

Avaliação de estresse e Síndrome de *Burnout* em profissionais da educação de escola pública de Belo Horizonte

Evaluation of stress and burnout syndrome in education professionals from a Belo Horizonte public school

LETÍCIA GUEDES DURÃES¹ , LAURA DE OLIVEIRA MARTINS ROSA¹ , MURILO FIALHO BATALHA¹ , ARTHUR FARIA TURMIN CAIXETA¹ , CAROLINA GONÇALVES BARCELOS¹ , DANIEL ALMEIDA MURATORI¹ , JOÃO VICTOR BARONI NEVES¹ , MARIA FERNANDA SAMPAIO DE MOURA¹ , MARINA ANDRADE FIGUEIREDO¹ , MARINA DA CUNHA PINTO COLARES² , RAFAEL NOBRE DA CUNHA² 

¹ ACADÊMICOS DE MEDICINA DA FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DE MINAS GERAIS – BELO HORIZONTE, MG-BRASIL

² DOCENTES DA FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DE MINAS GERAIS – BELO HORIZONTE, MG-BRASIL

AUTOR PARA CORRESPONDÊNCIA: LETÍCIA GUEDES DURÃES – RUA: ALAMEDA EZEQUIEL DIAS, Nº 275. BAIRRO: CENTRO – CEP: 30130-110 – BELO HORIZONTE, MG – BRASIL.
EMAIL: LETICIAGDURAES@GMAIL.COM

RESUMO

Introdução: A realidade socioeconômica e cultural da sociedade brasileira tem consequências diretas no sistema educacional público, transmutando sua função primordial. Os educadores estão sujeitos a demandas que são maiores do que as possibilitadas pela sua formação e pelo seu preparo emocional. Eles estão sujeitos a um ambiente estressor crônico de trabalho, o que pode evoluir para um ciclo degenerativo de sua saúde, com o possível desenvolvimento de altos níveis de estresse e/ou da Síndrome de *Burnout*, repercutindo na saúde individual, no sistema público de saúde e no processo educacional. **Objetivo:** Avaliar a saúde mental dos profissionais da educação que trabalham na rede pública de Belo Horizonte, quantificando o desenvolvimento de sintomas clínicos e subclínicos da Síndrome de *Burnout*. **Método:** Pesquisa observacional quanti-quali, de caráter transversal. A coleta dos dados utilizou o Questionário Preliminar de Identificação da Síndrome de *Burnout* e um formulário de delimitação de perfil. Esses instrumentos foram aplicados a professores e colaboradores de importante escola da rede estadual de Minas Gerais. **Resultados:** Dos 45 participantes da pesquisa, 60% relataram adjetivos negativos ao se referirem à sua saúde mental. 66% deles relataram estarem satisfeitos com seu ambiente de trabalho e 7 profissionais afirmaram se sentirem ameaçados nele. Um total de 76% da amostra apresenta fase inicial ou instalação do quadro de Síndrome de *Burnout*. **Conclusão:** É urgente a implementação de medidas preventivas e terapêuticas que minimizem as consequências do quadro de *Burnout*, em prol da saúde pública e de garantir um ambiente educacional saudável e produtivo.

Palavras-chave: Estresse Ocupacional; Síndrome do Esgotamento; Professores Escolares

ABSTRACT

Introduction: The socioeconomic and cultural reality of Brazilian society has direct consequences on the public educational system, transmuting its primary function. Educators are subject to demands that are greater than the possibilities of their training and emotional preparation. They are subjected to a chronic

stressful work environment, which can evolve into a degenerative cycle of their health, with the possible development of high levels of stress and/or Burnout Syndrome, having repercussions on individual health, on the public health system and in the educational process. **Objective:** To evaluate the mental health of education professionals working in public schools in Belo Horizonte, quantifying the development of clinical and subclinical symptoms of Burnout Syndrome. **Method:** Observational cross-sectional quantitative quali research. Data collection used the Burnout Syndrome Preliminary Identification Questionnaire and a profile delimitation form. These instruments were applied at an important public school of Minas Gerais, to teachers and employees. **Results:** Of the 45 survey participants, 60% reported negative adjectives when referring to their mental health. 66% of them reported being satisfied with their work environment and 7 professionals said they felt threatened in it. A total of 76% of the sample, presents initial stage or installation of Burnout Syndrome. **Conclusion:** The implementation of preventive and therapeutic measures that minimize the consequences of Burnout is urgent, for the sake of public health and to guarantee a healthy and productive educational environment.

