavirus-2019), e que logo se espalhou por outros países. Uma das medidas determinadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2021) foi declarar Emergência de Saúde Pública para conter o avanço da Covid 19-devido sua alta taxa de transmissão-aconselharam-se medidas como lockdown, uso de máscaras, lavagem das mãos e distanciamento social.

Com isso, muitas profissões tiveram que se adaptar à nova realidade imposta, dentre elas: os professores. Devido a suspensão das aulas presenciais por tempo indeterminado, as escolas encontraram como alternativa, as aulas de forma remotas. No Art. 1º da portaria nº 544, de 16 de junho de 2020, dispõe sobre “Autorizar, em caráter excepcional, a substituição das disciplinas presenciais, em cursos regularmente autorizados, por atividades letivas que utilizem recursos educacionais digitais”. No entanto, o processo de adaptação para esse novo modelo, por parte dos professores foi bastante complexa, pois muitos deles encontraram dificuldade no manuseio dessas novas tecnologias.

A finalidade desse trabalho é pesquisar: Como se manifestou a Síndrome de Burnout (exaustão, despersonalização e falta de realização pessoal) nos professores da educação básica de Teresina durante a pandemia de covid 19? Para responder a seguinte pergunta, traçou-se como objetivo geral: investigar a manifestação dos sintomas da Síndrome de Burnout em professores da educação básica da cidade de Teresina durante a pandemia da Covid-19. E de forma específica, observar os fatores que levaram os docentes a desenvolver a síndrome de burnout no contexto da pandemia de covid 19; Verificar se houve um aumento do adoecimento físico e mental dos docentes com o distanciamento social, e comparar sobre a prevalência da síndrome de burnout entre os docentes oriundos das instituições públicas e privadas.

A metodologia será de caráter descritivo, fazendo uso da pesquisa de campo, dessa forma foi adotado um *survey*, empregando o questionário como instrumento para coleta de dados em duas partes: a primeira com questões sociodemográficas que visava traçar o perfil dos professores da educação básica de Teresina, e a outra contendo questões da Escala de

Validação de Burnout (ECB) validada por Tamayo e Tróccoli (2009) e uma pergunta aberta sobre como a COVID 19 afetou o trabalho. O instrumento de coleta de dados foi enviado por meio do aplicativo WhatsApp e e-mail, obtendo uma amostra final de 61 respondentes. Como técnica de análise, utilizou-se da estatística descritiva dos dados.

A saúde emocional dos trabalhadores, em especial dos professores, tem sido bastante explorada nos últimos anos pela literatura acadêmica. Esta pesquisa tem sua importância no estudo de doenças psicológicas que afetam o desempenho profissional, como a Síndrome de Burnout, que será nosso foco de estudo. E pode instrumentalizar as instituições de ensino para o desenvolvimento de políticas organizacionais relacionadas a qualidade de vida do trabalho, no que diz respeito a saúde do docente, e trazer benefícios tanto para o para o professor, quanto as instituições e sociedade.

## 2 REFERENCIAL TEÓRICO

### 2.1 SÍNDROME DE BURNOUT: CONCEITOS, SINTOMAS E FATORES DE RISCO

O vocábulo “burnout” deriva do inglês, e significa “queimar até o fim” (MICHAELLIS, 2016). Considerada como uma reação ao esgotamento físico e mental causado por excesso de trabalho, ou de um quadro de stress prolongado decorrente da atividade profissional, onde tem muitas responsabilidades, e vive constantemente sob pressão (GIL-MONTE, 2005).

Burnout é um dos temas mais estudados em Psicologia da Saúde Ocupacional, visto que suas implicações têm reafirmado as significativas consequências em termos de saúde dos trabalhadores e organizações (BAKKER; COSTA, 2014).

Esse transtorno foi citado pela primeira vez por Herbert Freudenberger, que identificou a síndrome em si, através de um autodiagnóstico (FREUDENBERG, 1974). O transtorno está registrado na 11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11) como fenômeno ocupacional, porém não é classificado como uma condição médica, apesar da sua presença trazer danos ao ambiente organizacional.

A síndrome de burnout possui três dimensões; Para Oliveira *et al.*(2020) são relacionadas e interdependentes: exaustão emocional, que corresponde ao desgaste emocional e a sensação de sobrecarga, como por exemplo, a falta de energia e disposição para realizar determinadas atividades; despersonalização, que nada mais é que o desenvolvimento de sentimentos negativos, a falta de sensibilidade para com o outro, a ironia; e diminuição da

realização pessoal o trabalho é a sensação de inadequação pessoal e profissional ao trabalho e incompetência (OLIVEIRA *et al.*, 2020).

Os profissionais mais suscetíveis ao desenvolvimento da síndrome de burnout são os de natureza assistencial (enfermeiros, professores, policiais, terapeutas) que requerem relacionamento direto e frequente com pessoas que necessitam de algum tipo de cuidado/ou auxílio (BENEVIDES-PEREIRA, 2002).

Um profissional acometido perde sua capacidade laboral e como consequências surgem nas organizações problemas como: absenteísmo, licença médica, rotatividade, baixo desempenho e má qualidade no trabalho; além de distúrbios individuais (depressão, problemas de saúde, uso de drogas e reclamações psicossomáticas), atitudes inadequadas (insatisfação no trabalho, falta de comprometimento organizacional, intenção de abandonar o trabalho) que são indicadores que podem ser utilizados pelos gestores de avaliação da saúde dos trabalhadores e da organização (TAMAIO-TROCCÓLI, 2009).

