

# Avaliação de risco da síndrome de *Burnout* e sua relação com características sócio-demográficas em um grupo de professores de Educação Física da rede básica de ensino

*Risk assessment of Burnout syndrome and its relationship with sociodemographic characteristics in a group of Physical Education teachers from the basic school system*

**Mayara Natalie Maccari Ramires GODOY<sup>1</sup>; Marcos William Campos do NASCIMENTO<sup>1</sup>; Fernando Tadeu SERRA<sup>1,2</sup>.**

(1) Faculdade do Clube Náutico Mogiano (FCNM). Mogi das Cruzes – SP, Brasil.

(2) Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP). São Paulo – SP, Brasil.

## **Autor correspondente:**

Fernando Tadeu Serra (serraedfisica@gmail.com)

Departamento de Fisiologia. Universidade Federal de São Paulo.

Rua Botucatu 862, Ed. Ciências Biomédicas, 5º andar. Vila Clementino.

04023-900. São Paulo (SP), Brasil.

Tel: 55-11-55764513. Fax: 55-11-55739304.

**Conflitos de interesses:** Esta pesquisa não foi financiada ou possui qualquer relação com qualquer tipo de instituição que envolva algum conflito de interesse. Todos os procedimentos envolvidos nesta pesquisa foram aprovados pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade de Mogi das Cruzes (UMC), Mogi das Cruzes – SP (CEP-UMC #2.845.389/2018).

**Recebido:** 10/07/2019

**Revisado:** 21/08/2019

**Aceito:** 21/08/2019

## **Editor de Seção:**

Dr. Sérgio Gomes da Silva

## **Afiliação do Editor:**

Centro Universitário

UNIFAMINAS e Hospital

do Câncer de Muriaé –

Fundação Cristiano Varella.

## Resumo

A síndrome de *Burnout* atinge aproximadamente 30% dos profissionais brasileiros e tem maior incidência em profissionais que atuam na segurança, saúde e educação. Caracterizado pelo esgotamento e desmotivação pessoal no ambiente de trabalho, o *Burnout* tem sido associado negativamente com a qualidade de vida do trabalhador e apontado com um dos principais motivos para o abandono na profissão. Pensando nisso, este trabalho analisou a associação entre a prevalência da síndrome de *Burnout* e professores de Educação Física e buscou identificar características sociodemográficas preditoras desta síndrome neste grupo de profissionais. Participaram deste estudo 56 professores de Educação Física da rede básica de Ensino. Para identificar o *Burnout* e fatores associados, foi utilizado um questionário sociodemográfico, contendo 17 perguntas fechadas e duas abertas, e um inventário para identificação do *Burnout* em professores (Maslach *Burnout Inventory* – Educators Survey) contendo 22 questões. Nossos resultados mostraram que apenas um professor tinha características indicativas de *Burnout*. Quanto aos demais participantes, foi observada uma distribuição semelhante entre aqueles que apresentavam riscos baixo, moderado e alto para o desenvolvimento da síndrome de *Burnout*. Nenhuma das características sociodemográficas estudadas apresentaram significância como predição desta síndrome entre os professores de Educação Física avaliados. Sendo assim, não houve associação entre a prevalência da Síndrome de *Burnout* e os professores de Educação Física da rede básica de ensino que avaliamos e as características sociodemográficas avaliadas não são preditoras neste grupo de professores. Apesar desses achados, o risco destes profissionais desenvolverem esta síndrome é preocupante e merece maior atenção.

**Palavras-chave:** *Burnout*; exaustão emocional; educação física.

## Abstract

*Burnout syndrome affects approximately 30% of Brazilian professionals, mainly professionals working in safety, health and education field. Caused by exhaustion and personal demotivation in the work environment, Burnout has been negatively associated with quality of life of the worker and pointed out as one of the main reasons for job quitting. Thus, this study aimed to analyze the association between the prevalence of Burnout syndrome and physical education teachers and to identify predictive sociodemographic characteristics of this syndrome in this group of professionals. Fifty-six Physical Education elementary school teachers were volunteers. To assess Burnout and associated factors, a sociodemographic questionnaire, containing 17 closed questions and two open questions, and the Maslach Burnout Inventory Educators Survey (MBI-ES), containing 22 questions and a questionnaire, were used. Our results showed that only one teacher had characteristics indicative of Burnout. As for the other participants, a similar distribution was observed among those presenting low, moderate and high risks of the development of Burnout syndrome. None of the sociodemographic characteristics studied presented significance as a prediction of this syndrome among the Physical Education teachers evaluated. Therefore, there is no association between the prevalence of Burnout Syndrome and Physical Education elementary school teacher from the sample of this study. Also, the sociodemographic characteristics evaluated are not predictive in this group of teachers. Despite these findings, the risk of these professionals developing this syndrome is worrying and deserves more attention.*

**Keywords:** *Burnout*; emotional exhaustion; physical education.

## 1 Introdução

O *Burnout* é uma síndrome que envolve a exaustão emocional relacionada ao âmbito profissional, a qual se agrava com o tempo e acomete profissionais com sobrecarga de trabalho. Reconhecida recentemente como um fenômeno ocupacional e incluída na Classificação Internacional de Doenças (CID-11) (WHO, 2019), essa síndrome pode levar o indivíduo a crises de estresse no trabalho e até mesmo ao encerramento de sua vida profissional. Entre os principais sinais característicos da síndrome de *Burnout* estão a redução do desempenho profissional e da vontade de estar em seu local de trabalho e o aumento da irritabilidade (MASLACH; JACKSON, 1981; POCINHO; PERESTRELO, 2011).