Keywords: Occupational Stress; Burnout Syndrome; School Teachers

INTRODUÇÃO

A realidade contemporânea, socioeconômica e estrutural das instituições da rede pública de educação no Brasil gerou uma ressignificação da função dessas instituições¹. Para muitos alunos a escola não representa um espaço de aprendizagem, mas sim de interações sociais, merenda, ou como alternativa ao ambiente familiar e social inóspito². Ademais, o recebimento de benefícios governamentais às famílias aumentou a frequência dos alunos e diminuiu a evasão escolar³.

Assim, a escola é desinteressante para os alunos como local de aprendizado², o que pode explicar o desinteresse, indisciplina, desrespeito pela figura do professor e agressividade. Esta situação é somada, ainda, aos materiais e à infraestrutura comumente escassa da rede pública de educação⁴. Dessa forma, as demandas desse ambiente são muito diversas e estressantes, intensificando as exigências dirigidas aos educadores e mudando de forma significativa a prática do trabalho docente e de cargos de administração em escolas⁵.

Os professores são diariamente expostos a essas diferentes realidades e expectativas dos alunos e de seus responsáveis, adicionando responsabilidades laborais que vão muito além da função primordial de lecionar^{6,7}. Em estudo de Goulart Junior e Lipp⁸ é feita a divisão do mal-estar dessa profissão em dois grupos. O primeiro é relativo aos fatores que interferem diretamente em sua ação discente, como as rápidas transformações de contexto e as influências familiares. Já o segundo se refere à falta de recursos pedagógicos, materiais, móveis e edifícios, juntamente à presença de violência na instituição⁸.

Esses dois grupos demonstram o remodelamento que ocorreu no exercício da profissão, resultando na responsabilização dos docentes por demandas que são maiores que as possibilidades de sua formação e do seu preparo emocional^{9,10}. Assim, muitos docentes estão sujeitos a um ambiente estressor crônico de trabalho, repercutindo significativamente na saúde individual, no sistema público de saúde, e, também, na educação pública⁴.

Outro fato relevante para o profissional da educação pública é quanto à desvalorização salarial. Este pode ser um dos fatores desencadeantes de doenças mentais, na medida em que o profissional não se sente valorizado, ou precisa trabalhar por maiores períodos para complementar a renda^{5,6}. Essa baixa autoestima juntamente com a baixa estima da eficácia ocupacional,

foram negativamente relacionadas ao maior desenvolvimento de estresse e sintomas de *Burnout*¹¹. A condição de estresse laboral cotidiano e a sensação de desvalorização se transformam em um ciclo degenerativo da saúde docente, o que influenciou a Organização Internacional do Trabalho (OIT) a reconhecer essa profissão como de risco para o desenvolvimento da Síndrome de *Burnout*.

O *Burnout* é uma comorbidade especialmente associada a profissões assistenciais, que lidam diretamente com pessoas, como a docência¹². Esta síndrome relaciona a contínua exposição do profissional a situações estressantes no ambiente ocupacional, ao sofrimento por exaustão física e emocional, o que leva o sujeito ao limite da sua resistência, com grandes repercussões em toda a sua saúde^{7,13}. Outros aspectos, traços específicos de personalidade, também são fatores de risco para o adoecimento por Síndrome de *Burnout*, como: excesso de comprometimento, perfeccionismo, inflexibilidade cognitiva, dedicação excessiva, e excesso de empatia¹⁴.

O diagnóstico da Síndrome de *Burnout* é clínico, sendo necessário que o paciente apresente todos os sintomas da tríade: esgotamento, baixa realização profissional/frustração, despersonalização/cinismo. Não existe consenso em relação ao tempo mínimo de desenvolvimento do quadro, para definição do diagnóstico é feita análise sintomatológica de forma qualitativa¹⁴. Além da Tríade, são comuns também outros sintomas, como desconforto gástrico, tensão muscular, fadiga, distúrbios do sono, irritabilidade, dificuldades de concentração e prejuízos em relações sociais^{4,14}. Como muitos destes podem estar relacionados com outras condições psiquiátricas, como ansiedade ou depressão, ainda existe muita dúvida nos médicos para confirmarem o diagnóstico¹⁴.

O docente está vulnerável a desenvolver as consequências físicas e psicológicas deste quadro sindrômico, o

qual ainda tem pouca visibilidade como um distúrbio importante para a saúde pública, que requer acompanhamento e tratamento médico⁷.