Pereira (2014) divide os sintomas da Síndrome de Burnout em: físicos, psíquicos (aqueles relativos ao comportamento) e os defensivos. Os sintomas físicos seriam: a fadiga constante e progressiva, dores musculares ou osteomusculares, distúrbios do sono, cefaleias, enxaquecas, perturbações gastrointestinais, imunodeficiência, transtornos cardiovasculares, distúrbios do sistema respiratório, disfunção sexual e alterações menstruais nas mulheres. Já como sintomas psicológicos: falta de atenção, concentração, alterações de memória, lentificação do pensamento, sentimento de alienação, sentimento de solidão e impotência, impaciência, labilidade emocional, dificuldade de autoaceitação, baixa autoestima, astenia, desânimo, disforia, depressão, desconfiança, paranoia.

Os sintomas comportamentais, Pereira (2014) elenca: negligência ou escrúpulo excessivo, irritabilidade, incremento da agressividade, incapacidade para relaxar, dificuldade na aceitação de mudanças, perda de iniciativa, aumento do consumo de substâncias, comportamento de alto risco, suicídio. Por último, os sintomas defensivos que são: tendência ao isolamento, sentimento de onipotência, perda de interesse pelo trabalho (ou até de estar em família), absenteísmo, desejo de abandonar o trabalho, ironia, cinismo.

## 2.2 A ATIVIDADE DOCENTE NO CONTEXTO DA PANDEMIA DA COVID-19 E A SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES

Pereira (2020) enfatiza a preocupação mundial com as implicações a nível econômico, político, social e sanitário, nas esferas federal, estadual e municipal, em busca da redução no avanço da Covid-19, fazendo uso do distanciamento social, e tentando evitar o colapso no sistema de saúde público e privado. Diante desse quadro, os docentes, discentes e profissionais da educação adotaram medidas a fim de dar continuidade ao desenvolvimento das aulas que tinham sido suspensas, para conter a transmissão em massa, evitar a evasão, e concluir o calendário escolar.

A alternativa mais segura encontrada de ensino deu-se na forma remota. Para muitos docentes foi considerado um desafio. Pois sentiram-se mais cobrados na tentativa de inovar suas estratégias pedagógicas, e ao mesmo tempo manter a qualidade do ensino (MORENO-CORREA, 2019).

Com a pandemia, a rotina que já era cansativa, se tornou ainda mais pesada, pois o profissional se viu trabalhando dobrado: planejando aulas, postando vídeos nas plataformas, desenvolvendo atividades, em um ambiente no qual ele não está habituado, causando ainda mais esgotamento. Com isso, inúmeros professores vêm adoecendo física e mental, em virtude da pressão para se alcançar os objetivos impostos pelos gestores escolares, pelos pais, e a evasão dos alunos. A literatura científica em prol dessa nova realidade imposta ainda é escassa. Serão necessários muitos estudos posteriores para se analisar as consequências a longo prazo que a pandemia trouxe para o comportamento dos professores, pois as mais emergentes, procuraremos analisar nessa pesquisa (OLIVEIRA, 2020).

De acordo com Resk (2011), os profissionais da Educação (considerado um grupo inofensivo), apesar de serem reconhecidos como de baixo risco, sofrem sérias transformações em seu ambiente de trabalho de diversos fatores de natureza sócio-histórica, política e cultural. Para Pigati e Silva (2020) o ensino é uma área em que os profissionais diariamente enfrentam problemas reais, que acabam acarretando um estresse e desgaste, que está inserido na Síndrome de Burnout.

A docência é uma profissão público-alvo de inúmeros estressores psicossociais. Pois além das longas jornadas de trabalho, falta de reconhecimento na carreira e envolvimento emocional, existe o acúmulo de funções, que seriam: a execução de tarefas administrativas e burocráticas, enfrentamento da falta de interesse, e indisciplina dos alunos, a ausência de

estrutura e recursos, a inexistência de diálogo e suporte por parte dos administradores, gestores públicos, pais e comunidade (CARLOTTO; PALAZZO, 2006; COSTA; ROCHA, 2013).

Todo esse desgaste físico e emocional prolongado no ambiente laboral, que acometem os professores é chamada de Síndrome de Burnout, desenvolvida a longo prazo, e pode ser percebida por meio de diferentes sintomas, que surgem com intensidades (variadas, associadas ou até mesmo isoladas), principalmente quando seu horário de trabalho abarca outras funções fora da sua natureza: “estão relacionadas ao cuidado, à possibilidade ou não de se estabelecer um vínculo afetivo como aluno que favoreça o processo de aprendizagem e permita ao professor realizar um bom trabalho” (SOUZA, 2008, p,2).

Bezerra (2008) afirma que os profissionais idealistas e com altas expectativas em relação aos resultados do seu trabalho são os mais afetados com enfermidades pois na impossibilidade de alcançar esses resultados ideais, se decepcionam consigo mesmos e com a carreira. Para Carlotto (2014, p. 192) os docentes com Burnout percebem-se física e emocionalmente esgotados, e vivem ansiosos, tristes, irritados ou com raiva. As situações estressantes vividas dentro e fora da sala de aula, tem sido levada em conta quando se observa os sinais que afetam as atividades diárias do professor.