Devido a sua característica progressiva e a falta de conhecimento, os sinais clínicos da síndrome de *Burnout* passam muitas vezes despercebidos. Isso dificulta o diagnóstico precoce e compromete o tratamento do profissional, influenciando diretamente na sua qualidade de vida, saúde e futuro profissional. É importante salientar que qualquer trabalhador pode desenvolver essa síndrome. Entretanto, os profissionais que estão mais suscetíveis a adquiri-la são aqueles que atuam na segurança, saúde e educação. Isto porque, esses trabalhadores estão em contato direto com o público e mais sujeitos a críticas negativas e falta de reconhecimento profissional.

A síndrome do *Burnout* pode ser facilmente identificada por meio de questionários que avaliam condições de exaustão e satisfação relacionadas ao trabalho, como o Maslach *Burnout Inventory* (MBI). Esse instrumento de mensuração identifica se o profissional apresenta um quadro característico de *Burnout* e qual o nível da síndrome em que ele se encontra. Por meio dessas informações é possível desenvolver estratégias para a prevenção ou tratamento adequado desse problema psicossocial relacionado ao trabalho (LEITER; MASLACH, 2016; MASLACH; LEITER, 2016). Com isso é possível fornecer aos profissionais acometidos pelo *Burnout* novas perspectivas para desenvolver a sua profissão satisfatoriamente, minimizando os riscos aos seus colegas de trabalho e às pessoas para quem presta serviços (FRANÇA et al., 2014).

Atualmente, o MBI possui quatro versões, que são destinadas a avaliação do *Burnout* em profissionais da área da saúde (MBI - *Human Services Survey*), educação (MBI - *Educators Survey*), profissionais em geral (MBI - *General Survey*) e estudantes (*Student Survey*). Ambas as versões são uma adaptação do Maslach *Burnout Inventory* - *Human Service*

*Survey*, desenvolvido por Maslach e Jackson (1981) para avaliar trabalhadores da saúde.

Semelhante à versão original, o Maslach *Burnout Inventory* para trabalhadores da Educação (MBI-ES) contém 22 perguntas fechadas. Essas questões avaliam características psicofísicas relacionadas ao trabalho, as quais são distintas em três dimensões denominadas exaustão emocional (EE), caracterizada pelo esgotamento no trabalho, realização pessoal (RP), relacionada ao que se avalia no sucesso individual na carreira profissional, e despersonalização (DE), que condiz à autocrítica como profissional na área em que atua. As respostas do MBI são apresentadas em uma escala Likert de sete pontos, que, normalmente, variam de 0 a 6, onde a opção 0 (zero) refere-se a nunca e a opção 6 a todos os dias. Por meio desse sistema é possível somar as respostas relacionadas a cada dimensão e avaliar o status ou risco de desenvolver a síndrome do *Burnout* no indivíduo em cada uma das três dimensões psicofísicas avaliadas (MASLACH; JACKSON, 1981; MASLACH; JACKSON; SCHWAB, 1996; ZIS; ANAGNOSTOPOULOS; SYKIOTI, 2014; SCHAUFELI et al., 2016) (Quadro 1). Além dessa facilidade, é importante considerar que estudos prévios têm comprovado a eficiência da avaliação psicométrica do MBI-ES, tanto em sua versão original quanto na sua adaptação transcultural para a população brasileira (IWANICKI; SCHWAB, 1981; BYRNE, 1993; MASLACH; JACKSON; SCHWAB, 1996; CARLOTTO; CÂMARA, 2004; EBISUI, 2008; SCHAUFELI et al., 2016).

**Quadro 1.** Nota de corte e classificação do Maslach *Burnout Inventory* *Educators Survey*.

Classificação de risco	Nota de corte		
	EE	RP	DE
<b>Baixo</b>	0-16	0-31	0-6
<b>Moderado</b>	17-26	32-38	7-12
<b>Alto</b>	27 ou +	39 ou +	13 ou +

EE = exaustão emocional; RP = realização pessoal; DE = despersonalização. Fonte: Maslach e Jackson (1981), Maslach, Jackson e Schwab (1996) e Zis, Anagnostopoulos e Sykioti (2014).

Apesar dos estudos sobre o esgotamento profissional terem aumentado significativamente nos últimos anos, na área da Educação Física a identificação desse problema ainda é escassa, o que limita o planejamento de estratégias para seu

enfrentamento (POCINHO; PERESTRELO, 2013). Considerando estes fatos e que a Educação Física é uma área em que seus profissionais atuam direto com o público, com cargas horárias excessivas e estão sujeitos a situações que podem gerar uma exaustão emocional (GUEDES; GASPAR, 2016), é provável que professores de Educação Física da rede ensino básico apresentem um quadro característico da síndrome de *Burnout*. Para investigar essa hipótese, foram investigadas as características sociais e de tempo e carga horária de trabalho e o nível de *Burnout* em professores de Educação Física da rede básica de Ensino.