Um aspecto importante abordado na pesquisa de Pinder¹⁵, foi a identificação de que professores com *Burnout* correm mais risco de sofrerem agressões físicas. Isso foi elucidado no estudo como um resultado do comportamento potencialmente hostil e punitivo em sala de aula, causado pelo desgaste físico, emocional e cognitivo do profissional¹⁶. Além da violência física, os professores também estão sujeitos a violência verbal, a qual teve prevalência de 71,5% entre os professores entrevistados pela pesquisa de Ribeiro *et al*¹⁷.

Tendo em vista a importância da educação na formação do indivíduo e da sociedade, bem como o papel primordial dos profissionais da educação para o desenvolvimento do ambiente escolar, preservar a saúde desses indivíduos é de fundamental importância para a boa execução do seu trabalho e para a qualidade do ensino^{10,12}. Assim, o cuidado com a saúde mental dos professores não é só um tema da área da educação, mas sim um problema de saúde pública com possível efeito cascata, afetando diretamente o processo educacional de diversas crianças e adolescentes. Portanto, esse estudo visou avaliar a saúde mental dos profissionais da educação que trabalham na rede pública de Belo Horizonte, analisando de forma quanti e qualitativa o desenvolvimento de sintomas clínicos e subclínicos da Síndrome de *Burnout*.

MÉTODO

Delineamento do estudo

Foi realizada pesquisa observacional analítica de caráter transversal quanti-qualitativo, na qual foi possível quantificar quantos profissionais apresentam estresse e/ou a Síndrome de *Burnout*, e relacionar esse aspecto com as condições de trabalho na rede pública de uma escola de Belo Horizonte.

Amostra

A amostragem foi não-probabilística por julgamento/intencional, buscando-se por indivíduos que possuem características definidas previamente pelos pesquisadores para a composição da amostra¹⁸.

Participaram da amostra professores que ministram aulas para o Ensino Básico (Fundamental, Médio e Educação de Jovens e Adultos), além de outros colaboradores, como: profissionais de serviços gerais, área administrativa, diretoria, vice diretoria e supervisão (n=45).

Para traçar o perfil desses funcionários foram consideradas as seguintes variáveis: idade, gênero, nível de formação acadêmica, nível de atuação e tempo de atuação na instituição. O profissional não precisará se identificar, visando a garantia da manutenção do sigilo e da privacidade. As informações foram colhidas por meio da aplicação de questionário de forma física e pela plataforma “Google Forms”.

Os critérios de inclusão para participação na pesquisa foram: possuir idade igual ou superior a 18 anos, ter concordado e assinado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), e ser professor, coordenador, diretor ou colaborador da instituição de ensino estudada. Critérios de exclusão foram: ter vínculo com a instituição por período inferior a 12 meses, estar de licença médica, férias ou qualquer tipo de afastamento no período da coleta de dados, e não se enquadrar nos critérios de inclusão.

Instrumentos e Procedimentos

A aplicação dos questionários foi feita, em sua maioria, por ligantes de uma Liga Acadêmica de Saúde Mental. Eles participaram anteriormente de uma aula englobando o Estresse e a Síndrome de *Burnout*, e de uma capacitação informativa sobre os objetivos e métodos da pesquisa. A aplicação dos questionários de forma física foi feita durante a jornada de trabalho dos pro-

fissionais e as respostas foram lacradas em envelope próprio. Além desta forma de coleta de dados, foi elaborado um formulário na plataforma *Google Forms*, para facilitar o alcance da pesquisa.

O questionário de coleta de dados foi composto de um instrumento e um formulário, o Questionário Preliminar de Identificação da Síndrome de *Burnout* e o formulário para delineamento do perfil dos participantes, respectivamente.

O Questionário Preliminar de Identificação da Síndrome de *Burnout* foi elaborado e adaptado por Chafic Jbeli, inspirado no Maslach *Burnout Inventory* – MBI. O MBI é um instrumento bastante utilizado na avaliação da *Burnout*, independente das características dos trabalhadores, de suas funções e perfis. Sua construção é baseada por 03 (três) dimensões: exaustão emocional, despersonalização e insatisfação pessoal. Objetiva avaliar os índices de *Burnout* conforme os scores definidos para cada dimensão¹⁹. Tal questionário é composto por 20 questões objetivas que devem ser marcadas com X em numeração de 01 a 05, significando: 1- nunca; 2- anualmente; 3- mensalmente; 4- semanalmente e 5- diariamente. Tais pontuações e seus respectivos significados correspondem ao nível da qualidade de vida no trabalho exercido pelo professor e aos seus sentimentos diante da docência. Os scores são obtidos através da multiplicação do número de X marcados pelo número da coluna correspondente. É realizada, por fim, a soma dos valores obtidos, e os resultados dos scores analisados e interpretados para auxílio na identificação da Síndrome de *Burnout* em professores.