Entre essas situações estressantes, Resk (2011) enumerou: a superlotação das salas de aula, exposição dos professores a temperaturas inadequadas, longa jornada de trabalho, dupla jornada das mulheres, além da falta de tempo para si e para se atualizarem. O autor elencou ainda a falta de valorização, burocratização das atividades, falta de diálogo com a administração das escolas e expansão dos contratos de trabalhos temporários e eventuais.

A Organização Internacional do Trabalho- OIT tem chamado essa doença de “Síndrome de desistência do educador”, por conta do elevado número de professores que são afastados das suas funções. Pereira (2014, p. 15) afirma que: “O envolvimento afetivo que ocorre em algumas profissões incrementa e dá um caráter distinto às alterações experienciadas” (PEREIRA, 2014, P.15).

### **3 METODOLOGIA**

Para a realização do estudo foi utilizado a pesquisa descritiva. Quanto à abordagem, classifica-se como quantitativa, que segundo Lakatos (2019) “os instrumentos de pesquisa são elaborados para garantir o registro criterioso de informações, o controle e a análise dos dados

recolhidos no campo. Na pesquisa quantitativa, há necessidade de mensuração das variáveis estabelecidas e verificação e explicação das influências delas em outras variáveis”.

Quanto ao procedimento técnico, pesquisa de campo, através de um levantamento *Survey*, que de acordo com (Gil,2021, p.224) “é a modalidade de pesquisa caracterizada pela interrogação direta das pessoas cujo comportamento se deseja conhecer. Possibilita, também, a obtenção de uma grande quantidade de dados em curto espaço de tempo, com custos relativamente baixos”.

Será utilizada a Escala de Caracterização de Burnout (ECB), validada por Tamayo e Tróccoli (2009) que avalia as três dimensões da Síndrome de Burnout: exaustão emocional, desorganização/desumanização e realização pessoal/decepção no trabalho, com 35 perguntas, em uma escala tipo likert de 5 pontos (1=Discordo Totalmente e 5=Concordo Totalmente), e uma de caráter subjetivo, juntamente com características sociodemográficas. Os pontos de corte para identificar o nível (baixo, moderado e alto) em que o indivíduo se encontra dentro dos fatores da escala ECB estão dispostos na tabela 1.

Tabela 1- Pontos de Corte para os níveis de Burnout, segundo fatores de escala

Dimensões	Questões	Nível		
		Baixo	Moderado	Alto
Exaustão Emocional	1 a 12	$\leq 1,75$	1,75-2,58	$\geq 2,58$
Despersonalização	13 a 22	$\leq 1,30$	1,30-1,90	$\geq 1,90$
Realização Pessoal	23 a 35	$\leq 2,00$	2,00-2,27	$\geq 2,27$

**Fonte:** Baseado em Tamayo e Tróccoli (2009)

A forma de coleta de dados adotada, tendo em vista que o procedimento técnico, foi por meio eletrônico, com a utilização da plataforma *Google Forms*. O questionário foi enviado por meio do aplicativo *WhatsApp* entre os dias 10/02/2022 até 20/03/2022, para atingir mais respondentes, adotou-se a metodologia de amostragem por bola de neve que tem um processo de permanente coleta de informações, que procura tirar proveito das redes sociais dos entrevistados identificados para fornecer ao pesquisador com um conjunto cada vez maior de contatos potenciais, sendo que o processo pode ser finalizado a partir do critério de ponto de saturação (VINUTO, 2014), dessa forma, a amostra foi formada por aqueles que o devolveram o questionário com todas as perguntas respondidas, obteve-se o retorno de 61 professores. Para a análise dos dados foi utilizado o *Microsoft Excel*. No tratamento desses dados, levou-se em consideração as diversas variáveis quantificáveis, utilizando-se técnicas estatísticas descritivas.

#### 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dentre os entrevistados há uma faixa etária que varia de 25 a 55 anos de idade, sendo 76,7% do sexo feminino e 23,3% do sexo masculino. Além disso, 58,3% responderam que são casados(as), e 51,7% têm filhos. Quanto a instituição de ensino, 66,1% é da rede pública. Em relação a titulação dos docentes, 68,3% possuem especialização, 15% mestrado e 16,7% apenas graduação.

Síndrome de Burnout é uma reação ao esgotamento físico e mental causado por excesso de trabalho, ou de um quadro de stress prolongado decorrente da atividade profissional, onde tem muitas responsabilidades, e vive constantemente sob pressão (GIL-MONTE, 2005). A exaustão emocional foi a primeira dimensão analisada, e corresponde ao desgaste emocional e a sensação de sobrecarga, como por exemplo, a falta de energia e disposição para realizar determinadas atividades (OLIVEIRA *et al.*, 2020).

Os resultados em relação a dimensão Exaustão emocional estão dispostos na Tabela 2.