## 2 Material e métodos

Este estudo envolveu uma pesquisa de campo de caráter quantitativo, descritivo e transversal, onde participaram 56 professores de Educação Física da rede básica de Ensino de 13 cidades brasileiras (Tabela 1), de ambos os sexos (feminino = 27; masculino = 29) e que não estavam afastados do trabalho. A idade média dos participantes foi de  $38,9 \pm 8$  anos. Nenhuma diferença significativa foi observada na distribuição de participantes dos sexos feminino e masculino ( $\chi^2 = 0,071$ ;  $p = 0,789$ ). Não participaram deste estudo professores aposentados ou afastados do cargo por qualquer motivo há mais de 40 dias. Por estes motivos, 5 participantes foram excluídos da amostra total ( $n = 61$ ).

**Tabela 1.** Distribuição de participantes avaliados por região de atuação profissional.

Cidade	Estado	N
Iporá	Goiás	1
Formiga	Minas Gerais	1
Arujá	São Paulo	1
Ferraz de Vasconcelos	São Paulo	12
Guarulhos	São Paulo	2
Igaratá	São Paulo	1
Itaquaquetuba	São Paulo	2
Mogi das Cruzes	São Paulo	18
Poá	São Paulo	1
São Paulo	São Paulo	8
Suzano	São Paulo	8
Tiradentes	São Paulo	1

N = quantidade de participantes por cidade.

## 2.1 Procedimentos

A realização deste estudo ocorreu por meio digital e todos os procedimentos foram aprovados pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CEP) da Universidade de Mogi das Cruzes (#2.845.389/2018).

Após aprovação do CEP, os professores de Educação Física da rede básica de Ensino foram contatados e convidados a participarem desta pesquisa através de informativos sobre o estudo divulgados nas redes sociais, como Facebook, Whatsapp e LinkedIn. Aqueles que se interessaram em participar voluntariamente da pesquisa tiveram acesso ao endereço virtual <<https://goo.gl/forms/EcRG979CkOnoQxU13>>, da plataforma GSuite (Google Cloud). Neste endereço foram disponibilizados o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), que continha todas as informações referentes aos objetivos, procedimentos, benefícios e riscos deste estudo, e, posteriormente, aos questionários de investigação de dados sociodemográficos e sobre *Burnout*.

O questionário sociodemográfico de autoria própria foi desenvolvido após análise de modelos disponibilizados na literatura científica (TOWNLEY; THORNBURG; CROMPTON, 1991; SILVA; CARLOTTO, 2003; CARLOTTO; CÂMARA, 2007; DA SILVA et al., 2016; GHOLAMI et al., 2016), com o intuito de identificar se o nível de *Burnout* em professores está relacionado com o tempo de serviço e outras características sociais. A sua composição contou com 17 perguntas fechadas e duas abertas referentes a informações pessoais e profissionais, tais como sexo, idade, grau de escolaridade, tempo de atuação e carga horária profissional e acúmulo de cargo ou emprego.

A análise da síndrome de *Burnout* foi realizada por meio do MBI-ES, desenvolvido por Maslach, Jackson e Schwab (1996) e traduzido para o português e adaptado para a população brasileira por Trigo (TRIGO, 2011). Por meio deste instrumento foi avaliado individualmente as 3 dimensões de *Burnout*. A partir dessa avaliação, foi realizada a classificação de risco individual para *Burnout*, seguindo os critérios adotados por Ebisui (2008). Neste contexto, o participante foi classificado com risco baixo de desenvolver *Burnout* ao apresentar nenhuma dimensão alterada. As classificações de risco moderada e alto foram consideradas quando haviam, respectivamente, uma ou mais de uma dimensão alterada.

Todas as questões envolvidas nesta pesquisa foram programadas para ter o seu preenchimento obrigatório como requisito para acessar a próxima pergunta. Sendo assim, a

participação foi efetivada somente quando o participante respondeu todas as questões, com exceção da pergunta 17, do questionário sociodemográfico, a qual referia-se ao tempo que o trabalhador se encontrava afastado do serviço. Por isso, durante o preenchimento do questionário sociodemográfico, somente o participante que mencionou estar afastado do serviço (questão 16) teve acesso à questão 17.

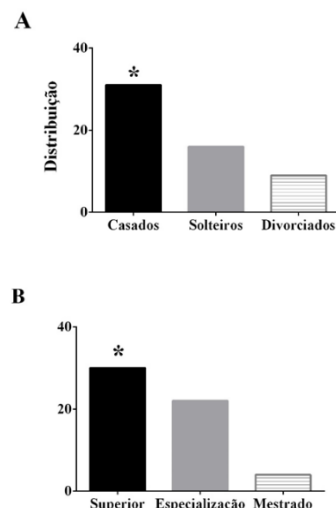
## 2.2 Análise dos dados

Os dados gerais da distribuição de respostas e dos níveis das dimensões e riscos de *Burnout* foram analisados de forma quantitativa por meio dos testes Qui-Quadrado ( $\chi^2$ ). Já a relação entre as características pessoais e profissionais observadas no questionário sociodemográfico e o risco de *Burnout* foi analisada pelo Modelo Linear Generalizado (GLzM). Para ambas as análises foi utilizado o programa estatístico *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS, pacote Windows, versão 21, IBM). Os resultados foram apresentados em frequência relativa simples e o nível de significância adotado foi de 95% ( $p < 0,050$ ).