O formulário para delineamento de perfil contém 10 perguntas pessoais, que delimitam se o participante se encaixa nos critérios de inclusão e exclusão da pesquisa, além de fornecerem informações importantes para a análise dos dados, conclusão e discussão de resultados.

Análise de dados

O tratamento numérico dos fatores investigados ocorreu por meio da mensuração das unidades de observação. A análise dos dados foi feita utilizando-se do modelo exploratório e descritivo, a partir de recursos visuais que permitam uma visualização mais clara dos dados coletados. Foram distinguidas variáveis referentes ao tempo de atuação, nível de atuação e cargo. As variáveis categóricas foram apresentadas como frequências absolutas e relativas e as variáveis numéricas como média \pm desvio-padrão e/ou mediana (1º quartil – 3º quartil). As variáveis numéricas foram submetidas ao teste de normalidade de Anderson-Darling e, será utilizado o teste t ou o teste de Mann-Whitney para possíveis comparações de médias/medianas. Para avaliar possíveis associações entre variáveis categóricas será utilizado o teste Qui-quadrado. O nível de significância de 5% e os dados serão analisados no software R versão 4.0.3.

Translação do conhecimento

Durante a vigência da Liga Acadêmica ocorreram também práticas extensionistas na instituição objeto da pesquisa. Solidificando o tripé ensino, pesquisa e extensão, que constitui as Ligas, foram realizadas, ao fim da análise e discussão dos dados coletados, rodas de conversa envolvendo ligantes, alunos, professores e gestores da instituição. A participação foi voluntária e foram abordados os resultados e as conclusões da pesquisa, além de possíveis condutas para intervenção autônoma e institucional, em prol da saúde dos profissionais. Destas rodas de conversa foram extraídas observações e pontos importantes para o tópico da pesquisa, adicionando ao caráter qualitativo do estudo.

RESULTADOS

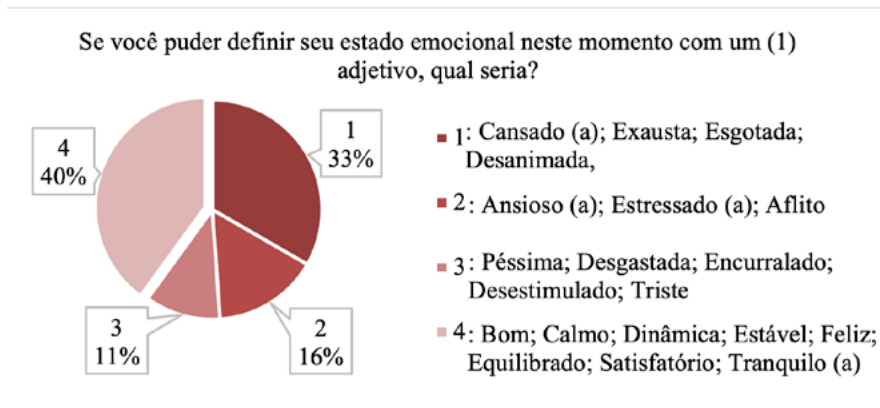
Dentre os 45 professores que aceitaram participar da pesquisa, 25 (56%) eram mulheres e 20 (44%) homens. A idade máxima entre os participantes foi de 67 anos e a mínima foi 31, com média de 47,4 anos (Desvio-Padrão – DP= 9,3 anos). Dentre a amostra, 8,8% tinham mais de 60 anos à época.

Quanto às funções exercidas, 82,2% trabalham na instituição como professores, 2,2% como professores de apoio, 2,2% como porteiros e 13,3% pertencem a cargos administrativos, como supervisão, vice-diretoria, diretoria, entre outros. 51% dos entrevistados trabalham na instituição há mais de 7 anos; 22% entre 5 e 7 anos; 2% entre 3 e 5 anos; 24% entre 1 e 3 anos. Apresentar menos de 1 ano de trabalho na instituição foi critério de exclusão.

Ainda em relação ao perfil dos entrevistados, 49% trabalham apenas com o Ensino Médio, 29% apenas com o Ensino Fundamental, 14% têm 2 níveis de atuação educacional e 9% atuam no Ensino Fundamental, no Ensino Médio e no Ensino de Jovens e Adultos. Cerca de 44,4% possuem Ensino Superior completo, 37,7% possuem Pós-graduação, 13,3% têm Mestrado e 4,4% têm doutorado. Em média, os participantes da pesquisa trabalham por 28,2 horas semanais (DP= 8,6 horas).

