

## Artigo Original

# Fatores associados a piores níveis na escala de *Burnout* em professores da educação básica

## Factors associated with worse levels in the *Burnout* scale in basic education teachers

Gustavo Kendy Camargo Koga<sup>1</sup>, Francine Nesello Melanda<sup>2,3</sup>,  
Hellen Geremias dos Santos<sup>2,4</sup>, Flávia Lopes Sant'Anna<sup>2,3</sup>,  
Alberto Durán González<sup>5,6</sup>, Arthur Eumann Mesas<sup>7,8</sup>, Selma Maffei de Andrade<sup>9,10</sup>

### Resumo

A Síndrome de *Burnout* resulta do estresse crônico no trabalho e é composta por três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e realização profissional. Objetivou-se identificar, em professores da educação básica de Londrina, no Paraná, fatores associados a piores níveis nessas dimensões. Trata-se de estudo transversal realizado entre agosto de 2012 e junho de 2013. Foram pesquisadas características sociodemográficas, ocupacionais, relacionamentos na escola, violência contra o professor e Síndrome de *Burnout* por meio da escala *Maslach Burnout Inventory* (MBI). Pontuações > percentil 75 na MBI (exaustão emocional e despersonalização) ou < percentil 25 (realização profissional) foram consideradas como piores níveis. Foram realizadas análises bivariadas e múltiplas por regressão de *Poisson*. Participaram da pesquisa 804 professores. Após ajustes, relacionamento ruim/regular com alunos associou-se a piores níveis nas três dimensões da escala. Tempo insuficiente para família/lazer e relacionamento ruim/regular com pais permaneceram significativos para piores níveis de exaustão emocional e de despersonalização. Violência física, quantidade de alunos considerada ruim/regular e infraestrutura ruim da escola ainda se mantiveram associadas a piores níveis de despersonalização, enquanto oportunidade ruim/regular para expressar opiniões no trabalho associou-se à baixa realização profissional. Ambiente de trabalho hostil e outros fatores laborais devem ser priorizados por políticas de prevenção da Síndrome de *Burnout* em professores.

**Palavras-chave:** esgotamento profissional; docentes; saúde do trabalhador; condições de trabalho; estudos transversais.

<sup>1</sup> Aluno de graduação do curso de medicina da Universidade Estadual de Londrina (UEL) - Londrina (PR), Brasil.

<sup>2</sup> Mestre em Saúde Coletiva pela Universidade Estadual de Londrina (UEL) - Londrina (PR), Brasil.

<sup>3</sup> Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva da Universidade Estadual de Londrina (UEL) - Londrina (PR), Brasil.

<sup>4</sup> Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Epidemiologia da Universidade de São Paulo (USP) - São Paulo (SP), Brasil.

<sup>5</sup> Doutor em Saúde Coletiva pela Universidade Estadual de Londrina Londrina (UEL) - Londrina (PR), Brasil.

<sup>6</sup> Professor do Departamento de Saúde Coletiva da Universidade Estadual de Londrina (UEL) - Londrina (PR), Brasil

<sup>7</sup> Doutor em Medicina Preventiva e Saúde Pública pela Universidad Autónoma de Madrid (UAM) - Madrid, Espanha.

<sup>8</sup> Professor adjunto do Departamento de Saúde Coletiva da Universidade Estadual de Londrina (UEL) - Londrina (PR), Brasil.

<sup>9</sup> Doutora em Saúde Pública pela Universidade de São Paulo (USP) - São Paulo (SP), Brasil.

<sup>10</sup> Professora associada da Universidade Estadual de Londrina (UEL) - Londrina (PR), Brasil.

Trabalho realizado na rede estadual de ensino de Londrina - Londrina (PR), Brasil.

Endereço para correspondência: Francine Nesello Melanda - Av. Robert Koch, 60 - Vila Operária - CEP: 86038-350 - Londrina (PR), Brasil -

Email: franesello@gmail.com

Fonte de financiamento: nenhuma.

Conflito de interesses: nada a declarar.

**Abstract**

Burnout syndrome results from chronic occupational stress and is composed by three dimensions: emotional exhaustion, depersonalization (cynicism) and professional fulfillment. The study aimed to identify, in basic education teachers from Londrina, Brazil, factors associated with worse levels in these dimensions. This is a cross-sectional study, conducted between August 2012 and June 2013 that gathered information on socio-demographic and occupational characteristics, relationships in school, violence, and burnout syndrome (by means of the *Maslach Burnout Inventory* - MBI). Scores over the percentile 75 in the MBI (exhaustion and cynicism) or below the percentile 25 (professional fulfillment) were considered the worse levels. Bivariate and Poisson multiple regressions analyses were conducted. A total of 804 teachers participated in the study. After adjustments, bad/fair relationship with students was associated with worse levels in the three BMI dimensions. Insufficient time for family/leisure and bad/fair relationship with students' parents remained significantly associated with higher levels of exhaustion and cynicism. Physical violence, high number of students and bad school infrastructure were associated with worse levels of cynicism, while bad/fair opportunity to express opinions at work with low professional fulfillment. Hostile work environment and other labor factors should be prioritized by policies in order to prevent burnout syndrome among teachers.