## 3 Resultados

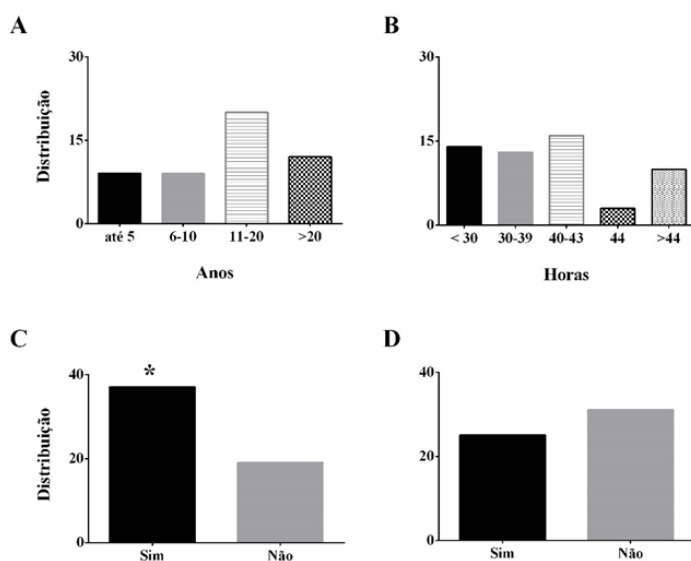
### 3.1 Dados sociodemográficos

Entre os participantes avaliados, a maioria era casado ( $\chi^2 = 13,536$ ;  $p = 0,001$ ) e grande parte possuía somente o Ensino Superior ( $\chi^2 = 19,000$ ;  $p < 0,001$ ) (Figura 1).



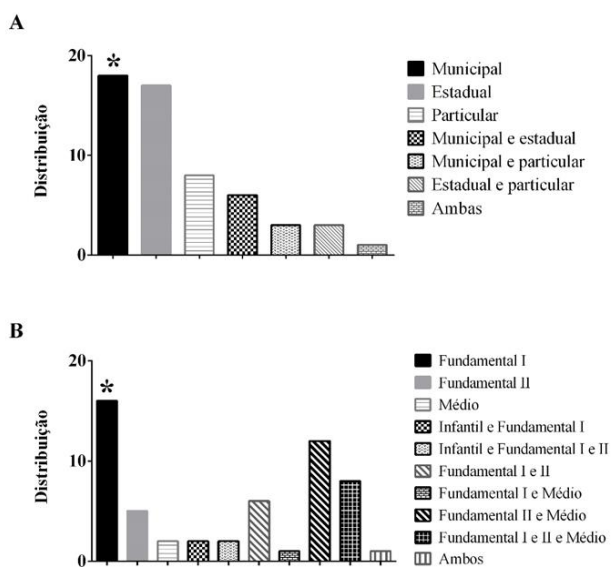
**Figura 1.** Distribuição de participantes por estado civil (A) e grau de escolaridade completo (B). \* diferença estatística entre as respostas observadas em cada questão (teste  $\chi^2$  de aderência com significância de 95% -  $p < 0,050$ ).

Em relação ao volume de trabalho, nenhuma diferença estatística foi observada no tempo de profissão ( $\chi^2 = 4,714$ ;  $p = 0,194$ ) e carga horária semanal de trabalho ( $\chi^2 = 9,179$ ;  $p = 0,058$ ). O mesmo foi observado na condição do participante acumular mais de um cargo na Educação Física Escolar ( $\chi^2 = 0,643$ ;  $p = 0,423$ ). Entretanto, uma diferença significativa foi notada entre os participantes que acumulavam mais de um emprego ( $\chi^2 = 5,786$ ;  $p = 0,016$ ), independente da profissão (Figura 2).



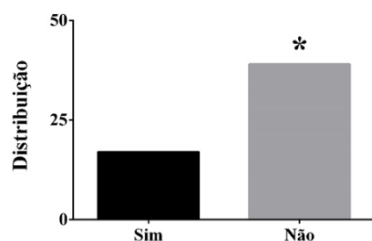
**Figura 2.** Distribuição de participantes por tempo de profissão na Educação Física Escolar (A), carga horária semanal de trabalho (B), acúmulo de cargos ou mais de um emprego, independente da profissão (C) e acúmulo de cargos ou emprego na Educação Física (D). \* - diferença estatística entre as respostas observadas em cada questão (teste  $\chi^2$  de aderência com significância de 95% -  $p < 0,050$ ).

Quando questionados sobre as características da rede de ensino e o público com que atuavam, foi observado que uma parte significativa dos participantes lecionavam somente em escolas municipais ou estaduais ( $\chi^2 = 35,000$ ;  $p < 0,001$ ). Referente ao público de atuação, havia mais professores lecionando somente para os estudantes do Ensino Fundamental I ou para o Ensino Fundamental II e Ensino Médio do que para as demais opções. Somente 1 participante atuava em todos os níveis de Educação Básica listadas no questionário ( $\chi^2 = 41,143$ ;  $p < 0,001$ ) (Figura 3).