As respostas à pergunta aberta sobre a autopercepção do estado emocional estão descritas na Figura 1. Foi feita divisão em 4 categorias para o agrupamento das respostas. A 1ª categoria incluiu os adjetivos mais relacionados ao esgotamento físico, a 2ª os relacionados ao esgotamento psicológico, e a 3ª juntou adjetivos que foram descritos por apenas 1 participante cada. A 4ª categoria abrangeu todos os adjetivos de significado positivo ou neutro.

Figura 1. Autopercepção do estado emocional atual

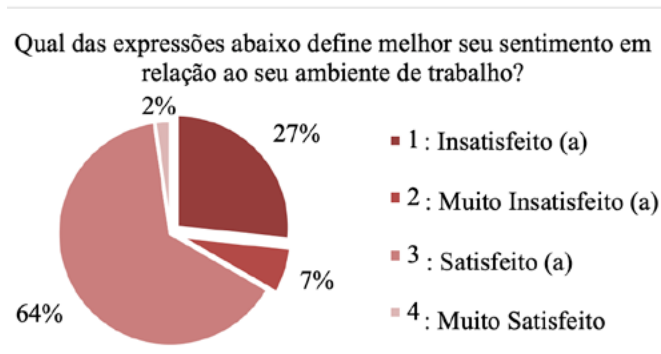


Fonte: Os autores

Quando analisada a autopercepção do estado emocional, juntamente com o tempo de vínculo na instituição, 54,5% dos que trabalham na escola de 1 a 3 anos, se consideram cansados (as) ou ansiosos (as); 90% dos que estão lá entre 5 e 7 anos se classificaram em um dos 3 grupos de emoções negativas (1^a, 2^a e 3^a); enquanto 47,8% de quem trabalha na escola há mais de 7 anos se vê com o estado emocional negativamente alterado.

Já em relação à insatisfação com o ambiente de trabalho, os participantes tiveram que escolher entre uma das 4 opções dadas. O resultado da análise está na Figura 2, abaixo.

Figura 2. Índice de satisfação do ambiente de trabalho



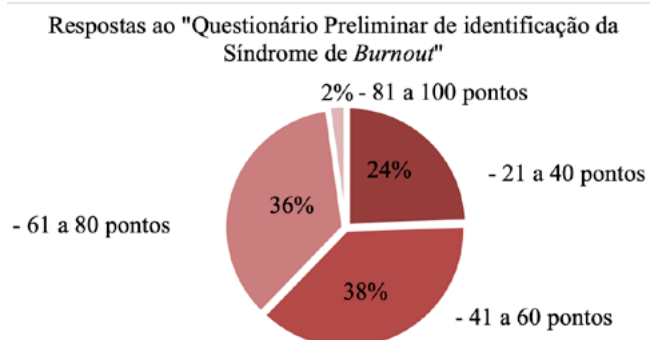
Fonte: Os autores

Do grupo de entrevistados que estão trabalhando na instituição de 1 a 3 anos, apenas 9,1% estão insatisfeitos com o ambiente de trabalho. Porcentagem que aumentou com o tempo de vínculo institucional, para 50% de insatisfação em quem está entre 5 e 7 anos, mas diminuiu novamente entre os profissionais que estão na escola há mais de 7 anos, dentre os quais 34,8% alegam insatisfação.

Ao serem questionados: “Você se sente ameaçado em seu ambiente de trabalho?”, 84,4% alegaram que não e 15,6% afirmaram que se sentem.

Em relação às respostas ao Questionário Preliminar de Identificação da Síndrome de *Burnout*, são feitas 5 classificações de acordo com a pontuação alcançada, sendo: 0 a 20 pontos: Nenhum indício da Síndrome de *Burnout*; 21 a 40 pontos: possibilidade de desenvolver *Burnout*; 41 a 60 pontos: fase inicial da *Burnout*; 61 a 80 pontos: a *Burnout* começa a se instalar; 81 a 100 pontos: você pode estar em uma fase considerável da *Burnout*. O número de respostas em suas respectivas categorias está ilustrado abaixo na Figura 3, sendo a pontuação média 53,4 (DP= 14,9 pontos).