**Keywords:** *Burnout*; faculty; occupational health; working conditions; cross-sectional studies.

**INTRODUÇÃO**

A Síndrome de *Burnout*, ou esgotamento profissional, é um fenômeno psicossocial em resposta aos estressores crônicos presentes no ambiente do trabalho, com consequências negativas em âmbito individual, familiar, profissional e social<sup>1-4</sup>. Desde 1999, essa síndrome é reconhecida pela Previdência Social, no Brasil, como um transtorno relacionado ao trabalho<sup>5</sup>. É composta por três dimensões relacionadas entre si, mas independentes: exaustão emocional, despersonalização (também denominada de cinismo<sup>4</sup>) e baixa realização profissional<sup>6,7</sup>.

Exaustão emocional refere-se ao esgotamento dos recursos físicos e psíquicos por desgaste emocional e resulta em falta de energia e de entusiasmo em relação ao trabalho. Despersonalização (ou cinismo) é o distanciamento interpessoal, com diminuição do envolvimento emocional no trabalho e do desenvolvimento de atitudes impessoais e desumanizadas no tratamento de clientes e de colegas. Baixa realização pessoal no trabalho corresponde à dimensão de autoavaliação negativa e relaciona-se à baixa produtividade laboral e a sentimentos de ineficácia e de incompetência, que promovem insatisfação profissional<sup>1,8,9</sup>.

Professores da educação básica apresentam grande risco de desenvolver a Síndrome de *Burnout*<sup>10</sup>, pois estão expostos a ambientes de trabalho com elevada exigência profissional, como tarefas extraclasse, carga horária excessiva e pouco tempo para atualização, lazer e convívio social<sup>7</sup>. Além disso, o professor passa frequentemente por situações conflitantes, como sentir a necessidade de ser companheiro do aluno, propiciar-lhe desenvolvimento pessoal e, ao mesmo tempo, ter que julgá-lo<sup>10</sup>. Somam-se a isso ainda baixos salários, condições de trabalho precárias, falta de reconhecimento social e inexpressiva participação no planejamento de políticas institucionais<sup>11,12</sup>.

Dessa forma, o professor pode se sentir exausto e sem entusiasmo, correndo risco de desenvolver a Síndrome de *Burnout*. Consequentemente, problemas sociais, físicos e psicológicos podem ocorrer, como uso abusivo de álcool ou de outras drogas, imunodepressão, problemas cardiovasculares, ansiedade, depressão, absenteísmo, desejo de abandonar a

profissão e baixa produtividade. Há também repercussões importantes na qualidade de vida dos professores, no ensino e no sistema educacional como um todo<sup>10,13,14</sup>.

Entre as características associadas às dimensões do *Burnout* avaliadas em estudos anteriores com professores, destacam-se as sociodemográficas ou do ambiente familiar (sexo, idade, situação conjugal, número de filhos, oportunidade de lazer e expectativas familiares) e as relacionadas ao trabalho (carga horária, tempo de profissão, remuneração, relacionamento com superiores ou com colegas de trabalho, falta de reciprocidade na relação com alunos, percepção de que a profissão interfere na vida pessoal ou que é estressante, intenção de abandonar a profissão, insatisfação com o trabalho, excesso de responsabilidades, conflitos de papéis e sobrecarga, elevado número de alunos por turma, mau comportamento dos alunos e participação em decisões institucionais)<sup>7,8,12,15-19</sup>.

Contudo, conforme destacam Carlotto e Câmara<sup>6</sup> após revisão de literatura, a produção científica brasileira sobre a Síndrome de *Burnout* ainda é incipiente e suas dimensões e características são pouco conhecidas, apesar dos impactos sociais importantes, além das consequências negativas em nível individual, profissional, familiar e institucional<sup>20</sup>. Nesse sentido, este estudo tem por objetivo identificar fatores associados a piores níveis nas três dimensões do *Burnout* em professores da educação básica em Londrina, no Estado do Paraná.

**MÉTODOS**

Trata-se de estudo transversal vinculado a uma pesquisa maior denominada "Saúde, Estilo de Vida e Trabalho de Professores da Rede Pública do Paraná" (Pró-Mestre). A população do Pró-Mestre foi composta por todos os professores do ensino regular básico (fundamental e/ou médio) das 20 escolas com maior número de docentes da rede estadual de ensino de Londrina/PR, representando aproximadamente 75,0% dos professores ativos do ensino básico regular da cidade. Foram considerados como perdas os professores que estavam em licença durante os 21 dias de coleta de dados em cada escola e

que não retornaram às atividades após 30 dias de seu término (totalizando 51 dias), além daqueles que não aceitaram participar da pesquisa e cujo contato não foi possível após cinco tentativas.

Para este estudo, optou-se por excluir docentes com tempo de trabalho menor que um ano ou que tiraram licença maior que 30 dias nos últimos 12 meses, devido ao período de exposição às variáveis estudadas. Professores que preencheram de forma incompleta os itens da escala de *Burnout* também foram considerados perdidos.

Estudo-piloto foi desenvolvido com 82 professores de três escolas da rede estadual de ensino de município localizado na Região Metropolitana de Londrina/PR, em junho de 2012, a fim de identificar possíveis dificuldades operacionais e aprimorar os instrumentos da entrevista, compostos por formulário para anotação de dados da entrevista e um questionário autorrespondido. Dados sociodemográficos e perguntas relativas à Escala de *Burnout* foram obtidos pelo questionário autorrespondido; os demais, por entrevista. A coleta de dados foi realizada por estudantes de pós-graduação em Saúde Coletiva e de graduação (Medicina e Enfermagem) previamente treinados, entre agosto de 2012 e junho de 2013.