**Figura 3.** Distribuição de participantes por rede de ensino (A) e nível educacional (B) em que atuam. \* diferença estatística entre as respostas observadas em cada questão (teste  $\chi^2$  de aderência com significância de 95% -  $p < 0,050$ ).

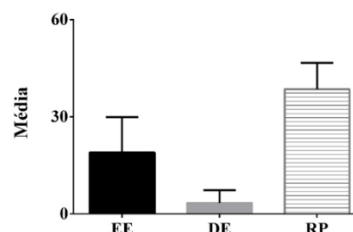
Entre as demais questões, foi observado que a maioria dos professores de Educação Física avaliados não pensaram em mudar de profissão no último mês que antecedeu a pesquisa ( $\chi^2 = 8,643$ ;  $p = 0,003$ ) (Figura 4).



**Figura 4.** Distribuição de participantes que pensaram em mudar de profissão no último mês. \* diferença estatística entre as respostas observadas em cada questão (teste  $\chi^2$  de aderência com significância de 95% -  $p < 0,050$ ).

### 3.2 Risco de *Burnout* entre professores de educação física

De acordo com os dados coletados pelo questionário MBI-ES, a média amostral para as dimensões exaustão emocional, despersonalização e realização pessoal foi classificada, respectivamente, como níveis médio, baixo e médio (Figura 5). De acordo com os critérios utilizados, a amostra possui um risco alto para desenvolver a síndrome de *Burnout*.



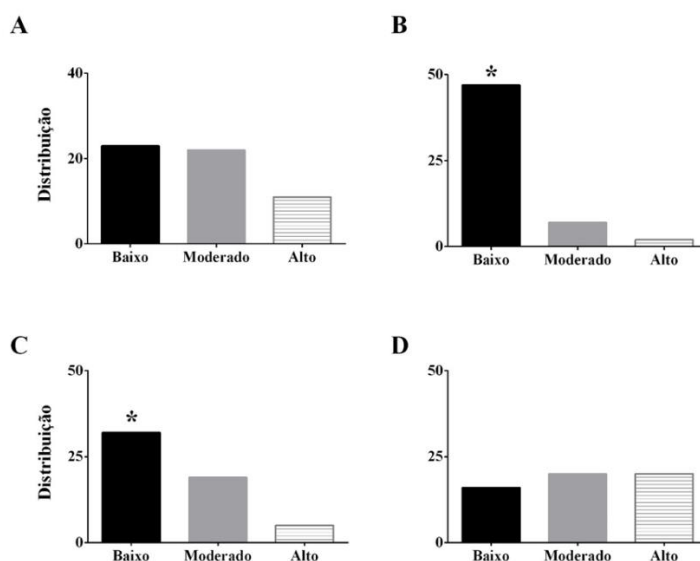
**Figura 5.** Média amostral para as dimensões exaustão emocional (EE), despersonalização (DE) e realização pessoal (RP). \* diferença estatística entre as respostas observadas em cada questão (teste  $\chi^2$  de aderência com significância de 95% -  $p < 0,050$ ).

Na análise do teste  $\chi^2$  de aderência entre os três níveis de cada dimensão, nenhuma diferença significativa foi observada na distribuição de professores de Educação Física com níveis baixo, moderado e alto da subescala EE ( $\chi^2 = 4,750$ ;  $p = 0,093$ ). Já nas demais subescalas, houve uma quantidade significativamente maior entre os participantes que apresentaram nível baixo em DE ( $\chi^2 = 65,179$ ;  $p = 0,000$ ) e alto em RP ( $\chi^2 = 19,536$ ;  $p = 0,000$ ) (figura 5). Quanto ao risco do profissional desenvolver *Burnout*, nenhuma diferença estatística foi encontrada nas classificações de riscos baixo, moderado e alto ( $\chi^2 = 0,571$ ;  $p = 0,751$ ) (Figura 6).

### 3.3 Associação entre risco de *Burnout* e características pessoais e profissionais

Mediante a análise do teste linear generalizado (GLZM) com distribuição multinomial com função de logit acumulativa, é possível afirmar que, na amostra observada, as variáveis coletadas no questionário sociodemográfico não são preditivas da condição de risco de professores de Educação Física adquirirem *Burnout*, exceto pelo fato do profissional ter pensado em mudar de profissão durante o último mês (Tabela 2). Neste contexto, professores de Educação Física que pensaram em mudar de profissão durante o último mês têm 218% mais chances de pertencer ao grupo de alto risco de desenvolver a síndrome de *Burnout* (Exp(B) = 3,188; IC95% [1,065-9,549]) em comparação aos participantes que nunca pensaram em mudar de profissão.





**Figura 6.** Distribuição de participantes por classificação das subescalas exaustão profissional (A), despersonalização (B) e realização pessoal (C) e risco de adquirir *Burnout* (D). \* diferença estatística entre as respostas observadas em cada questão (teste  $\chi^2$  de aderência com significância de 95% -  $p < 0,050$ )

**Tabela 2.** Valores estatísticos observados na análise das características pessoais e profissionais como variáveis preditivas do risco de desenvolver a síndrome de *Burnout*.

