

# SÍNDROME DO ESGOTAMENTO PROFISSIONAL (SEP) EM PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DE ESCOLAS ESTADUAIS.

SOUSA, Berenilde Valéria de Oliveira<sup>1</sup>  
FERREIRA, Cristiane Pereira<sup>2</sup>  
MAIA, Maria de Fatima Matos<sup>1</sup>  
SILVA, Adriana dos Santos<sup>2</sup>  
VELOSO, Laura Beatriz Costa<sup>3</sup>  
LAFETÁ, Jean Claude<sup>1</sup>

1 - Universidade Estadual de Montes Claros – UNIMONTES; Grupo Integrado de Pesquisa em Psicologia do Esporte, Exercício e saúde, Saúde Ocupacional e Mídia – GIPESOM

2 - Universidade Estadual de Montes Claros – UNIMONTES; Grupo Integrado de Pesquisa em Psicologia do Esporte, Exercício e saúde, Saúde Ocupacional e Mídia – GIPESOM. Bolsista da Fundação de Amparo a Pesquisa do Estado de Minas Gerais - FAPEMIG

3 - Universidade Estadual de Montes Claros – UNIMONTES; Grupo Integrado de Pesquisa em Psicologia do Esporte, Exercício e saúde, Saúde Ocupacional e Mídia – GIPESOM. Bolsista CNPQ

## RESUMO

A síndrome do esgotamento profissional é uma doença do estresse que acomete principalmente profissionais que trabalham em profissões que possuem uma maior responsabilidade pelo outro. O presente estudo procurou avaliar a Síndrome do Esgotamento Profissional em Professores de Educação Física da cidade de Montes Claros-MG que possuem e não possuem planejamento pedagógico no exercício da profissão docente. A amostra foi composta por 18 professores, 9 homens e 9 mulheres. O instrumento utilizado foi o questionário *Maslach Burnout Inventory* – MBI. Foi realizada análise descritiva com utilização de média e desvio padrão, na comparação o teste *t* para amostras independentes e ANOVA oneway. Na análise descritiva, os professores investigados se encontravam na fase inicial da síndrome. Na comparação não foram encontradas diferenças significativas nas variáveis independentes: sexo, número de cargos, tempo de experiência, situação funcional e qualificação. Embora não tenha sido encontrada diferença significativa, novos estudos devem ser realizados já que as médias apresentadas sugerem que estas variáveis podem influenciar na SEP em diferentes contextos.

**Palavras-chave:** Síndrome do Esgotamento Profissional, Professores de Educação Física, Planejamento Pedagógico.

## BURNOUT SYNDROME (BS) IN PROFESSORS OF PHYSICAL EDUCATION FROM STATE SCHOOLS.

### ABSTRACT

The burnout syndrome is a stress disease that reaches mainly professionals who work in professions that have a higher responsibility for the other. The present study sought to evaluate the Burnout Syndrome in Professors of Physical Education from the city of Montes Claros-MG who have educational planning in exercise of teaching profession and who does not. The sample was composed by 18 professors, 9 men and 9 women. It was used the questionnaire *Maslach Burnout Inventory* – MBI. It was realized descriptive analysis with utilization of average and standard deviation in comparison of *t* test for independent samples and One-way ANOVA. In descriptive analysis, the teachers investigated were in initial phase of syndrome. In comparison, it was not found significant differences in independent variables: sex, number of positions, experience time, functional situation and qualification. Although it was not found significant difference, new studies must be realized, since the averages presented suggest that these variables can influence in BS in different contexts.

**Keywords:** Burnout Syndrome, Physical Education Teachers, Educational Planning.

## INTRODUÇÃO

A maneira como o trabalho dos professores está estabelecido na rede educacional de ensino está em desacordo com suas pretensões, com os seus anseios e vontades (SORIANO; WINTERSTEIN, 1998). Este fato é agravado quando levado em consideração as condições de trabalho desses educadores o que pode levar a acomodação, desmotivação ou afastamento deste.

O ambiente de trabalho desfavorável contribui para um descaso no exercício pedagógico dos professores, acarretando em perda de responsabilidade e credibilidade, diminuindo o seu papel como educador (MATOS, 1994). Ao direcionar estes fatores negativos aos profissionais envolvidos com a educação, torna-se relevante considerar que a Síndrome do Esgotamento Profissional (SEP), também chamado de Burnout, pode acometer estes profissionais já que, foi apontado por Maslach e Jackson (1984) que a educação pode ser associada à SEP, devido ao nível elevado de expectativa dos educadores e que nem sempre essas expectativas são atendidas.