As variáveis independentes consideradas neste estudo foram: (1) *características sociodemográficas* – sexo (masculino e feminino); idade (<35, 35-44, 45-54 e ≥55 anos); situação conjugal (solteiro, casado/união estável e separado/divorciado/viúvo, posteriormente categorizados em com ou sem companheiro); (2) *características e percepções quanto ao trabalho* – tempo de profissão (≤10, 11-20 e >20 anos); carga horária semanal com alunos (≤20 horas e >20 horas); percepções quanto à oportunidade para expressar suas opiniões no trabalho (ruim/regular e bom/excelente); quanto à remuneração recebida em relação ao trabalho realizado (ruim/regular e bom/excelente); quanto à quantidade de alunos por sala de aula (ruim/regular e bom/excelente); quanto à infraestrutura da escola (ruim e regular/bom/excelente); quanto ao tempo disponível para realizar o trabalho (insuficiente e regular/suficiente) e para a família e lazer (insuficiente e regular/suficiente); quanto ao relacionamento com superiores (ruim/regular e bom/excelente), com professores (ruim/regular e bom/excelente), com alunos (ruim/regular e bom/excelente) e com pais de alunos (ruim/regular, bom/excelente e não tem relacionamento); (3) *violência sofrida pelo professor no ambiente escolar nos últimos 12 meses* – insultos ou gozações de alunos (sim e não); humilhações, insultos ou gozações de professores ou superiores (sim e não); violência física (sim e não) – neste estudo, considerada como qualquer agressão ou tentativa de agressão corporal, com arma de fogo ou com faca/objeto cortante.

A Escala de *Burnout* utilizada, o *Maslach Burnout Inventory* (MBI), é um inventário autoaplicável que permite verificar a percepção do indivíduo sobre seu trabalho em três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e realização

profissional<sup>19</sup>. É composto por 22 itens, dos quais 9 avaliam a exaustão emocional, 5, a despersonalização, e 8, a realização profissional. O sistema de pontuação utilizado para classificar as respostas varia de 1 a 5, conforme a frequência, na versão brasileira adaptada por Tamayo<sup>21</sup> e adaptada/validada por Carlotto e Câmara<sup>22</sup> em uma amostra de professores: 1=nunca, 2=algumas vezes ao ano, 3=algumas vezes no mês, 4=algumas vezes na semana e 5=diariamente. Altos escores em exaustão emocional e despersonalização correspondem a elevado nível de *Burnout*, enquanto baixos escores em realização profissional estão relacionados a alto nível da síndrome<sup>23</sup>. Dessa forma, foram estabelecidos três desfechos, um para cada dimensão da escala, de acordo com a seguinte classificação: professores com pontuação > percentil 75 no somatório de pontos do MBI (exaustão emocional e despersonalização) ou < percentil 25 (realização profissional) foram considerados com piores níveis nessa escala. Esse critério baseou-se no fato de inexistirem estudos com pontos de corte validados para a escala de cinco pontos<sup>21</sup> na literatura.

Os dados foram duplamente digitados em banco de dados no programa Epi Info®, versão 3.5.4, com correções de discrepâncias após consulta aos instrumentos de pesquisa, e tabulados utilizando o programa *Statistical Package for Social Sciences*® (SPSS), versão 19.0. Realizaram-se análises descritivas, bivariadas e de múltiplos fatores por regressão de Poisson (método *forward*). A escolha da regressão de Poisson com variância robusta deveu-se à possibilidade de esta estimar diretamente a razão de prevalência (RP) em estudos seccionais e evitar superestimação da associação em estudos com desfechos de elevada prevalência<sup>24</sup>. A confiabilidade do instrumento MBI foi avaliada por intermédio do coeficiente alfa ( $\alpha$ ) de Cronbach, considerando adequado se  $\alpha \geq 0,70$ .

Para cada dimensão do *Burnout*, variáveis com valor de  $p < 0,20$  na análise bivariada foram ajustadas por regressão de Poisson. Essa opção baseia-se na primeira etapa da proposta de Hosmer et al.<sup>25</sup>, denominada “*purposeful selection*”. Essa proposta inicia-se com uma análise univariada cuidadosa de cada variável independente a fim de identificar candidatas à análise de regressão múltipla. Os autores recomendam a seleção inicial para o modelo múltiplo daquelas com p-valor de 0,20 ou 0,25 (critério de rastreamento), pois o uso de níveis de significância tradicionais (como o de 5%) pode conduzir à exclusão de variáveis importantes, do ponto de vista epidemiológico, do ajuste do modelo. Idade foi incluída no ajuste na forma contínua. Para todas as análises, considerou-se nível de significância de 5%.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Londrina (UEL), parecer n. 22562, e cada entrevista foi conduzida somente após esclarecimento dos objetivos da pesquisa e consentimento do participante, mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

## RESULTADOS

Dos 1.126 professores elegíveis para o estudo maior, 148 (13,1%) foram considerados perdidos: licença (65), recusa (63) e não localização após cinco tentativas (20). Para esta pesquisa, foram excluídos 128 professores: 9 por tempo de trabalho menor que um ano e 119 por licença maior que 30 dias. Na análise, 46 foram ainda considerados perdidos por não preencherem completamente os itens da Escala de *Burnout* do questionário, restando, portanto, dados de 804 professores para análise.

