

Psicologia em Pesquisa

<https://periodicos.ufjf.br/index.php/psicologiaempesquisa>

Síndrome de *Burnout* em professores durante a pandemia da COVID-19

***Burnout* Syndrome in teachers during the COVID-19 pandemic**

Síndrome de *Burnout* en docentes durante la pandemia por COVID-19

Isabela Teodoro dos Santos¹, Maria Fernanda Flausino Couto², Michelle Morelo Pereira³,

Matheus Viana Braz⁴

¹ Universidade do Estado de Minas Gerais. *E-mail:* isasantos08@outlook.com *ORCID:* <https://orcid.org/0000-0001-7839-9486>

² Universidade do Estado de Minas Gerais. *E-mail:* maria_f_flausino@hotmail.com *ORCID:* <https://orcid.org/0000-0002-7071-0636>

³ Universidade do Estado de Minas Gerais. *E-mail:* michelle.pereira@uemg.br *ORCID:* <https://orcid.org/0000-0003-2437-2071>

⁴ Universidade do Estado de Minas Gerais. *E-mail:* matheus.braz@uemg.br *ORCID:* <https://orcid.org/0000-0003-1193-9753>

Informações do Artigo:

Matheus Viana Braz
matheus.braz@uemg.br

Recebido em: 27/08/2021

Aceito em: 27/08/2022

RESUMO

Objetivou-se analisar os fatores de risco associados à síndrome de *Burnout* em professores de escolas brasileiras, durante a pandemia da COVID-19. A coleta de dados ocorreu mediante aplicação de formulários eletrônicos online: questionário sociodemográfico e Inventário de *Burnout* de Maslach. Em uma amostra de 467 participantes, identificou-se que 76,6% encontram-se em situação de alto grau de risco e exposição ao *Burnout*. Os resultados apontaram para a urgência de ações de promoção de saúde direcionadas aos professores mais jovens, com maior carga horária de trabalho, sem condições ergonômicas de trabalho adequadas e com dificuldades no manejo das tecnologias de ensino.

PALAVRAS-CHAVE:

Burnout; Pandemia; Professores; COVID-19.

ABSTRACT

This study aims to analyze the risk factors associated with *Burnout* syndrome in elementary and high school teachers from Brazilian schools during the COVID-19 pandemic. Data collection was carried out by applying online electronic forms: sociodemographic questionnaire and Maslach *Burnout* Inventory. In a sample of 467 participants, it was identified that 76.6% are at a situation of high risk and exposure to *Burnout*. The results indicate the urgent need for health promotion activities directed at younger teachers with a higher workload, without adequate ergonomic working conditions, and that have difficulties using teaching and learning technologies.

KEYWORDS:

Burnout; Pandemic; Teachers; COVID-19.

RESUMEN

El objetivo de este estudio es analizar los factores de riesgo asociados al síndrome de *Burnout* en docentes de escuelas brasileñas, durante la pandemia de COVID-19. La recolección de datos se realizó mediante la aplicación de formularios electrónicos: cuestionario sociodemográfico e Inventario de *Burnout* de Maslach. Con 467 participantes, se identificó que el 76,6% se encuentra en situación de alto riesgo y exposición al *Burnout*. Los resultados sugieren la necesidad de acciones de promoción de salud orientadas a los docentes más jóvenes, con mayor carga de trabajo, sin condiciones ergonómicas adecuadas y con dificultades en manejar las tecnologías de enseñanza.

PALABRAS CLAVE:

Burnout; Pandemia; Profesores; COVID-19.

No dia 11 de março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou a pandemia da COVID-19 e recomendou a diminuição do trânsito de pessoas devido ao alto potencial de transmissão do vírus por vias respiratórias (World Health Organization, 2020). As primeiras instituições a interromperem suas atividades presenciais foram as escolas, que passaram a adotar regimes emergenciais de ensino remoto, o que produziu uma mudança substancial nas dinâmicas de socialização entre os alunos e no ofício dos professores. Logo, a literatura indica que durante a pandemia houve aumento expressivo de sofrimento e adoecimentos vinculados ao trabalho (Barros-Delben et al., 2020; Kang et al, 2020; Van Bavel et al., 2020, Viana Braz, 2020), em diferentes esferas da sociedade.

Nesta pesquisa, vislumbra-se investigar o fenômeno do esgotamento profissional durante a pandemia da COVID-19 em uma classe profissional específica, a saber, os professores. Objetiva-se, portanto, analisar e compreender os impactos psicossociais desta pandemia em professores de Ensino Fundamental e Médio no Brasil, em especial no que diz respeito aos riscos preditores da síndrome de *Burnout*. Adiante, será apresentada a perspectiva social-psicológica (Maslach & Leiter, 1997) que sustenta a conceituação do *Burnout*, seguida de uma breve incursão por estudos encontrados na literatura que versam sobre os impasses vivenciados no trabalho docente no Brasil. Depois, discorre-se sobre o método utilizado e sobre os resultados e discussão da pesquisa realizada.