Tabela 2- Exaustão Emocional

	Discordo Totalmente	Discordo	Indiferente ou Neutro	Concordo	Concordo Totalmente
Eu me sinto desgastado com meu trabalho		19,7%		59%	16,4%
Eu me sinto sugado pelo meu trabalho		18%	8,2%	60,7%	9,8%
Meu trabalho me faz sentir como se estivesse no limite das minhas possibilidades	13,1%	27,9%	16,4%	34,4%	8,2%
Meu trabalho me exige mais do que posso dar	9,8%	27,9%	13,1%	34,4%	14,8%
Meu trabalho me faz sentir emocionalmente exausto		16,4%		52,5%	18%
Meu trabalho afeta negativamente minha saúde física		26,2%		42,6%	
Sinto-me esgotado ao final de um dia de trabalho		11,5%		63,9 %	19,7%
Sinto que a carga emocional do meu trabalho é superior àquela que posso suportar	11,5%	24,6%	18%	39,3%	
Acho que estou trabalhando demais no meu emprego		16,4%		59%	11,5%
Meu trabalho afeta negativamente meu bem-estar psicológico	19,7%	34,4%	11,5%	31,1%	
Sinto que meu trabalho está me destruindo	11,5%	34,4% %	13,1%	34,4%	
Eu me sinto saturado do meu trabalho		19,4%		59%	16,4%

Fonte: Dados da pesquisa (2022)



Nos dados da tabela 2 nota-se que mais de 80% dos respondentes afirmaram que se sentem esgotados ao final de um dia de trabalho, em outro questionamento, há uma porcentagem maior quando afirmam trabalho exige mais do que podem dar e 70% se sentem emocionalmente exaustos.

Para Pigati e Silva (2020) o fato de o ensino ser uma área em que os profissionais diariamente enfrentam problemas reais, que acabam acarretando estresse e desgaste. Levando em consideração o que foi dito acima, mais de 60% se sentem saturados com o trabalho, e a mesma margem quando dizem achar que estão trabalhando demais no emprego. Outro questionamento foi perguntado se o trabalho afeta de forma negativa na saúde física, onde 42,6% concordam.

Tamayo e Troccóli (2009) afirma que a despersonalização denota presença de atitudes negativas do profissional no relacionamento com os usuários dos seus serviços (insensibilidade, indiferença, falta de preocupação). A tabela 3 evidencia os achados relativo à dimensão de despersonalização em que 42,6% dizem perder paciência, e 43,3% ficam de mau humor quando lidam com os alunos. Compartilham da assertiva de que não tratam os alunos com distanciamento, e não acham que desagradam os alunos, e nem os tratam com cinismo.

Tabela 3- Despersonalização/Desumanização

	Discordo Totalmente	Discordo	Indiferente ou Neutro	Concordo	Concordo Totalmente
Trato alguns alunos com frieza	15%	38,3%	18,3%	25%	
Perco a paciência com alguns alunos	13,1%	27,9%	8,2%	42,6%	
Fico de mau humor quando lido com alguns alunos	13,3%	30%	10%	43,3%	
Enfureço-me com alguns alunos	18%	34,4%	19,7%	34,6%	
Trato alguns alunos com indiferença, quase de forma mecânica	24,6%	44,3%	11,5%	18%	
Trato alguns alunos com distanciamento	13,3%	38,3%	18,3%	25%	
Sinto que alguns alunos são meus "inimigos"	36,7%	51,7%	6,7%	3,3%	1,7%
Sinto que desagrado alguns alunos	18%	31,3%	18,3%	31,7%	
Trato alguns alunos com cinismo	28,3%	40%	11,7%	16,7%	
Evito o trato com alguns alunos	25%	45%	10%	16,7%	

Fonte: Dados da pesquisa (2022)

De acordo com Pigatti e Silva (2020) os dados apresentados acima é visto como consequência, a falta de disposição e energia, onde o professor desenvolve um distanciamento psíquico e emocional dos alunos e suas relações, podendo atingir igualmente suas relações sociais.

Os resultados relativos a dimensão Realização Pessoal/Decepção no Trabalho estão dispostos na Tabela 4.

Tabela 4- Realização Pessoal/Decepção no Trabalho

	Discordo Totalmente	Discordo	Indiferente ou Neutro	Concordo	Concordo Totalmente
Sinto-me emocionalmente vazio com o meu trabalho	16,4%	39,3%	19,7%	21,3%	
Eu me sinto desiludido com o meu trabalho	11,5%	27,9%	16,4%	37,7%	
Eu me sinto identificado com o meu trabalho			11,7%	56,7%	21,7%
Acho que meu trabalho parece sem sentido	30%	40%	10%	16,7%	
Eu me sinto desanimado com o meu trabalho	13,1%	41%	18%	23%	
Acho que as coisas que realizam no meu trabalho valem a pena			56,7%	30%	
Eu me sinto frustrado com o meu trabalho	8,2%	31,1%	11,5%	42,6%	
Meu trabalho me faz sentir como se estivesse num beco sem saída	25%	45%	10%	15%	
Sinto-me desesperado com o meu trabalho	27,1%	45,8%	13,6%		
Eu me sinto inútil com o meu trabalho	35%	48,3%	10%		
Quando me levanto de manhã sinto cansaço só de pensar que tenho que encarar mais um dia de trabalho	16,4%	21,3%	13,1%	42,6%	
Eu me sinto cheio de energia para trabalhar	10%	30%	26,7%	28,3%	
Sinto-me infeliz com meu trabalho	18%	36,1%	23%	16,4%	

Fonte: Dados da pesquisa (2022)

Na tabela 4 que aborda sobre realização pessoal ou decepção no trabalho, os respondentes em sua maioria se sentem identificado com o trabalho, e acham que as coisas que realizam no trabalho valem a pena. Porém, mais adiante 42,6% se sentem frustrado com o trabalho, como também se sentem cansados quando se levantam de manhã para encarar mais um dia de trabalho, e um número significativo discordam com a assertiva de se sentirem cheio de energia para trabalhar. Massa e Silva (2016) nos traz a percepção em que a redução de realização pessoal no trabalho, ou decepção no trabalho é caracterizado pela tendência do indivíduo a se autoavaliar de maneira negativa, se sentir incapaz, insuficiente, desmotivado e com baixa autoestima, características essas que pudemos ver no decorrer das respostas.