A população estudada constituiu-se predominantemente de mulheres (67,2%), casada ou em união estável (57,2%) e com menos de 45 anos (62,9%). Os participantes trabalhavam como professores, em média, havia 13,23 anos (DP=8,95) e cumpriam carga horária média semanal com alunos de 28,24 horas (DP=9,27). A maioria considerou a remuneração e a quantidade de alunos por sala de aula ruim ou regular (64,3% e 68,7%, respectivamente). Grande parte deles acreditava que o tempo disponível para realizar seu trabalho (45,0%) e para família ou lazer (46,8%) era insuficiente. Uma pequena parcela avaliou a infraestrutura da escola como ruim (14,7%).

A violência mais relatada nos 12 meses anteriores à pesquisa foi ter recebido insultos ou gozações de alunos (54,6%), seguida de humilhações, insultos ou gozações de colegas ou superiores (17,7%). A violência física foi relatada por 8,7% dos professores.

A análise da consistência interna das respostas aos itens do MBI pelo método de alfa de Cronbach identificou alta ou boa confiabilidade para as dimensões exaustão emocional ( $\alpha=0,907$ ), despersonalização ( $\alpha=0,714$ ) e realização profissional ( $\alpha=0,820$ ).

Na análise bivariada, verificou-se associação da idade e da situação conjugal com algumas dimensões do *Burnout* (Tabela 1). Pessoas mais jovens apresentaram níveis mais elevados de exaustão, despersonalização e baixa realização profissional. À exceção de tempo de profissão e carga horária semanal com alunos, todas as demais características do trabalho associaram-se

a piores níveis de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional. Professores com menos tempo de profissão também apresentaram maior frequência de baixa realização profissional (Tabela 2). Piores níveis de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional também foram observados entre professores que julgavam seus relacionamentos com alunos, pais de alunos, superiores ou colegas como ruim/regular e entre os que referiram violência nos 12 meses anteriores à pesquisa, embora nem todas as associações tenham sido estatisticamente significativas (Tabela 3).

A análise de regressão de *Poisson* é apresentada na Tabela 4. Após ajustes incluindo as variáveis com valor de  $p<0,20$ , permaneceram associadas a piores níveis de exaustão emocional: relacionamento ruim/regular com alunos e pais de alunos; tempo insuficiente para família e lazer; ter sofrido insulto ou gozações de alunos. Associaram-se a piores níveis de despersonalização: relacionamentos ruim/regular com alunos e com pais de alunos; tempo insuficiente para família e lazer; infraestrutura ruim da escola; quantidade ruim/regular de alunos por sala de aula; ter sofrido violência física. Além do relacionamento ruim/regular com alunos, também se associou à baixa realização profissional a percepção ruim/regular sobre oportunidade para expressar opinião no trabalho.

## DISCUSSÃO

Relacionamento precário entre professor e aluno, violência em ambiente escolar e outras características do trabalho foram fatores associados a piores níveis na Escala de *Burnout* entre os professores estudados, fortalecendo o argumento de que as condições de trabalho e a qualidade da relação entre o indivíduo e as outras pessoas em seu ambiente laboral estão associados a essa síndrome<sup>26,27</sup>.

É importante destacar algumas limitações deste estudo. Por ser de delineamento transversal, não é possível estabelecer relações

**Tabela 1.** Associação entre características sociodemográficas e piores níveis nas dimensões da Síndrome de *Burnout* em professores da rede estadual de ensino de Londrina/PR, 2012-2013

Variáveis	Total <sup>†</sup>	Exaustão		Despersonalização		Baixa realização profissional	
		N (%)	RP (IC 95%)	N (%)	RP (IC 95%)	N (%)	RP (IC 95%)
<b>Sexo</b>							
Masculino	264	54 (20,5)	1	62 (23,5)	1	54 (20,5)	1
Feminino	540	127 (23,5)	1,15 (0,87-1,52)	120 (22,2)	0,95 (0,72-1,24)	99 (18,3)	0,90 (0,67-1,21)
<b>Idade (anos)</b>							
<35	260	64 (24,6)	1,70* (0,95-3,06)	70 (26,9)	1,86* (1,04-3,33)	63 (24,2)	3,68* (1,54-8,83)
35-44	246	52 (21,1)	1,46 (0,80-2,65)	59 (24,0)	1,66* (0,92-2,99)	51 (20,7)	3,15* (1,31-7,61)
45-54	222	54 (24,3)	1,68* (0,93-3,04)	42 (18,9)	1,31 (0,71-2,41)	34 (15,3)	2,33* (0,95-5,74)
≥55	76	11 (14,5)	1	11 (14,5)	1	5 (6,6)	1
<b>Situação conjugal</b>							
Com companheiro	458	98 (21,4)	1	97 (21,2)	1	78 (17,0)	1
Sem companheiro	342	83 (24,3)	1,13 (0,88-1,47)	85 (24,9)	1,17 (0,91-1,52)	75 (21,9)	1,29* (0,97-1,71)

RP = Razão de Prevalência; IC = Intervalo de confiança; <sup>†</sup>A soma não totaliza 804 em todas as variáveis devido a informações faltantes; \* $p<0,20$