Maslach e Jackson (1984) relatam ainda ser este um tipo de estresse ocupacional que incide com maior ênfase em profissionais que, nas suas relações de trabalho possuem maior envolvimento com outras pessoas ou que estejam submetidos a uma maior responsabilidade sobre os indivíduos, sendo exigido para estes uma atenção maior gerando assim, um extremo envolvimento emocional. Para esses mesmos autores a organização da escola e de seus processos educativos é precária, sendo ainda influenciadas pelos processos de produção rudimentares, características marcantes do século XIX e que parecem não ter mudado muito no século seguinte.

No decorrer do tempo idéias de gestão de trabalho tornaram também idéias postas pelos governantes e, conseqüentemente, pelos gestores escolares, ficando assim instituído o paradigma da eficiência (CARLLOTO, 2002). Essa autora diz ainda que ações e reflexões que possam levantar questões referentes à prevenção e erradicação da SEP são importantes para que se possa buscar alternativas para modificação na esfera social do trabalho e também de fatores organizacionais nas quais os sujeitos exercem sua profissão.

Para Santini e Molina-Neto (2005) as características do trabalho do professor de Educação Física parecem ser o principal elemento que favorece o aparecimento da SEP. O professor acaba se envolvendo afetivamente com o aluno e esse envolvimento acaba gerando um desgaste que pode levar o professor a desistir da profissão. Esses autores apontam ainda que a SEP não deve ser confundida com estresse, já que este pode se manifestar por questões pessoais e não necessariamente no ambiente de trabalho ou que tenha relação com o mesmo. Valério, Amorim e Moser (2009) apontam que grande parte dos professores sofre da síndrome do esgotamento profissional além de sofrer com o estresse, confirmando que essa síndrome é uma resposta ao estresse crônico. Diante das reflexões acerca da atividade profissional do professor de Educação Física e o contexto da Educação Física na escola pública é que se dá a fundamentação ou razão para a presente investigação, na qual, pretende avaliar a Síndrome de Esgotamento Profissional em professores com planejamento pedagógico e professores sem

planejamento pedagógico das escolas estaduais da cidade de Montes Claros – MG, procurando posteriormente comparar os níveis da síndrome com as variáveis independentes: sexo, situação funcional, tempo de experiência, qualificação e número de cargos.

### Descrição metodológica

O estudo caracteriza-se como observacional, descritivo, do tipo comparativo e de corte transversal com abordagem quantitativa, pois tem como características observar, registrar, analisar, descrever, e correlacionar fatos ou fenômenos sem manipulá-los (MATOS, 2008).

A população foi composta por professores de Educação Física pertencentes à Superintendência Regional de Ensino de Montes Claros e que estivessem atuando somente na cidade de Montes Claros – MG.

A amostra foi probabilística por conglomerados, constituída por 18 professores provenientes de 12 grandes bairros que cercam a cidade. Destes professores de educação física 50% eram do sexo masculino e 50% do sexo feminino. O nível de confiança adotado foi de 95%, com margem de erro de 0,05% sendo utilizada para este cálculo a seguinte fórmula:

$$M = \frac{z^2 \cdot p \cdot q \cdot n}{E^2 \cdot (n-1) + p \cdot q \cdot z^2}$$

Foi utilizado um Questionário preliminar de Identificação do Burnout, elaborado e editado por Maslach Burnout Inventory – MBI (SCHAUFELI; EZMANN, 1998) e traduzido para o Brasil. O instrumento é composto por 22 questões que avaliam índices da SEP numa escala de likert com cinco opções de resposta: 1 - nunca, 2 - anualmente, 3 - mensalmente, 4 - semanalmente, e 5 - diariamente; em que os investigados responderam questões relacionadas à características psicofísicas em relação ao trabalho.

Para leitura dos níveis da SEP deve ser usada a seguinte classificação:

De 0 a 20 pontos, não há início da Síndrome;

De 21 a 40 pontos, há possibilidade de desenvolver a síndrome;

De 41 a 60 pontos, o indivíduo se encontra em fase inicial da doença;

De 61 a 80 pontos, a síndrome começa a se instalar no indivíduo, sendo necessária a ajuda de um profissional para evitar um futuro agravamento da doença;

De 81 a 100 pontos, fase considerável da SEP, sendo possível a sua reversibilidade através de um tratamento realizado o quanto antes.

O instrumento possui indicadores satisfatórios. Para analisar melhor o contexto em que os investigados se encontravam foram adotados para o presente estudo como variáveis independentes: planejamento, sexo, número de cargos, tempo de experiência, situação funcional e qualificação.