Para avaliar os níveis da Síndrome de Burnout, utilizamos a Escala de Caracterização de Burnout (ECB), de Tamayo e Tróccoli. O resultado da distribuição dos níveis de Burnout estão dispostos na tabela 5.

Tabela 5-Distribuição dos níveis de Burnout segundo os fatores de escala

Nível	Exaustão Emocional		Despersonalização		Realização Pessoal	
	N	%	N	%	N	%
Leve	4	6,6%	7	11,5%	6	9,9%
Moderado	8	13%	6	9,9%	2	3,2%
Alto	49	80,4%	48	78,6%	53	86,9%
Total	61	100	61	100	61	100

Fonte: Dados da pesquisa (2022)

A respeito da distribuição dos indivíduos em cada nível de Burnout, dos 61 respondentes, observou-se que no fator exaustão emocional 6,6% se enquadraram no nível leve, 13,1% no moderado e 80,3% no alto. No fator despersonalização/desumanização 11,5% enquadram-se no leve, 9,9% no moderado, e 78,6% no alto. E no fator realização pessoal/decepção no trabalho 9,9% considerados leve, 3,2% moderado, e 86,9% alto.

Os níveis altos nos três fatores, mas com ênfase na realização pessoal/decepção no trabalho nos leva a refletir que o contexto da pandemia de COVID 19 intensificou o esgotamento profissional na categoria dos professores. Pudemos observar que 77% dos indivíduos da nossa pesquisa são do sexo feminino e (50,8%) possuem filhos, e está em sua maioria na faixa etária de 31 a 40 anos, onde a mudança da forma presencial para a remota, e as cobranças de forma excessiva desencadeou diferenciados sintomas da Síndrome de Burnout.

Para Massa e Silva (2016) a dimensão exaustão emocional é considerada característica precedente e fator central da Síndrome de Burnout, e muitas vezes, a abertura para o desenvolvimento das demais dimensões, onde as questões buscam sinais de cansaço no trabalho, desgaste e manifestações de esgotamento. A despersonalização ou desumanização é caracterizados por afirmativas relacionadas a desinteresse e atitudes negativas ao lidar com os outros e dureza emocional. Já a realização pessoal ou decepção no trabalho condiz quando o profissional tende a se autoavaliar de forma negativa, se senti incapaz, insuficiente, desmotivado e com baixa autoestima. A tabela 6 dispõe a distribuição de níveis de Burnout apenas dos professores de escola pública.

Tabela 6- Distribuição dos níveis de Burnout segundo os fatores de escala em professores da escola pública

Nível	Exaustão Emocional		Despersonalização		Realização Pessoal	
	N	%	N	%	N	%
Leve	3	7,3%	5	12,2%	4	9,9%
Moderado	5	12,2%	6	14,7%	2	4,8%
Alto	33	80,5%	30	73,1%	35	85,3%
Total	41	100	41	100	41	100

Fonte: Dados da pesquisa (2022)

De acordo com a tabela 6, em que o público-alvo são os professores da escola pública, observou-se que o fator exaustão emocional 7,3% enquadram-se no nível leve, 12,2% no moderado, e 80,5% no alto. E no fator despersonalização pessoal 12,2% no nível leve, 14,7% no moderado e 73,1% no alto. Já na realização pessoal 9,9% pertencem ao nível leve, 4,8% ao moderado e 85,3% ao alto. Percebemos que os docentes das escolas públicas se encontram em alto grau de esgotamento físico e mental, sensação de estar sendo cobrado ao máximo com a modalidade remota, e sentimento de insatisfação/e ou incompetência no trabalho,

Tabela 7- Distribuição dos níveis de Burnout segundo os fatores de escala em professores da escola particular

Nível	Exaustão Emocional		Despersonalização		Realização Pessoal	
	N	%	N	%	N	%
Leve	1	5%	2	10%	2	10%
Moderado	3	15%	0	0	0	0
Alto	16	80%	18	90%	18	90%
Total	20	100	20	100	20	100

Fonte: Dados da pesquisa (2022)

Na tabela 7 foram fornecidos os dados relativos aos professores pertencentes as escolas particulares, na qual a dimensão exaustão emocional revelou-se 5% no nível leve, 15% no moderado e 80% no alto. O fator despersonalização e realização pessoal enquadraram-se com 10% no nível leve, não foi encontrado nenhum docente considerado no moderado, e 90% no nível alto. Ao verificar as três dimensões é possível notar a elevada taxa no nível alto, sendo superior até mesmo aos professores da escola pública, mostrando que essa doença multifatorial deixou muitos indivíduos estressados, ansiosos, irritados, e desmotivados, e teve como agravante, a pandemia.