**Tabela 2.** Associação entre características laborais e piores níveis nas dimensões da Síndrome de *Burnout* em professores da rede estadual de ensino de Londrina/PR, 2012-2013

Variáveis	Total <sup>†</sup>	Exaustão		Despersonalização		Baixa realização profissional	
		N (%)	RP (IC 95%)	N (%)	RP (IC 95%)	N (%)	RP (IC 95%)
<b>Tempo de profissão (anos)</b>							
≤10	403	92 (22,8)	0,95 (0,69-1,30)	99 (24,6)	1,26* (0,89-1,77)	89 (22,1)	1,80* (1,17-2,77)
11-20	222	46 (20,7)	0,86 (0,60-1,24)	48 (21,6)	1,11 (0,75-1,63)	42 (18,9)	1,54* (0,96-2,48)
>20	179	43 (24,0)	1	35 (19,6)	1	22 (12,3)	1
<b>Horas (semana) com alunos</b>							
≤20	189	38 (20,1)	1	42 (22,2)	1	35 (18,5)	1
>20	612	143 (23,4)	1,16 (0,85-1,60)	140 (22,9)	1,03 (0,76-1,40)	118 (19,3)	1,04 (0,74-1,46)
<b>Oportunidade para expressar opinião</b>							
Bom/excelente	649	127 (19,6)	1	130 (20,0)	1	107 (16,5)	1
Ruim/regular	150	53 (35,3)	1,81* (1,38-2,36)	50 (33,3)	1,66* (1,27-2,19)	44 (29,3)	1,78* (1,31-2,41)
<b>Remuneração</b>							
Bom/excelente	287	47 (16,4)	1	47 (16,4)	1	44 (15,3)	1
Ruim/regular	516	134 (26,0)	1,59* (1,18-2,14)	135 (26,2)	1,60* (1,19-2,15)	109 (21,1)	1,38* (1,00-1,90)
<b>Quantidade de alunos</b>							
Bom/excelente	252	40 (15,9)	1	37 (14,7)	1	35 (13,9)	1
Ruim/regular	552	141 (25,5)	1,61* (1,17-2,21)	145 (26,3)	1,79* (1,29-2,49)	118 (21,4)	1,54* (1,09-2,18)
<b>Infraestrutura da escola</b>							
Regular/bom/excelente	686	146 (21,3)	1	138 (20,1)	1	124 (18,1)	1
Ruim	118	35 (29,7)	1,39* (1,02-1,91)	44 (37,3)	1,85* (1,40-2,45)	29 (24,6)	1,36* (0,95-1,94)
<b>Tempo para o trabalho</b>							
Regular/suficiente	442	74 (16,7)	1	89 (20,1)	1	71 (16,1)	1
Insuficiente	362	107 (29,6)	1,77* (1,36-2,30)	93 (25,7)	1,28* (0,99-1,65)	82 (22,7)	1,41* (1,06-1,88)
<b>Tempo para a família e lazer</b>							
Regular/suficiente	428	66 (15,4)	1	76 (17,8)	1	67 (15,7)	1
Insuficiente	376	115 (30,6)	1,98* (1,52-2,60)	106 (28,2)	1,59* (1,22-2,06)	86 (22,9)	1,46* (1,10-1,95)

RP = Razão de Prevalência; IC = Intervalo de confiança; <sup>†</sup>A soma não totaliza 804 em todas as variáveis devido a informações faltantes; \*p<0,20

**Tabela 3.** Associação entre características de relacionamento e de violência e piores níveis nas dimensões da Síndrome de *Burnout* em professores da rede estadual de ensino de Londrina/PR, 2012-2013

Variáveis	Total <sup>†</sup>	Exaustão		Despersonalização		Baixa realização profissional	
		n (%)	RP (IC 95%)	n (%)	RP (IC 95%)	n (%)	RP (IC 95%)
<b>Relacionamento com superiores</b>							
Bom/excelente	746	158 (21,2)	1	164 (22,0)	1	136 (18,2)	1
Ruim/regular	58	23 (39,7)	1,87* (1,32-2,65)	18 (31,0)	1,41* (0,94-2,12)	17 (29,3)	1,61* (1,05-2,47)
<b>Relacionamento com professores</b>							
Bom/excelente	770	172 (22,3)	1	173 (22,5)	1	143 (18,6)	1
Ruim/regular	34	9 (26,5)	1,19 (0,67-2,11)	9 (26,5)	1,18 (0,66-2,10)	10 (29,4)	1,58* (0,92-2,72)
<b>Relacionamento com alunos</b>							
Bom/excelente	722	145 (20,1)	1	145 (20,1)	1	122 (16,9)	1
Ruim/regular	82	36 (43,9)	2,19* (1,64-2,91)	37 (45,1)	2,25* (1,70-2,97)	31 (37,8)	2,24* (1,62-3,09)
<b>Relacionamento com pais de alunos</b>							
Bom/excelente	428	81 (18,9)	1	79 (18,5)	1	73 (17,1)	1
Ruim/regular	105	36 (34,3)	1,81* (1,30-2,52)	37 (35,2)	1,91* (1,38-2,65)	22 (21,0)	1,23 (0,80-1,88)
Não tem relacionamento	269	64 (23,8)	1,26* (0,94-1,68)	65 (24,2)	1,31* (0,98-1,75)	58 (21,6)	1,26* (0,93-1,72)
<b>Insultos ou gozações de alunos</b>							
Não	365	53 (14,5)	1	62 (17,0)	1	58 (15,9)	1
Sim	439	128 (29,2)	2,01* (1,51-2,68)	120 (27,3)	1,61* (1,22-2,12)	95 (21,6)	1,36* (1,01-1,83)
<b>Humilhações, insultos ou gozações de professores ou superiores</b>							
Não	662	132 (19,9)	1	137 (20,7)	1	119 (18,0)	1
Sim	142	49 (34,5)	1,73* (1,32-2,27)	45 (31,7)	1,53* (1,15-2,03)	34 (23,9)	1,33* (0,95-1,86)
<b>Violência física</b>							
Não	734	158 (21,5)	1	153 (20,8)	1	136 (18,5)	1
Sim	70	23 (32,9)	1,53* (1,06-2,19)	29 (41,4)	1,99* (1,46-2,72)	17 (24,3)	1,31 (0,84-2,04)