Figura 3. Classificação das Respostas ao Questionário preliminar de identificação da Síndrome de *Burnout*



Fonte: Os autores

A partir da categoria “41 a 60 pontos”, é recomendada a procura de profissional para debelar sintomas e garantir o bom desempenho profissional e a qualidade de vida. Entre os que estão na instituição de um a 3 anos, 54,5% pontuaram 41 ou mais; enquanto 90% dos que estão na instituição de 5 a 7 anos tiveram tal pontuação. Já entre o grupo que trabalha na instituição há mais de 7 anos, 78,3% apresentaram resultado alterado no questionário.

DISCUSSÃO

Dos entrevistados, 60% usaram um adjetivo de cunho negativo para se referir ao seu estado emocional atual. Já nas respostas ao Questionário Preliminar de Identificação da Síndrome de *Burnout*, 76% dos entrevistados já estavam ou na fase inicial, ou com quadro de *Burnout* instalado. Esse dado demonstra que, apesar de grande quantidade dos participantes terem autopercepção de que sua saúde mental está rebaixada, há ainda quantidade relevante que já se enquadrava nas categorias em que é recomendada a procura de ajuda profissional, mas que não tinham a percepção do quadro, ou o conhecimento do que é a *Síndrome de Burnout*.

Esse fato de que muitos trabalhadores ainda não tinham conhecimento relevante sobre o que é a

Síndrome de *Burnout*, quais seus sintomas e os tratamentos, foi algo perceptível no início da conversa no período de translação do conhecimento, realizado ao fim da coleta dos questionários.

A fase de translação do conhecimento, momento no qual foi feita análise qualitativa dos trabalhadores da instituição, foi realizada em 2 sábados letivos, ambos ao final do ano de 2022. Foram abordados com os professores que participaram voluntariamente da ação tópicos relativos à sua saúde mental e às suas dificuldades ou angústias no trabalho. Não necessariamente quem participou das discussões foram os mesmos que responderam ao questionário, pois o convite para participação foi aberto a todos os funcionários da instituição, e as respostas aos questionários foram coletadas anonimamente.

Nesse aspecto, a Síndrome de *Burnout* ainda é pouco conhecida pelos leigos e discutida na literatura, principalmente a partir do viés da medicina legal. A maioria dos artigos é advinda de estudos de áreas da psicologia, não abordando de forma relevante os direitos do trabalhador frente à psicopatologia²⁰.

Fato que deve mudar nos próximos anos, pois janeiro de 2022 foi divulgada a atualização da Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID), no CID-11 a OMS passou a incluir a Síndrome de *Burnout* como uma condição ocupacional, oficializando o nexo entre o trabalho e esse adoecimento²³. Esta mudança entrará em vigor no Brasil em 1º de janeiro de 2025, garantindo reconhecimento de direitos previdenciários e estabilidade na posição laboral para os pacientes. Além disso, a nova referência adiciona responsabilização às empresas que não adotarem medidas preventivas e não fizerem o monitoramento da saúde e bem-estar dos colaboradores¹⁴. Essa atualização é importante, garantindo vários direitos ao trabalhador e aumentando a visibilidade dessa psicopatologia.

Quanto aos fatores analisados pelo Questionário, como prováveis causas para o adoecimento com a síndrome do esgotamento profissional, 66% dos entrevistados relataram estarem satisfeitos ou muito satisfeitos com o ambiente de trabalho, o que demonstra que esse não é um dos fatores que mais os influencia a desenvolverem psicopatologias. O que corrobora com dados da literatura, que evidenciam outros fatores como mais relevantes para o desenvolvimento da psicopatologia, do que o ambiente de trabalho em si⁵.

Já o tempo de trabalho na instituição foi um tópico relevante na variável “Índice de Satisfação” e nas respostas ao Questionário Preliminar de identificação da Síndrome de *Burnout*. O grupo que trabalha na instituição por um período de 5 a 7 anos mostrou-se insatisfeito em relação ao ambiente de trabalho (50%) e foi caracterizado como em fase inicial ou já com quadro instalado de *Burnout* (90%). Tal dado é relevante, mas não possibilita afirmar que há relação direta entre o tempo de instituição e os resultados preocupantes na saúde mental, pois entre o grupo que trabalha há mais de 7 anos, os resultados foram mais amenos, 34,8% estão insatisfeitos e 78,3% apresentaram início ou instalação de quadro de *Burnout*.

Ainda, apenas 15,5% dos entrevistados relataram se sentir inseguros no ambiente de trabalho. Este dado foi menor do que a tendência observada na bibliografia, por exemplo, em pesquisa de Simões e Cardoso (2022), em que 50,5% dos participantes relataram ter sofrido agressão física ou verbal no ambiente escolar. Essa análise é muito relevante, pois artigos na literatura mostraram que profissionais com maior insegurança no ambiente de trabalho foram a maioria entre os que apresentavam quadro sugestivo de Síndrome de *Burnout*¹⁵⁻¹⁶.