Na figura 1 estão dispostas as palavras que mais aparecem nas respostas a pergunta aberta sobre como a COVID 19 afetou o trabalho. As palavras que mais aparecem nas falas dos



**Quadro 1-** De falas sobre o adoecimento físico e mental

Entrevistado 3	“O período da pandemia constituiu um dos maiores entraves no desenvolvimento pleno do meu trabalho. De todas as situações vivenciadas em sala, viver a experiência do sistema de aulas remotas ou híbridas se tornou algo extremamente desgastante. O medo do vírus e a necessidade de reinventar a rotina e o trabalho de forma emergencial tornou tudo um fardo. Claro que a situação trouxe aprendizados, mas romantizar o momento é de longe cruel para com uma classe que precisou ser reinventada e que foi duramente atacada na pandemia, como preguiçosa.”
Entrevistado 13	“No distanciamento com meus alunos e demais colegas de trabalho. Ficou mais trabalhoso, cansativo e desestimulante devido algumas dificuldades em ter acesso ao aprendizado.”
Entrevistado 7	“Me senti sobrecarregada por ter que trabalhar de forma online e ao mesmo tempo dar conta das atividades domésticas, juntando isso ao fato de ter que desenvolver habilidades para esse tipo de trabalho. Acabei por precisar fazer terapia, pois minha saúde emocional estava completamente comprometida.”
Entrevistado 19	“Aumentou a demanda e o tempo de serviço dedicado à escola fora do horário de trabalho. Sinto-me mais ansiosa, pois vou trabalhar com medo de adoecer.”
Entrevistado 28	“Afetou no emocional, me faltou motivação, pois ficar no trabalho remoto não me trouxe resultados satisfatórios!”
Entrevistado 8	“A modalidade remota foi estressante na medida em que me obrigou a lidar com novas questões e novas tecnologias. Passado os primeiros meses, adaptação aconteceu e tudo se tornou menos estressante. No entanto, a instabilidade causa insegurança e ansiedade”
Entrevistado 37	“Trazendo-me um sentimento de impotência”
Entrevistado 20	“Afetou minha forma de trabalhar; aumentou a minha carga de trabalho; convívio com meus familiares e me deixou cansada, triste impaciente e irritada.”

Fonte: dados da pesquisa (2022)

Nas falas dos respondentes nota-se que a pandemia potencializou a rotina que já era cansativa, e se tornou ainda mais pesada, corroborando com os estudos de Oliveira (2020) que evidenciou que o profissional se viu trabalhando dobrado: planejando aulas, postando vídeos nas plataformas, desenvolvendo atividades, em um ambiente no qual ele não está habituado, sem reconhecimento, e incentivos financeiros, causando ainda mais esgotamento e sofrimento por conta de estresse, ansiedade, irritabilidade.

Outro ponto muito recorrente exposto nas falas dos respondentes foi sobre a utilização de novas tecnologias, onde muitos professores antes da Covid 19 não tinham acesso, e foram obrigados pela circunstância a aprenderem, muitas vezes sem o devido treinamento prévio. A alternativa mais segura encontrada de ensino deu-se na forma remota. Para muitos docentes foi considerado um desafio. Pois sentiram-se mais cobrados na tentativa de inovar suas estratégias pedagógicas, e ao mesmo tempo manter a qualidade do ensino (MORENO-CORREA, 2019), como podemos perceber no quadro 2.

## Quadro 2- FALA SOBRE CAPACITAÇÃO COERCITIVA

Entrevistado 6	“Tive o desafio de me reinventar, de aprender e usar novos meios tecnológicos para alcançar o desenvolvimento e aprendizagem dos meus alunos. Outro desafio foi não deixar o trabalho afetar minha vida pessoal pois o trabalho veio para dentro da minha casa e no início ele estava tomando o espaço da minha família.”
Entrevistado 5	“Me trouxe a necessidade de conhecer e aprender novas tecnologias (fazer vídeo, editar) e um modelo diferente de ensino. Perdi em parte minha privacidade (telefone pessoal usado para o trabalho). Senti que o trabalho ocupava quase que todo meu dia, pois sempre estava com o celular cheio de mensagens dos pais, da chefia. Reuniões diárias, ligações diárias.”
Entrevistado 17	“Afetou, pois deixei de fazer o que gosto da forma que gosto. Que é cara a cara com o aluno. As aulas remotas são um pouco chatas, mas consigo conciliar.”
Entrevistado 25	“Falta das aulas presenciais, as quais trazem mais resultados que aulas remotas. Isso, se tratando de crianças pequenas.”
Entrevistado 21	“A qualidade de ensino diminuiu demais com as aulas remotas, os pais acabam realizando as atividades por seus filhos e atrapalham a autonomia deles.”
Entrevistado 9	“Com a pandemia, fomos sobrecarregados com o trabalho remoto, híbrido, sem tempo para digerirmos toda essa carga, além de nos privar da presença dos alunos, no meu ponto de vista, essa presença agrega maior quantidade do meu trabalho!”
Entrevistado 1	“As aulas remotas sobrecarregaram o trabalho do professor, por ser algo novo em sua rotina trabalhista e com isso os alunos se sentiram desmotivados com as mudanças repentinas. O contato direto se difere totalmente, sendo que já há era uma enorme dificuldade manter a atenção dos alunos nas aulas presenciais. É como se o professor exercesse o seu trabalho de forma dobrada, gerando uma carga maior de responsabilidade e desgaste físico. E quando se trata da remuneração para tanto esforço, o profissional já está desgastado emocionalmente e fisicamente para poder nutrir o reconhecimento que chega a ser vergonhoso. Nenhum profissional chega em algum lugar sem passar pelo professor e ainda assim não somos reconhecidos como verdadeiramente merecemos.”