RP = Razão de Prevalência; IC = Intervalo de confiança; <sup>†</sup>A soma não totaliza 804 em todas as variáveis devido a informações faltantes; \*p<0,20

**Tabela 4.** Regressão de *Poisson* de fatores associados a piores níveis nas dimensões da Síndrome de *Burnout* em professores da rede estadual de ensino de Londrina/PR, 2012-2013

Variáveis	Exaustão	Despersonalização	Baixa realização profissional
	RP (IC 95%)	RP (IC 95%)	RP (IC 95%)
Relacionamento ruim/regular com alunos	1,53** (1,14-2,06)	1,71*** (1,28-2,28)	1,95*** (1,39-2,73)
Relacionamento ruim/regular com pais	1,50* (1,08-2,07)	1,47* (1,06-2,03)	
Tempo insuficiente para a família e lazer	1,66*** (1,25-2,19)	1,46** (1,12-1,91)	
Insultos ou gozações de alunos (sim)	1,69*** (1,27-2,27)		
Violência física (sim)		1,69** (1,23-2,33)	
Quantidade ruim/regular de alunos por sala de aula		1,46* (1,05-2,02)	
Infraestrutura ruim da escola		1,52** (1,14-2,04)	
Oportunidade ruim/regular para expressar opinião no trabalho			1,39* (1,00-1,93)

RP = Razão de Prevalência; IC = Intervalo de confiança; \* $p \leq 0,05$ , \*\* $p < 0,01$ , \*\*\* $p < 0,001$ ; Além das demais variáveis com  $p < 0,20$ , a idade foi incluída em todos os modelos como variável contínua, com valores de  $\beta = -0,006$  para exaustão ( $p = 0,389$ ),  $-0,019$  para despersonalização ( $p < 0,001$ ) e  $-0,027$  para realização profissional ( $p = 0,012$ )

de causalidade, exceto no caso de variáveis que sabidamente antecedem o desfecho, como sexo e idade. Além disso, professores afastados por licença ou readaptados de função não fizeram parte da amostra final. Por esse motivo, os resultados possivelmente estejam subestimados, uma vez que os professores afetados pela síndrome podem ter sido excluídos, enquanto os docentes mais resistentes ao *Burnout* podem ter sido selecionados, resultando no conhecido efeito do trabalhador sadio<sup>28</sup>. Ademais, não é possível extrapolar os resultados para a totalidade dos professores da educação básica, particularmente para os que atuam em escolas menores ou na área rural.

Destacam-se, todavia, alguns pontos fortes do trabalho. A seleção das escolas com maior número de professores possibilitou uma amostra abrangente de professores atuantes em todas as regiões da área urbana do município, tanto central como periféricas. A consistência interna do MBI para medir as dimensões da Síndrome de *Burnout* mostrou-se altamente satisfatória, com alfas de Cronbach semelhantes ou superiores aos encontrados em outro estudo<sup>29</sup>, que avaliou o comportamento psicométrico do MBI de professores de escolas privadas da Região Metropolitana de Porto Alegre/RS: exaustão emocional ( $\alpha = 0,880$ ), realização profissional ( $\alpha = 0,820$ ) e despersonalização ( $\alpha = 0,580$ ).

Quanto às variáveis sociodemográficas, professores mais jovens apresentaram maior frequência de piores níveis de despersonalização e de baixa realização profissional. Estudos anteriores mostram que pessoas mais jovens tendem a apresentar níveis mais elevados de *Burnout* e maior sentimento de despersonalização<sup>1,12,17</sup>. Profissionais jovens em início de carreira precisam se adaptar ao seu novo papel e à nova realidade. Dessa forma, tendem a se envolver excessivamente com o trabalho na busca por autorrealização. No entanto, a presença de múltiplos fatores que promovem insatisfação no percurso profissional gera sentimento de frustração, o que influencia diretamente no grau de envolvimento com o trabalho e pode resultar na realização de atividades mínimas para a manutenção

no emprego, já que a atividade docente não é mais percebida como prazerosa<sup>30</sup>. Além disso, alguns pesquisadores argumentam que professores mais jovens têm mais entusiasmo, mas também mais dificuldade para lidar com as diversas situações em sala de aula, por insegurança, falta de experiência ou por formação inadequada<sup>18</sup>.