Preditores	$\chi^2$ de Wald	p
Idade	2,206	0,137
Sexo	0,494	0,482
Estado Civil	0,445	0,800
Grau de Escolaridade	1,617	0,446
Tempo de Profissão	1,596	0,660
Carga Horária Semanal de Trabalho	6,464	0,167
Acúmulo de empregos (independente da profissão)	0,013	0,911
Acúmulo de emprego na Educação Física	0,005	0,944
Rede de ensino que atua	2,292	0,891
Grau de ensino em que atua	4,571	0,870
Pensou em mudar de profissão	4,293	0,038*

gl – grau de liberdade. \* diferença significativa observada no teste linear generalizado, considerando o nível de significância de 95% ( $p < 0,050$ ).

#### 4 Discussão

Nossos resultados mostraram que somente 0,02% da nossa amostra foi caracterizado com a síndrome de *Burnout*. Esse dado contradiz a nossa hipótese inicial e se mostram inferiores a estimativa de 30% de prevalência de *Burnout* em trabalhadores brasileiros, divulgado pela *International Stress Management Association* (ISMA, 2008). A mesma contradição entre os resultados foi observada em relação ao estudo de Levy,

Sobrinho e Souza (2009), onde foi observado que 70,13% dos professores de todas as áreas da rede pública de ensino, de um município da região Sudeste, apresentaram características de *Burnout* nas três dimensões avaliadas pelo questionário CBP-R e um questionário sociodemográfico. Outro estudo mais recente, conduzido por Bremm, Dorneles e Krug (BREMME; DORNELES; KRUG, 2017), envolvendo 9 profissionais dos anos finais do Ensino Fundamental e Ensino médio, apresentou uma prevalência menor de *Burnout* quando comparados aos dados anteriores. Entretanto, esses valores ainda superam os nossos resultados em 21,98%. De acordo com essas informações, associadas ao fato de que Valério, Amorim e Moser (2009) notaram que há uma menor incidência de *Burnout* em profissionais que atuam na Educação Física Escolar do que em outras disciplinas, acreditamos que os professores de Educação Física que atuam na educação básica estão menos propensos a desenvolverem a síndrome de *Burnout* do que professores de outras áreas de ensino. No entanto, precisamos ter cautela para afirmar tal conclusão, pois a amostra estudada envolveu professores de diferentes cidades e instituições e que tiveram contato e se voluntariaram por meio de contato digital, principalmente em redes sociais. Sob esta perspectiva, acreditamos que esse meio de contato pode ter sido um viés para a obtenção de participantes com *Burnout*, pois há uma tendência desses profissionais não se interessarem por assuntos

relacionados à sua profissão (MASLACH; JACKSON, 1981; POCINHO; PERESTRELO, 2011).

Na classificação das três dimensões pela média amostral, observamos que o grupo estudado em nossa pesquisa apresentou nível moderado para as subescalas esgotamento profissional e realização pessoal e nível baixo para despersonalização. Esses resultados se assemelham parcialmente a um estudo realizado com 40 professores de Educação Física da região nordeste do Pará (PIRES; MONTEIRO; ALENCAR, 2013), onde todas as dimensões foram classificadas como moderada na pontuação média da amostra. Essa diferença observada somente na subescala despersonalização indica que a relação professor e aluno do grupo que avaliamos se mantém preservada em relação aos professores da região do Pará, mesmo sob as condições semelhantes observadas no desgaste pessoal percebido no ambiente de trabalho e a sua influência sobre a autorrealização profissional de ambas as amostras.

Ao analisarmos a distribuição de participantes por nível apresentado em cada uma das três dimensões avaliadas pelo MBI-ES, identificamos que não houve nenhuma diferença significativa na quantidade de professores com os níveis baixo, médio e alto na subescala Esgotamento Profissional. O contrário pôde ser observado nas demais subescalas, onde houve uma quantidade significativamente maior de professores de Educação Física com nível baixo em Despersonalização e alto em Realização Pessoal. Esses dados diferem dos resultados apresentados por Sinott et al. (2014), onde foi identificada uma maior concentração de profissionais de Educação Física que apresentavam níveis alto para Esgotamento Profissional e médio para Despersonalização e Realização Pessoal. Em conjunto, esses dados reforçam a nossa suposição de que, mesmo sendo uma profissão que tem como característica um alto desgaste pessoal durante a prática profissional, os professores de Educação Física que avaliamos são mais resistentes ao desenvolvimento da síndrome de *Burnout* do que outros profissionais.

Mesmo sabendo que a síndrome de *Burnout* tem como causa principal a relação entre profissional e ambiente de trabalho, para melhor compreender os riscos de desenvolvimento desse agravo a saúde do trabalhador é preciso observar fatores sociodemográficos que estão direta ou indiretamente relacionados com a profissão (MASLACH; LEITER, 2016). Quanto a isso, observamos na amostra estudada que a idade, sexo, estado civil, nível de escolaridade, tempo de

formação e atuação profissional, carga horária semanal de trabalho, acúmulo de empregos e rede e grau de ensino em que atua não são preditores do surgimento de *Burnout*, exceto o fato do profissional ter pensado em mudar de profissão durante o último mês. Em contraposição aos nossos resultados, Levy, Sobrinho e Souza (2009) mostraram que a alta prevalência de *Burnout* estava associada a baixa idade dos professores, pouca experiência profissional, falta de atualização profissional continuada para se prestar um bom atendimento e a carga horária excessiva de trabalho. Por outro lado, dados que se assemelham aos nossos foram observados por Silva e Carlotto (2003). Segundo estes autores, não há diferença entre homens e mulheres na distribuição de professores da rede pública classificados com níveis baixo, moderado e alto em qualquer uma das dimensões da escala de *Burnout*.