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Os professores apontaram como uma dificuldade, além do aumento da carga de trabalho, a adaptação da nova forma de trabalho, que é a remota, que de acordo com os respondentes trazem menos resultados e terem que aprender a utilizar novas tecnologias, gravar e editar vídeos e prender a atenção do aluno. E que, de acordo com Resk (2011), ter a atenção dos alunos na modalidade remota, se tornou ainda mais complicada para os professores, pois os alunos tinham mais atrativos dentro de casa, o que era muito difícil de competir. Com isso, a parceria com os pais, e o acompanhamento de perto, era primordial para um bom desenvolvimento do trabalho escolar, e é nesse novo contexto que se percebe como os pais/responsáveis lidam com a indisciplina dos filhos/ alunos. Dessa forma, a desestrutura familiar também acarreta problemas ao professor, pois a sociedade, quer que a escola dê um jeito nos indisciplinados (RESK, 2011).

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho buscou avaliar a presença da Síndrome de Burnout em professores da educação básica da cidade de Teresina, durante a pandemia da Covid-19, para tanto fez uso do resultado das análises, a partir dos dados coletados no questionário, com os professores, em que pôde-se identificar aspectos característicos as dimensões da Síndrome de Burnout. Entre elas estão, o cansaço físico e mental, a desmotivação, o estresse emocional causado pela mudança de ambiente laboral, da cobrança ainda mais intensa dos pais e gestores, e até mesmo o sentimento de culpa por não alcançar um rendimento de qualidade nas aulas.

Para atingir os objetivos da pesquisa, fez se uso de materiais teóricos, de estudiosos da área, para uma melhor compreensão do referido tema, levando em conta os sintomas e fatores de riscos da Síndrome de Burnout nos professores, na conjuntura da pandemia de Covid 19. Como também a aplicação de um roteiro de questões baseados na Escala de Caracterização de Burnout, validados por Tamayo e Troccóli.

Com esse embasamento tornou-se possível identificar os elementos causadores da exaustão emocional, como o desgaste mental e a sensação de sobrecarga; a despersonalização com o desenvolvimento de sentimentos negativos, e a diminuição da realização pessoal com a sensação de incompetência na forma de trabalhar.

Notou-se, a partir das análises, que os professores de Teresina, possuem características das três dimensões da Síndrome de Burnout, com alta taxa de adesão no nível alto, em todas elas, mas em especial na realização pessoal/decepção no trabalho. O que podemos concluir que, os docentes estão mais desmotivados e esgotados com essa nova modalidade de ensino, agravado com o distanciamento social, principalmente o gênero feminino, com filhos.

Outro ponto abordado foi em relação a prevalência da SB nos professores de escola pública e nos das escolas particulares. O que ficou claro que os dois públicos estão com esgotamento físico e mental, porém os docentes que ministram aulas nas escolas particulares chegam ao nível ainda mais superior, quase 90% em todas as dimensões. Com a pandemia, o profissional teve seu trabalho dobrado, tendo que planejar aulas, postá-las nas plataformas, aprender a manusear aparelhos e sistemas sem qualquer formação, com mais cobranças; muitas vezes, sem saber separar a vida profissional, do pessoal, onde seu celular virou objeto compartilhado para os dois mundos.

Com tudo que foi dito acima, esta pesquisa tem relevância para a comunidade acadêmica e interessados em doenças psicológicas que envolvem desempenho profissional, como a



Síndrome de Burnout. Com o intuito de acrescentar a literatura acadêmica um panorama da condição dos docentes da cidade de Teresina e propor ações que melhorem a qualidade de vida, como: atividade física, momentos de lazer com a família e amigos, acompanhamento psicológico, melhor comunicação entre os gestores, pais e professores, onde todos os envolvidos não se sobrecarreguem. Uma limitação desta pesquisa é ter sido aplicada apenas para os professores de educação básica da cidade de Teresina no Piauí, dessa forma, sugere-se para pesquisas futuras, aplicar a pesquisa em cidades do interior do Piauí, onde existem mais dificuldades como o acesso a internet e computador para os alunos e professores, e assim diagnosticar como esses fatores afetaram a saúde dos professores e as dificuldades do trabalho.

### REFERÊNCIAS

ASSIS, Fernanda Bernardes de. Síndrome de Burnout: um estudo qualitativo sobre o trabalho docente e as possibilidades de adoecimento de três professores das series iniciais. 2006. 146 f. **Dissertação (Mestrado em Ciências Humanas) - Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2006.**

BAKKER, A.B.; COSTA, P.L. **Chronic job burnout and daily functioning: a theoretical analysis.** Burnout Research, 1(3), 2014. p. 112-119.

BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. **Burnout: o processo do adoecer pelo trabalho.** Em: BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. (org.). Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002. p.21-91.

BORGES, S. K., JUSTO, T., BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. **Burnout em Profissionais de Maringá.** Revista Eletrônica InterAção Psy, 2003. 1(1): p.102-111.