A percepção de dificuldade para expressar opiniões no trabalho associou-se à baixa realização profissional neste estudo e pode estar relacionada à diminuição da autonomia dos professores e à falta de participação nas definições das políticas de ensino, condições que podem predispor ao desenvolvimento da Síndrome de *Burnout*<sup>8,10</sup>. Além disso, perceber o número de alunos por sala de aula como elevado associou-se à despersonalização, possivelmente pela maior dificuldade de se estabelecer bom relacionamento aluno-professor em ambiente com maior número de alunos.

Tempo insuficiente para a família e lazer permaneceu nas dimensões de exaustão e de despersonalização. A profissão docente está associada à sobrecarga de trabalho, pois, além das atividades desenvolvidas na escola, muitos professores levam tarefas para casa, o que acaba comprometendo o tempo disponível para atividades com a família ou para descanso. Estudo<sup>17</sup> em escolas municipais de João Pessoa/PB revela que o fato de o professor acreditar que a atividade laboral interfere na vida pessoal está relacionado à exaustão emocional e à baixa realização profissional, pois isso gera insatisfação, distanciando o indivíduo do sentimento de realização profissional. No entanto, vale destacar que atividades de lazer podem diminuir a vulnerabilidade ao *Burnout* por proporcionar divertimento e sensação de bem-estar<sup>10</sup>.

A percepção de relacionamento ruim/regular com alunos foi a única variável que permaneceu nos três modelos de regressão, mesmo após os ajustes realizados. Estudos prévios observaram que experimentar dificuldades na relação professor-aluno associou-se às dimensões do *Burnout*<sup>9,31</sup>. Relacionar-se com

alunos é a base para o desenvolvimento da atividade docente e é essencial no processo de aprendizagem. Professores que mantêm um bom relacionamento com seus alunos são mais motivados, entusiasmados e apreciam seu ambiente de trabalho. No entanto, se esse relacionamento não for satisfatório, pode tornar-se fonte de estresse e dificultar o desempenho da função docente e a obtenção dos objetivos pedagógicos<sup>8,31</sup>.

Professores que referiram ter sofrido insulto/gozações de alunos ou violência física apresentaram maiores frequências de níveis elevados de exaustão emocional e de despersonalização, respectivamente, e esse efeito foi independente de outras características. A violência sofrida pelo professor influencia negativamente em seu comportamento, é fonte de estresse, gera efeitos diretos na sua saúde física e mental e torna seu ambiente de trabalho mais difícil e insuportável. Muitos docentes que sofrem com *Burnout* se sentem ameaçados em sala de aula, e a violência contra o professor está associada ao desgaste físico, emocional e cognitivo<sup>18</sup>. A violência na escola, especialmente de

alunos, que representam a maior parte do tempo do trabalho docente, dificulta as atividades do professor, exigindo grande consumo de energia de um profissional que já está esgotado, além de levar à diminuição de sua eficiência e ao sentimento de insatisfação<sup>8,18</sup>.

Ambiente de trabalho hostil, número elevado de alunos, sofrer violência no ambiente de trabalho e outros fatores laborais aumentam a frequência de níveis mais elevados de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional (dimensões da Síndrome de *Burnout*) entre professores. Reconhecer essa realidade e promover medidas públicas para assegurar condições de trabalho adequadas pode melhorar a qualidade de vida dos professores e colaborar para a manutenção de sua saúde física e psicológica. Destaca-se, assim, a importância de estratégias e de políticas para melhorar o ambiente escolar e reduzir a sobrecarga de trabalho dos professores da educação básica.