Novos fatores não incluídos antes na pesquisa e ausentes de forma relevante na literatura surgiram ao escutar os profissionais falarem livremente sobre suas

opiniões, angústias e dificuldades no trabalho. O principal tópico abordado por eles foi a angústia ao ver as situações enfrentadas pelos alunos, sem que conseguissem interferir de forma efetiva. Foram usados exemplos de alunos que precisaram de comida ou de material escolar básico, além de situações relativas à saúde mental dos alunos, como crises de ansiedade em sala de aula, presença de marcas visíveis de *cutting* etc.

Esse tópico foi relacionado por eles e por vários artigos na literatura, como uma das consequências do período da COVID-19. Ocorreram mudanças significativas no padrão e na epidemiologia das doenças psiquiátricas devido ao período da pandemia, fato especialmente importante no contexto educacional²². Os professores enfrentaram novos desafios ocupacionais durante o período de quarentena e após o retorno às aulas presenciais, com novas burocracias e acúmulos de função. Além disso, os alunos retornaram com déficit de aprendizado significativo, dificuldades para manter o foco e a atenção, quadros de ansiedade, depressão e *cutting*²¹⁻²².

As mudanças pós pandemia de COVID19 são inclusive uma limitação da presente pesquisa, pois é necessário maior número de manuscritos comparando as características dos trabalhadores da educação e dos alunos antes e depois do período de quarentena, além de meta análises fazendo essa comparação dos dados da literatura.

Outra limitação das respostas na pesquisa foi o viés de participação, pois todos os profissionais da Instituição tiveram acesso ao questionário, mas apenas uma pequena parcela respondeu. Isto pode estar ligado a fatores individuais da personalidade, à sensação de insegurança ao responder um questionário sobre sua instituição de trabalho, ou ao próprio esgotamento físico e emocional. Além disso, os dados podem possuir viés de tendências sociais ou culturais individuais

dos participantes, fato ao qual pesquisas que utilizam questionários estão majoritariamente propensas.

CONCLUSÃO

Os resultados quantitativos evidenciaram a alta prevalência de indícios ou instalação da Síndrome de *Burnout* nos profissionais da educação da rede pública. Já a análise qualitativa, mostrou que os professores estavam com dificuldades em conduzir e lidar emocionalmente com situações que estavam fora da sua formação inicial. Há, então, uma lacuna em políticas educacionais que capacitem e deem apoio para que esses profissionais consigam gerir melhor as situações extraclasse que são direcionadas a eles pelos alunos

É fundamental que as instituições educacionais adotem medidas para lidarem com esse problema, como programas de capacitação emocional e de suporte psicológico aos profissionais da educação. Também é importante o desenvolvimento de políticas públicas voltadas à melhoria das condições de trabalho e à valorização salarial, o que poderia aumentar diretamente a atratividade da carreira e a satisfação profissional.

Em suma, este artigo destaca a importância da avaliação do estresse e síndrome de *Burnout* em profissionais da educação, enfatizando a carência de dados recentes, principalmente após a pandemia. Além disso, os resultados obtidos contribuem para a compreensão dos fatores que influenciam a saúde mental dos profissionais da educação e adicionam ao tema o tópico citado pelos profissionais no momento de transição do conhecimento. Os problemas de saúde mental e física, além das más condições socioeconômicas dos alunos, são um aspecto que deve ser mais bem abordado e pesquisado, para que seja possível afirmar sua relevância para o desenvolvimento da Síndrome.