BRASIL, LEI Nº 14.040, DE 18 DE AGOSTO DE 2020. **Estabelece normas educacionais excepcionais a serem adotadas durante o estado de calamidade pública reconhecido pelo [Decreto Legislativo nº 6, de 20 de março de 2020](#); e altera a [Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009](#).** Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/lei-n-14.040-de-18-de-agosto-de-2020-272981525>. Acesso em: 03 set. de 2021.

BRASIL, PORTARIA Nº 544, DE 16 DE JUNHO DE 2020. **Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a situação de pandemia do novo coronavírus - Covid-19.** Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-544-de-16-de-junho-de-2020-261924872>. Acesso em 03 set. de 2021.

CARLOTTO, M. S., & PALAZZO, L. S. **Síndrome de Burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores.** Cadernos de Saúde Pública, 22(5), 1017-1026, 2006.

CARLOTTO, Mary Sandra. In: PEREIRA, Ana Maria Tereza Benevides. **Síndrome de burnout e satisfação no trabalho: um estudo com professores universitários.** Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador 4ªed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2014.

COSTA, F. R. P., & Rocha, R. **Resiliência em docentes: Análise das publicações no período de 2000 a 2012.** Revista Ciências Humanas, 5(1,2), 141-155,2013.

FORMIGHIERI, V. J. **Burnout em Fisioterapeutas: Influência sobre a atividade de trabalho e bem-estar físico e psicológico.** Dissertação (mestrado em engenharia de produção); Universidade Federal de Santa Catarina Florianópolis, 2003.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**-7 ed. São Paulo: Atlas, 2021.

GIL-MONTE, P. **El Síndrome de Quemarse por el Trabajo (Burnout). Una enfermedad laboral en la sociedad del bienestar.** Madrid: Ediciones Pirámide, 2005.

HERNÁNDEZ, Eva Garrosa; PEREIRA, Ana Maria Tereza Benevides; JIMÉNEZ, Bernardo Moreno; GONZÁLEZ, José Luis. **Prevenção e Intervenção na Síndrome de Burnout: como prevenir (ou remediar) o processo de burnout.** In: PEREIRA, Ana Maria Tereza. Benevides (org). Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. 4ªed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2014.

KARLA, Saraiva. TRAVERSINI, Clarice. LOCKMANN, Kamila. **A educação em tempos de COVID-19: ensino remoto e exaustão docente.** Práxis Educativa, Ponta Grossa, v. 15, e2016289, p. 1-24, 2020. Disponível em: [Práxis Educativa \(uepg.br\)](http://Práxis Educativa (uepg.br)) Acesso em 03 set. de 2021

LAKATOS, E. M. MARCONI, M.A. **Metodologia Científica**- 7 ed.São Paulo:Atlas, 2019.

LAKATOS, E.M. MARCONI, M. A. **Fundamentos de Metodologia Científica**- 8 ed. São Paulo:Atlas, 2019.

MASSA, Bernardo LD, SILVA TSS, Sá ISVB, BARRETO BCS, Almeida PHQT, Pontes TB. **Síndrome de Burnout em professores universitários.** Rev Ter Ocup Univ. São Paulo. 2016 maio--ago.;27(2):180-9

MASLACH, C., SCHAUFELI, W.B., & Leiter,M. P. **The job burnout.** Journal of Applied Psychology,52, 397-422, 2001

MICHAELIS. **Mini-dicionário inglês-português e português-inglês.** São Paulo: Melhoramentos, 2016.

MORENO, Correa SM. **La inovacion educativa em los tempos del Coronavirus.** Saludem Scientia Spiritus;6 (1):14-26, 2020

OPAS/OMS. **Organização Pan-Americana da Saúde/Organização Mundial da Saúde.** Folha informativa- COVID-19,2020. Disponível em: [https:// www.paho.org/pt/covid19](https://www.paho.org/pt/covid19).

PEREIRA, Ana Maria Tereza Benevides. **Burnout: por quê? In: \_\_\_\_\_ (org). 272 Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador.** 4ªed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2014.

RESK, Sucena Shkrada. **Convivendo com o inimigo**. In: Revista Psique Ciência & Vida; p.27 a 34, 2011

PIGATTI, S. E; SILVA, D.G.M.C. **Relação entre saúde emocional e qualidade de vida no trabalho de professores universitários**: revisão da literatura. Braz. J. of Develop., Curitiba, c.6, n.10,p.75058-75075,oct.2020.

SOUZA, W. C.; SILVA, A. M. M. **A influência de fatores de personalidade e de organização do trabalho no burnout em profissionais de saúde**. Revista Estudos de Psicologia, Campinas, v.19, n.1, p.37-48, 2002.

TAMAYO, Mauricio Robayo; TRÓCCOLI, Bartholomeu Tôrres. **Construção e validação fatorial da Escala de Caracterização do Burnout (ECB)**. Estudos de Psicologia,14(3), p.213-221, setembro-dezembro, 2009.

VINUTO, Juliana. A amostragem em bola de neve na pesquisa qualitativa: um debate em aberto. Temáticas, v. 22, n. 44, p. 203-220, 2014.

VOLPATO, C. D., GOMES, F. B., CASTRO, M. A., BORGES, S. K., JUSTO, T., BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. **Burnout em Profissionais de Maringá**. Revista Eletrônica InterAção Psy, 2003. 1(1): p.102-111.