## REFERÊNCIAS

- Maslach C, Schaufeli WB, Leiter MP. Job burnout. *Annu Rev Psychol.* 2001;52(1):397-22. <http://dx.doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>. PMID:11148311.
- Campos JADB, Jordani PC, Zucoloto ML, Bonafé FSS, Maroco J. Síndrome de Burnout em graduandos de Odontologia. *Rev Bras Epidemiol.* 2012;15(1):155-65. <http://dx.doi.org/10.1590/S1415-790X2012000100014>. PMID:22450501.
- Costa EFO, Santos SA, Santos ATRA, Melo EV, Andrade TM. Burnout Syndrome and associated factors among medical students: a cross-sectional study. *Clinics.* 2012;67(6):573-80. [http://dx.doi.org/10.6061/clinics/2012\(06\)05](http://dx.doi.org/10.6061/clinics/2012(06)05). PMID:22760894.
- Silva RM, Goulart CT, Lopes LF, Serrano PM, Costa AL, Guido LA. Hardy personality and burnout syndrome among nursing students in three Brazilian universities-an analytic study. *BMC Nurs.* 2014;13:1-6. <http://dx.doi.org/10.1186/1472-6955-13-9>. PMID:24678676.
- Brasil. Ministério da Saúde, Organização Pan-Americana de Saúde. Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde. Brasília: Ministério da Saúde; 2001. (Série A. Normas e Manuais Técnicos, 114).
- Carlotto MS, Câmara SG. Análise da produção científica sobre a Síndrome de Burnout no Brasil. *PSICO.* 2008;39(2):152-8.
- Santos AA, Nascimento Sobrinho CL. Revisão sistemática da prevalência da Síndrome de Burnout em professores do ensino fundamental e médio. *Rev baiana saúde pública.* 2011;35(2):299-19.
- Carlotto MS, Palazzo LS. Síndrome de burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. *Cad Saude Publica.* 2006;22(5):1017-26. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2006000500014>. PMID:16680354.
- Vercambre MN, Brosselin P, Gilbert F, Nerriere E, Kovess-Masfety V. Individual and contextual covariates of burnout: a cross-sectional nationwide study of French teachers. *BMC Public Health.* 2009;9:1-12. <http://dx.doi.org/10.1186/1471-2458-9-333>. PMID:19744328.
- Carlotto MS. A Síndrome de Burnout e o trabalho docente. *Psicol Estud.* 2002;7(1):21-9. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-73722002000100005>.
- Benevides-Pereira AMT. Considerações sobre a síndrome de burnout e seu impacto no ensino. *Bol Psicol.* 2012;62(137):155-68.
- Carlotto MS. Síndrome de Burnout em professores: prevalência e fatores associados. *Psicol, Teor Pesqui.* 2011;27(4):403-10. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722011000400003>.
- Silva ATC, Menezes PR. Esgotamento profissional e transtornos mentais comuns em agentes comunitários de saúde. *Rev Saude Publica.* 2008;42(5):921-9. <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-89102008000500019>. PMID:18833390.
- Wu H, Liu L, Wang Y, Gao F, Zhao X, Wang L. Factors associated with burnout among Chinese hospital doctors: a cross-sectional study. *BMC Public Health.* 2013;13:1-8. <http://dx.doi.org/10.1186/1471-2458-13-786>. PMID:23985038.
- Costa BE, Silva NL. Analysis of environmental factors affecting the quality of teacher's life of public schools from Umuarama. *Work.* 2012;41(Supl 1):3693-700. PMID:22317284.
- Silva GN, Carlotto MS. Síndrome de Burnout: um estudo com professores da rede pública. *Psicol Esc Educ.* 2003;7(2):145-53. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-85572003000200004>.
- Batista JBV, Carlotto MS, Coutinho AS, Augusto LGS. Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. *Rev Bras Epidemiol.* 2010;13(3):502-12. <http://dx.doi.org/10.1590/S1415-790X2010000300013>. PMID:20857036.
- Levy GCTM, Nunes Sobrinho FP, Souza CAA. Síndrome de Burnout em professores da rede pública. *Prod.* 2009;19(3):458-65. <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-65132009000300004>.
- Carlotto MS, Câmara SG. Preditores da Síndrome de Burnout em professores. *Psicol esc educ.* 2007;11(1):101-10. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-85572007000100010>.
- França FM, Ferrari R, Ferrari DC, Alves ED. Burnout and labour aspects in the nursing teams at two medium-sized hospitals. *Rev Lat Am Enfermagem.* 2012;20(5):961-70. <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-11692012000500019>. PMID:23174842.

21. Tamayo RM. Relação entre a síndrome de burnout e os valores organizacionais no pessoal de enfermagem de dois hospitais públicos. Brasília: Universidade de Brasília; 1997.
22. Carlotto MS, Câmara SG. Análise fatorial do Maslach Burnout Inventory (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. *Psicol Estud.* 2004;9(3):499-505. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-73722004000300018>.
23. Maslach C, Jackson SE. The measurement of experienced burnout. *J Organ Behav.* 1981;2(2):99-113. <http://dx.doi.org/10.1002/job.4030020205>.
24. Barros AJ, Hirakata VN. Alternatives for logistic regression in cross-sectional studies: an empirical comparison of models that directly estimate the prevalence ratio. *BMC Med Res Methodol.* 2003;3(1):21. <http://dx.doi.org/10.1186/1471-2288-3-21>. PMID:14567763.
25. Hosmer Jr DW, Lemeshow S, Sturdivant RX. *Applied logistic regression.* Hoboken: John Wiley & Sons; 2013.
26. Palazzo LS, Carlotto MS, Aerts DRGC. Burnout Syndrome: population-based study on public servants. *Rev Saude Publica.* 2012;46(6):1066-73. <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-89102013005000004>. PMID:23358618.
27. Finney C, Stergiopoulos E, Hensel J, Bonato S, Dewa CS. Organizational stressors associated with job stress and burnout in correctional officers: a systematic review. *BMC Public Health.* 2013;13:1-13. PMID:23356379.
28. McMichael AJ. Standardized mortality ratios and the "healthy worker effect": scratching beneath the surface. *J Occup Med.* 1976;18(3):165-8. <http://dx.doi.org/10.1097/00043764-197603000-00009>. PMID:1255276.
29. Carlotto MS, Câmara SG. Análise fatorial do Maslach Burnout Inventory (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. *Psicol Estud.* 2004;9(3):499-505. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-73722004000300018>.
30. Lapo FR, Bueno BO. Professores, desencanto com a profissão e abandono do magistério. *Cad Pesqui.* 2003;(118):65-88. <http://dx.doi.org/10.1590/S0100-15742003000100004>.
31. Grayson JL, Alvarez HK. School climate factors relating to teacher burnout: a mediator model. *Teach Teach Educ.* 2008;24(5):1349-63. <http://dx.doi.org/10.1016/j.tate.2007.06.005>.

Recebido em: Jun. 14, 2015  
Aprovado em: Set. 14, 2015