Em relação ao ato de pensar em mudar de profissão, Maslach e Leiter (2016) confirmam nossos resultados ao afirmarem que este tipo de pensamento é característico de pessoas com alto risco de desenvolver *Burnout*. Baseados nas informações exposta, acreditamos que o fato de termos encontrado uma quantidade baixa de professores de Educação Física com a síndrome de *Burnout* pode estar relacionado com a satisfação salarial (GUEDES; GASPAS, 2016) e o nível de atividade física (MORAES; DAMASCENO, 2018). Reforçando nossas suposições, Guedes e Gaspar (2016), mostraram que professores que ganham menos ou igual a 2 salários mínimos, tendem a apresentar maiores níveis da síndrome de *Burnout* dos que professores que têm uma renda salarial igual ou superior a 7 salários mínimos. Moraes e Damasceno (2018) descrevem em seu estudo que 7 a cada 8 (87,5%) professores com nível de atividade física baixa possuem tendência para adquirir a síndrome de *Burnout*, enquanto entre os regularmente ativos essa taxa fica entre 2 em cada 6 (33,3%). Entretanto, não podemos afirmar que o nível de atividade física e a satisfação pelo salário influenciaram os nossos resultados porque essas variáveis não foram coletadas em nosso estudo. Contudo, podemos afirmar que o grupo estudado possui um risco considerável para desenvolver a síndrome de *Burnout*. Por isso, é necessária uma atenção maior para com esses profissionais no intuito de melhorar o seu estado de saúde mental profissional.

## 5 Conclusão

De acordo com os resultados obtidos, a prevalência da Síndrome de *Burnout* é insignificante entre os professores de Educação Física da rede básica de ensino que avaliamos. Porém,



o risco destes profissionais desenvolverem esta síndrome é alto. Além disso, as características pessoais e profissionais, como idade, sexo, estado civil, grau de escolaridade, tempo de profissão, carga horária de trabalho, acúmulo de cargo ou função e a área de atuação docente, não são preditoras do aumento de risco de desenvolver *Burnout* neste grupo de professores. Entretanto, o fato do professor de Educação Física pensar em mudar de profissão é algo que pode indicar se esse tipo de profissional possui um risco aumentado de esgotamento profissional.

Apesar dos nossos achados indicarem um uma baixa prevalência de *Burnout* em professores de Educação Física, nossos dados não podem ser replicados para a população

## 6 Referências

BREMM, L. T.; DORNELES, C. I. R.; KRUG, M. M. Síndrome de *Burnout* em professores de Educação Física. **Biomotriz**, v. 11, n. 2, p. 66–83, 2017. Disponível em: <[http://revistaeletronica.unicruz.edu.br/index.php/BIOMOTRIZ/article/view/66-83/pdf\\_63](http://revistaeletronica.unicruz.edu.br/index.php/BIOMOTRIZ/article/view/66-83/pdf_63)>.

BYRNE, B. M. The Maslach *Burnout Inventory*: Testing for factorial validity and invariance across elementary, intermediate and secondary teachers. **Journal of Occupational and Organizational Psychology**, 1993.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Análise fatorial do Maslach *Burnout Inventory* (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. **Psicologia em Estudo**, 2004.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Preditores da Síndrome de *Burnout* em professores. **Psicologia Escolar e Educacional**, 2007.

DA SILVA, S. S. et al. Síndrome de *Burnout* e valores humanos em professores da rede pública estadual da cidade de João Pessoa: Um estudo correlacional. **Análise Psicológica**, v. 34, n. 2, 2016.

EBISUI, C. T. N. **Trabalho docente do enfermeiro e a Síndrome de *Burnout*: desafios e perspectivas**. 2008. Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2008. Disponível em: <<http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/22/22131/tde-12012009-155856/>>.

FRANÇA, T. L. B. et al. Síndrome de *Burnout*: características, diagnóstico, fatores de risco e prevenção. **Revista de Enfermagem UFPE On-line**, v. 8, n. 10, p. 3539–46, 2014.

GHOLAMI, T. et al. The role of *Burnout* syndrome as a mediator for the effect of psychosocial risk factors on the intensity of musculoskeletal

brasileira, pois a quantidade amostral não é suficiente para tal inferência. No entanto, é importante ressaltar que o risco destes profissionais desenvolverem esta síndrome é preocupante e merece maior atenção para que a incidência de *Burnout* não aumente nessa população. Com isso, sugerimos que mais estudos sejam realizados para melhor entender quais são os fatores sociodemográficos preditivos para o aumento de risco e prevalência da síndrome de *Burnout* entre professores de Educação Física. Além disso, é importante investigar características que envolvam o ambiente e a dinâmica de trabalho, como satisfação salarial, relação empregado e empregador e condições trabalhistas, por serem fatores que podem aumentar os níveis de exaustão profissional.

disorders: a structural equation modeling approach. **International Journal of Occupational Safety and Ergonomics**, v. 22, n. 2, p. 283–290, 2 abr. 2016. Disponível em: <<http://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/10803548.2016.1147876>>.