Após a seleção das Escolas Estaduais por pólos regionais através de sorteio em 1º estágio, o pesquisador com a autorização do diretor da escola, observou uma aula dos

professores nas escolas participantes da pesquisa, para identificar o planejamento pedagógico de sua aula. O professor foi informado sobre o objetivo da pesquisa sendo confirmada a sua participação através do preenchimento do termo de consentimento livre e esclarecido. Para análise dos dados foi utilizado o SPSS versão 18.0, inicialmente foi realizada a estatística descritiva com utilização de média e desvio padrão. Posteriormente foi usado o teste *t* para amostras independentes e oneway ANOVA.

O estudo obedeceu a Resolução do Conselho Nacional de Saúde 466/2012. Para participação no estudo aos sujeitos foram garantidos o anonimato, sendo suas identidades preservadas.

## Resultados e Discussão

Abaixo são apresentados os resultados encontrados na presente investigação. Primeiramente será apresentada a análise descritiva da SEP e posteriormente as comparações. Os dados apresentados em tabelas estão descritos e discutidos abaixo das mesmas.

**Tabela 1 – Síndrome do Esgotamento profissional em professores de Educação física com e sem planejamento.**

<b>Professores de EFI</b>	<b>N</b>	<b>Md</b>	<b>Dp</b>
Com planejamento	11	47.86	9.08
Sem planejamento	7	45.55	7.82
Todos os investigados	18	46.44	8.15

**p≤0.05**

Os dados na tabela acima indicam que todos os valores médios apresentados apontam que os indivíduos investigados se encontram na fase inicial da doença. A média é mais elevada no grupo de professores que demonstraram planejamento em suas aulas. O professor que planeja suas aulas parece demonstrar uma maior preocupação com as atividades profissionais acarretando assim num maior esgotamento. O desvio padrão apresentado na tabela foi considerado alto indicando que a amostra é bastante heterogênea.

Vale ressaltar que a Síndrome do Esgotamento Profissional ainda não se instalou no grupo investigado, cabendo a estes professores buscar ajuda profissional para combater os sintomas e assim, garantir a qualidade no seu desempenho profissional e sua qualidade de vida (FERENHOF; FERENHOF, 2002).

Num estudo realizado por Valério, Amorim e Moser (2009) em que procuraram verificar a incidência da Síndrome do Esgotamento Profissional entre professores de Educação Física e professores de outras disciplinas. Para tal pesquisaram 71 professores e encontraram ser a insatisfação profissional principal causa sobre a prevalência da Síndrome em educadores. Estes autores constataram uma maior incidência da SEP entre professores de outras disciplinas com valor de 29,3% contra apenas 10% para os professores de Educação Física. Ainda sobre a satisfação profissional de professores Soriano e Winterstein (1998) compararam de professores em que os da Educação Física apresentou níveis mais elevados quando comparado com as demais disciplinas.

**Tabela 2** – Teste t da variável dependente Síndrome do Esgotamento Profissional e variáveis independentes: planejamento, sexo e número de cargos.

Variáveis		N	Md	Dp	p
Planejamento Pedagógico	Sim	7	47.86	9.08	.57
	Não	11	45.55	7.82	
Sexo	Masc.	9	44.67	8.50	.37
	Fem.	9	48.22	7.86	
Número de cargos	1	8	44.38	9.91	.35
	2	10	48.10	6.49	

**p≤0.05**

Conforme os valores, apresentados na tabela acima, não se observa diferenças significativas nas variáveis acima pesquisadas, em que os valores de p encontrados foram todos, superiores a 0.05.

No que diz respeito ao planejamento pedagógico, os professores que planejavam o sexo feminino e os que apresentavam dois cargos de professor apresentaram médias mais elevadas para a Síndrome do Esgotamento Profissional.

Sobre o planejamento, os valores apresentados levam a crer que, professores que planejam se cobram mais no trabalho docente já que, tornar um planejamento efetivo é, por muitas vezes, uma tarefa árdua. Com relação ao sexo, as mulheres apresentaram médias mais elevadas, contrariamente ao aqui encontrado o estudo realizado por Benevides-Pereira (2002), sobre a prevalência da Síndrome do Esgotamento profissional em professores, foi constatado uma maior prevalência da síndrome no sexo masculino, em que apenas um investigado apresentou Burnout. Esse fato foi explicado pela diferença de personalidade entre os dois gêneros, já que os homens não possuem o hábito de se extravasarem, guardando sentimentos e liberando-os inadequadamente, enquanto que as mulheres possuem uma maior facilidade de se expressarem e de se abrirem para as outras pessoas, diminuindo assim as chances de um estresse.