REFERÊNCIAS

1. Silva MEP. Burnout: por que sofrem os professores?. *Estud. pesqui. psicol.*, Rio de Janeiro, v. 6, n. 1, p. 89-98, jun. 2006.
2. Souza LB de, Panúncio-Pinto MP, Fiorati RC. Crianças e adolescentes em vulnerabilidade social: bem-estar, saúde mental e participação em educação. *Cad Bras Ter Ocup [Internet]*. 2019Apr;27(2):251-69.
3. Santos MCS, Delatorre LR, Ceccato M das GB, Bonolo P de F. Programa Bolsa Família e indicadores educacionais em crianças, adolescentes e escolas no Brasil: revisão sistemática. *Ciênc saúde coletiva [Internet]*. 2019Jun;24(6):2233-47.
4. Dalcin L, Carlotto MS. Avaliação de efeito de uma intervenção para a Síndrome de Burnout em professores. *Psicologia Escolar e Educacional*. 2018, v. 22, n. 1, pp. 141-150.
5. Simões EC, Cardoso MRA. Violência contra professores da rede pública e esgotamento profissional. *Ciência & Saúde Coletiva*. 11 Mar 2022, v. 27, n. 03, pp. 1039-1048.
6. Kariou A, Koutsimani P, Montgomery A, Lainidi O. Emotional Labor and Burnout among Teachers: A Systematic Review. *International journal of environmental research and public health*. Vol. 18,23 12760. 3 Dec. 2021.
7. Ribeiro BMDSS, Martins JT, Dalri RCMB. Burnout syndrome in primary and secondary school teachers in southern Brazil. *Rev Bras Med Trab*. 2021 Feb. 11. Vol. 18(3):337-342.
8. Goulart Junior E, Lipp MEN. Estresse entre professoras do ensino fundamental de escolas públicas estaduais. *Psicologia em Estudo*. 2008, v. 13, n. 4, pp. 847-857.
9. Carlotto MS. A síndrome de Burnout e o trabalho docente. *Psicologia em Estudo*. 2002, v. 7, n. 1, pp. 21-29.
10. Silva NR, Bolsoni-Silva AT, Loureiro SR. Burnout e depressão em professores do ensino fundamental: um estudo correlacional. *Revista Brasileira de Educação*. 2018, v. 23.
11. Pereira H, Gonçalves VO, Assis RM. Burnout, Organizational Self-Efficacy and Self-Esteem among Brazilian Teachers during the COVID-19 Pandemic.

- Eur J Investig Health Psychol Educ. Vol. 11(3):795-803. Published 2021 Jul 23.
12. Magalhães TA, Vieira MRM, Haikal DS, Nascimento JE, Brito MFSF, Pinho L, Volker V, Silveira MF. Prevalência e fatores associados à síndrome de burnout entre docentes da rede pública de ensino: estudo de base populacional. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*. 2021, v. 46, e11.
 13. Souza NA, Leite MP. Condições de trabalho e suas repercussões na saúde dos professores da educação básica no Brasil. *Educ. Soc., Campinas*, v. 32, n. 117, p. 1105-1121, Dez. 2011.
 14. Mameri L, Tamai S. Estresse, depressão e burnout: qual é a diferença? [Entrevista para o Canal do Youtube da Associação Brasileira de Psiquiatria – ABP]. *ABP TV*. 02 de maio de 2023.
 15. Pinder E. Burnout: do different job stressors predict Burnout in teachers who were physically assaulted versus those who were not? In: *ANNUAL MEETING & EXPOSITION*, 136., 2008, San Diego, CA. Anais... San Diego, CA: American Public Health Association–APHA, 2008.
 16. Levy GCTM., Nunes Sobrinho FP, Souza CAA. (2009). Síndrome de Burnout em professores da rede pública. *Production*, 19(3), 458–465.
 17. Ribeiro BM dos SS, Martins JT, Moreira AAO, Galdino MJQ, Lourenço M do CFH, Dalri R de C de MB. Associação entre a síndrome de burnout e a violência ocupacional em professores. *Acta Paulista de Enfermagem*. 2022, v. 35 .
 18. Flick U. *Introdução à Metodologia de Pesquisa: Um Guia Para Iniciantes*. Porto Alegre: Penso, 2013. p. 256.
 19. Jbeili C. Questionário preliminar de identificação da burnout. 2008.
 20. Dalcin L, Carlotto MS. (2017). Síndrome de burnout em professores no Brasil: considerações para uma agenda de pesquisa. *Psicologia em Revista*, 23(2), 745-770.
 21. Panda PK, Gupta J, Chowdhury SR, Kumar R, Meena AK, Madaan P, Sharawat IK, Gulati S. Psychological and Behavioral Impact of Lockdown and Quarantine Measures for COVID-19 Pandemic on Children, Adolescents and Caregivers: A Systematic Review and Meta-Analysis. *J Trop Pediatr*. 2021 Jan 29;67(1):fmaa122.
 22. Vazquez DA, Caetano SC, Schlegel R, Lourenço E, Nemi A, Slemian A, et al.. Vida sem escola e saúde mental dos estudantes de escolas públicas na pandemia de Covid-19. *Saúde debate [Internet]*. 2022Jan;46(133):304–17.
 23. Organização Mundial Da Saúde. *ICD-11. Application Programming Interface (API)*. Genebra: OMS, 2021.

OS AUTORES DECLARAM NÃO HAVER CONFLITO DE INTERESSE.