GUEDES, D.; GASPAR, E. “*Burnout*” em uma amostra de profissionais de Educação Física brasileiros. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 30, n. 4, p. 999–1010, dez. 2016. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1807-55092016000400999&lng=pt&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1807-55092016000400999&lng=pt&tlng=pt)>.

ISMA, I. S. M. A. 30% sofrem do tipo de estresse mais devastador. In: VIII Congresso de Stress da ISMA-BR e 10º Fórum Internacional de Qualidade de Vida no Trabalho *Burnout*., Porto Alegre, RS. **Anais...** Porto Alegre, RS: 2008.

IWANICKI, E. F.; SCHWAB, R. L. A Cross Validation Study of the Maslach *Burnout Inventory*. **Educational and Psychological Measurement**, v. 41, n. 4, p. 1167–1174, 2 dez. 1981. Disponível em: <<http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/001316448104100425>>.

LEITER, M. P.; MASLACH, C. Latent *Burnout* profiles: A new approach to understanding the *Burnout* experience. **Burnout Research**, 2016.

LEVY, G. C. T. de M.; NUNES SOBRINHO, F. de P.; SOUZA, C. A. A. de. Síndrome de *Burnout* em professores da rede pública. **Production**, v. 19, n. 3, p. 458–465, 2009. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-65132009000300004&lng=pt&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-65132009000300004&lng=pt&tlng=pt)>.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. The measurement of experienced *Burnout*. **Journal of Organizational Behavior**, 1981.

- MASLACH, C.; JACKSON, S. E.; SCHWAB, R. L. Maslach *Burnout Inventory*-Educators Survey (MBI-ES). In: MASLACH, C.; JACKSON, S. E.; LEITER, M. P. (Ed.). **Maslach Burnout Inventory Manual**. 3. ed. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, 1996. p. 205–208.
- MASLACH, C.; LEITER, M. P. Understanding the *Burnout* experience: recent research and its implications for psychiatry. **World Psychiatry**, v. 15, n. 2, p. 103–111, jun. 2016. Disponível em: <<http://doi.wiley.com/10.1002/wps.20311>>.
- MORAES, E. H.; DAMASCENO, M. L. Síndrome de *Burnout* e nível de atividade física entre professores de Educação Física. **Lecturas: Educación Física y Deportes**, v. 22, n. 237, 2018. Disponível em: <<https://www.efdeportes.com/index.php/EFDeportes/article/view/64/78>>.
- PIRES, D. A.; MONTEIRO, P. A. P.; ALENCAR, D. R. SÍNDROME DE *BURNOUT* EM PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA REGIÃO NORDESTE DO PARÁ. **Pensar a Prática**, 2013.
- POCINHO, M.; PERESTRELO, C. X. Um ensaio sobre *Burnout*, engagement e estratégias de coping na profissão docente. **Educação e Pesquisa**, 2013.
- SCHAUFELI, W. B. et al. The Maslach *Burnout Inventory*: Manual. **International Journal of Stress Management**, 2016.
- SILVA, G. N. da; CARLOTTO, M. S. Síndrome de *BURNOUT*: Um estudo com professores da rede pública. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 7, n. 2, p. 145–153, dez. 2003. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-85572003000200004&lng=pt&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-85572003000200004&lng=pt&tlng=pt)>.
- SINOTT, E. C. et al. síndrome de *Burnout*: Um estudo com professores de educação física. **Movimento**, v. 20, n. 2, p. 519–539, 2014.
- TOWNLEY, K. F.; THORNBURG, K. R.; CROMPTON, D. *Burnout* in Teachers of Young Children. **Early Education & Development**, v. 2, n. 3, p. 197–204, jul. 1991. Disponível em: <[http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15566935eed0203\\_2](http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15566935eed0203_2)>.
- TRIGO, T. R. **Validade fatorial do Maslach Burnout Inventory-Human Services Survey (MBI-HSS) em uma amostra brasileira de auxiliares de enfermagem de um hospital universitário: influência da depressão**. 2011. Universidade de São Paulo, São Paulo, 2011. Disponível em: <<http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/5/5142/tde-26052011-123120/>>.
- VALÉRIO, F. J.; AMORIM, C.; MOSER, A. M. A Síndrome de *Burnout* em Professores de Educação Física. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 1, n. 1, p. 127–136, 30 jun. 2009. Disponível em: <<https://seer.imed.edu.br/index.php/revistapsico/article/view/17>>.
- WHO. **Burn-out an “occupational phenomenon”: International Classification of Diseases**. Disponível em: <[https://www.who.int/mental\\_health/evidence/burn-out/en/](https://www.who.int/mental_health/evidence/burn-out/en/)>. Acesso em: 9 jul. 2019.
- ZIS, P.; ANAGNOSTOPOULOS, F.; SYKIOTI, P. *Burnout* in Medical Residents: A Study Based on the Job Demands-Resources Model. **The Scientific World Journal**, v. 2014, p. 1–10, 2014. Disponível em: <<http://www.hindawi.com/journals/tswj/2014/673279/>>.