Relativamente às médias apresentadas com relação ao número de cargos, observam-se valores mais elevados para professores que manifestaram ter dois cargos de professor. O acúmulo de funções pode levar um ser humano a um esgotamento profissional, já que o tempo é um importante fator para que manifestações de estresse possam ser manifestadas.

Santini (2004) destaca a importância das relações e condições de trabalho para o surgimento da Síndrome do Esgotamento Profissional em professores, uma vez que os aspectos individuais envolvidos neste contexto são influenciáveis para o surgimento da doença, que dependendo da intensidade pode acometer profissionais envolvidos com a educação. O autor ainda afirma que o surgimento da SEP se dá através da acumulação de fatores externos à atuação do docente no ambiente de trabalho do qual implica na eficiência pedagógica e na acomodação destes educadores.

O número de cargos acumulados, pode estar relacionado à sobrecarga no trabalho, uma vez que o número de horas trabalhadas é um dos fatores que propiciam o surgimento da Síndrome do Esgotamento Profissional já que aqueles professores que possuem mais de um

cargo, se sentem cansados, e exaustos (VALERIO; AMORIM; MOSER, 2009).

Esta sobrecarga no trabalho tem sido um dos fatores de maior influência para o surgimento da SEP, como afirmam Benevides-Pereira (2002) apontando que os professores exercem a sua profissão dentro e fora do ambiente escolar para elaborar suas aulas, além de não serem recompensados financeiramente, desencadeando em um sofrimento psicológico e futuro surgimento da SEP.

Ainda sobre a incidência da SEP em professores Benevides-Pereira (2002) consultou ser a sobrecarga de trabalho uma variável significativa, uma vez que os professores que trabalham entre 21 e 40 horas semanais apresentaram maior índice da síndrome, caracterizando uma sobrecarga no trabalho. Essa situação é justificada pela necessidade de uma melhor compensação financeira, além disso, o excesso do número de alunos em sala de aula torna o trabalho deste professor ainda mais estressante, dando a impressão do professor ministrar aulas para duas salas ao mesmo tempo.

**Tabela 3** – Teste OneWay ANOVA da variável dependente Síndrome do Esgotamento Profissional e variável independente: tempo de experiência.

		N	Md	Dp	p
Tempo experiência	1 e 2 anos	3	39.67	12.42	.22
	3 e 4 anos	1	49.00	-	
	5 e 6 anos	1	46.00	-	
	7 e 8 anos	1	50.00	-	
	9 e 10 anos ou mais	12	47.67	7.5	
Situação funcional	Efetivo	12	45.75	8.49	.27
	Designado	3	45.67	11.37	
	Temporário	1	54.00	-	
	Efetivado	2	48.00	2.83	
Qualificação	Graduado	4	44.50	7.85	.88
	Não graduado	2	46.50	10.61	
	Pós-graduado	11	48.18	8.07	
	Mestrado	1	35.00	-	

**p≤0.05**

Os valores apresentados na tabela acima, referentes ao tempo de experiência dos docentes, não foram encontradas diferença significativas na comparação dos diferentes tempos de experiência na profissão. Ao observar as médias apresentadas percebe-se que àqueles que tinham 1 e 2 anos de experiência apresentaram classificação diferente dos demais grupos, se enquadrando em possibilidades de desenvolver a síndrome. Os grupos, de 3 anos de experiência acima, apresentaram classificação referente ao estágio inicial da doença em que a média mais elevada foi para 7 e 8 anos de profissão mas apenas um investigado fazia parte desse grupo. A amostra se caracteriza por um grupo que apresenta, na sua maioria, tempo de experiência de 9 anos acima sendo um grupo com bastante experiência na profissão.

Através dos dados obtidos entre os indivíduos do grupo, percebe-se que aqueles que iniciam na profissão docente, estão menos propensos a adquirir a Síndrome do Esgotamento Profissional, situação esta não encontrada por Wisniewski e Gargiulo (1997), pois segundo estes, os docentes jovens, ou seja, com menos tempo na profissão, estão mais propensos a

sofrerem esta síndrome causando o Esgotamento Profissional. Benevides-Pereira (2002) afirma que estes educadores entram em choque a partir do momento em que entram em contato com a realidade escolar, devido a falta de experiência e incerteza para cumprir sua função.

O absenteísmo causado pela SEP é entendido como saída psicológica, uma forma destes professores lidarem com a exaustão emocional, afastando por diversas vezes da profissão, podendo chegar ao abandono ou aposentando-se antes do tempo de exercício para tempo legal previsto (SANTINI; MOLINA-NETO, 2005).

No que diz respeito à situação funcional dos investigados também não foram encontradas diferenças significativas ao nível de p. A média encontrada mais elevada foi demonstrada por um único caso dentre os pesquisados, cuja média foi de 54.00 que diz respeito ao professor que está na escola temporariamente. Isso demonstra que o fato de não ter um cargo constante ou efetivo, pode ser desencadeador da síndrome do esgotamento profissional.

Relativamente à qualificação não foi encontrada diferença significativa com valor de p apresentado de .88. De acordo com as médias apresentadas foi observado um decréscimo do nível da Síndrome do Esgotamento Profissional do profissional que era mestre em relação aos demais. Esse valor apresentado sugere que estudos com uma amostra maior possam ser realizados analisando a SEP em relação à qualificação profissional.

Este fato entra em desacordo com o resultado obtido no estudo de Benevides-Pereira (2002), em que os docentes que possuíam maior grau de especialização ou qualificação apresentaram mais propensos a Síndrome do Esgotamento Profissional. Assim como o estudo de Valério, Amorim e Moser (2009) em que mais de 50% dos professores que apresentaram a SEP eram especialistas.

## Conclusão

Portanto conclui-se que os professores de Educação Física da rede estadual de ensino de Montes Claros estão na fase inicial da Síndrome do Esgotamento Profissional não sendo encontradas diferenças significativas, nas variáveis independentes, planejamento pedagógico, sexo, número de cargos, tempo de experiência, situação funcional e qualificação profissional.

Embora diversos estudos que ora foram discutidos, e com as mesmas variáveis independentes aqui investigadas, tenham sido encontradas diferenças significativas, o mesmo não ocorreu neste estudo. Sugere-se então que novos estudos, com uma amostragem maior, sejam realizados, muito embora esta amostra aqui apresentada tenha sido coletada nas principais escolas dos grandes bairros de todas as regiões de Montes Claros.

BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. Burnout: Quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

CARLOTTO, M. S. A síndrome de Burnout e o trabalho docente. Psicologia em Estudo, Maringá, vol. 7, n.1, p. 21-29, jan./jun., 2002.

- FERENHOF, I. A.; FERENHOF, E.A. Burnout em professores. *Revista Avaliação e Mudanças*, vol.4, n.1, p.131-151, 2002.
- MASLACH, C.; JACKSON, S E. Patterns of burnout among a national sample of public contact workers. *Journal of Health Resources Administration*, vol.7, p.189-212, 1984.
- MASLACH, C.; GOLDBERG J. Prevention of burnout: news perspectives. *Applied & Preventive Psychology*, vol.7, p.63-74, 1998.
- MATTOS, M. G.; ROSSETO JÚNIOR, A. J.; BLECHER, S. Teoria e Prática da Metodologia da Pesquisa em Educação Física: construindo sua monografia, artigo e projeto de ação. São Paulo: Phorte, 2008.
- MATTOS, M.G. Vida no trabalho e sofrimento mental do professor de Educação Física da escola municipal: implicações em seu desempenho e na vida profissional. Dissertação de doutorado, USP: São Paulo, 1994.
- MOLINA-NETO; A síndrome do esgotamento profissional em professores de educação física: um estudo na rede municipal de ensino de Porto Alegre. *Rev.bras. Educ. Fís. Esp*, São Paulo, v.19, n.3, p.209-22, jul./set. 2005 .
- SANTINI, J; MOLINA-NETO, V. A síndrome do esgotamento profissional em professores de educação física: um estudo na rede municipal de ensino de Porto Alegre. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, vol.19, n.3, p.209-22, 2005.
- SANTINI, J. Síndrome do Esgotamento Profissional: Revisão Bibliográfica. *Revista Movimento*, Vol.10, n.1, p.183-209, jan/Abr, 2004.
- SORIANO, J.B.; WINTERSTEIN, P.J. Satisfação no trabalho do professor de Educação Física. *Revista Paulista de Educação Física*, São Paulo, vol.12, n.2, p.145-59, jul./dez., 1998.
- SCHAUFELI, W.; ENZMANN, D. The burnout companion to study and practice a critical analysis. Londres, Taylor & Francis, 1998.
- VALÉRIO, F. J.; AMORIM, C; MOSER, A. M. A Síndrome de Burnout em professores de Educação Física. *Revista de Psicologia da IMED*, vol.1, n.1, p. 127-136, 2009.
- WISNIEWSKI, L.; GARGIULO, R. M. Occupational stress and burnout among special educators: a review of the literature. *The Journal of Special Education*, vol,31, n.3, p.325-349, 1997.