Embora seja estudado desde a década de 1970 (Maslach & Shaufeli, 1993), somente no ano de 2019 o *Burnout* foi oficialmente reconhecido pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como um fenômeno associado ao emprego ou desemprego, o que o levou a ser incluído na nova Classificação Internacional de Doenças (CID-11), precisamente no rol dos “fatores que influenciam o estado de saúde ou o contato com os serviços de saúde” (World Health Organization, 2022). Na esteira da definição mais aceita na literatura, postulada por Maslach e Leiter (1997), no CID-11 a síndrome de *Burnout* (SB) é conceituada como um fenômeno psicossocial ligado ao trabalho, evidenciado e constituído a partir de três dimensões: 1) Exaustão Emocional, isto é, o indivíduo sente-se esgotado, como se não tivesse mais energias e recursos emocionais, além de eventualmente ter também a sensação de frustração, por sentir não dar conta das demandas de seu trabalho; 2) Despersonalização e/ou Desumanização, evidenciada pela predominância de insensibilidade emocional e de sentimentos negativos como o cinismo e o isolamento psicoafetivo; 3) e baixa Realização Profissional, produto tanto dos sentimentos de incompletude, incompetência e da insatisfação do trabalhador com seu desenvolvimento profissional, como também do declínio de seu autoconceito e autoestima.

No plano nosográfico, Benevides-Pereira (2002) explora os sintomas físicos, psíquicos e comportamentais característicos da síndrome. Em relação aos primeiros, descreve a fadiga, problemas com sono, dores musculares, distúrbios gastrointestinais, problemas vasculares, cardíacos e respiratórios, além de outras disfunções fisiológicas. Psicologicamente, os efeitos da síndrome podem ser evidenciados por problemas de atenção, concentração, memória, o sentimento de solidão, a frustração pela sensação de ser insuficiente, diminuição da paciência e desânimo. As alterações observadas no comportamento são notadamente presentes na irritação, agressividade, falta de resiliência, hostilidade nos relacionamentos, cinismo frequente e também se manifestam pelo excesso de álcool e cigarros (Benevides-Pereira, 2002).

Andrade e Cardoso (2012) também elencaram outros sintomas identificados em profissionais afetados pelo *Burnout*, como desumanização, apatia, insônia, gastrite, alterações menstruais, alergias, cefaleia, palpitações, hipertensão arterial, uso abusivo de medicamentos e álcool. Os autores alertam que os sintomas surgem quando o trabalhador não consegue gerenciar suas emoções frente a situações de estresse e tensão. Pinto et al. (2015) acrescentam que tais modificações geram desgaste nas relações interpessoais dos afetados pelo *Burnout*, atingindo o ambiente de trabalho, e depois progredem para doenças psicossomáticas, evidenciadas pelo uso de medicamentos, alcoolismo, depressão etc.

No âmbito da educação formal, em pesquisa realizada com 77 professores da rede pública, notou-se que 54 deles apresentaram sinais preditivos da síndrome de *Burnout*, o que corresponde a 70,13% da amostra (Levy et al., 2009). Carlotto (2011), em pesquisa composta por 881 professores, verificou 28,9% de professores com alto nível de baixa Realização Profissional; 5,6% com alta Exaustão Emocional; e 0,7% com Despersonalização. Outra investigação, realizada com a classe docente de João Pessoa em 2010, revelou que 33,6% dos professores apresentavam alto nível de Exaustão Emocional; 8,3% alto nível de

Despersonalização; e 56,6% baixa Realização Profissional (Batista et al., 2010). Na revisão sistemática feita por Carlotto (2010), identificou-se, ainda, um perfil de maior vulnerabilidade associado ao *Burnout*: docentes mulheres, mais jovens, com elevada carga horária semanal e número diário de alunos, com percepção de satisfação reduzida no trabalho e escasso reconhecimento dos resultados provenientes da atividade de ensino.

Estudos (Codo & Vasques-Menezes, 2000; Carlotto, 2002; Carlotto & Palazzo, 2006; Carlotto & Câmara, 2007; Cardoso et al., 2017, Dalcin & Carlotto, 2017) demonstram que o processo de desenvolvimento do *Burnout* em professores é cumulativo, tende a não ser percebido em sua fase inicial e se agrava progressivamente. Dentre os fatores estressores ligados ao desencadeamento do *Burnout*, destacam-se nas pesquisas a busca da conciliação de demandas paradoxais, a indisciplina dos alunos, o aumento da pressão e expectativas projetadas sobre os docentes, a confusão em relação aos seus papéis (em especial quando lhes são atribuídos papéis que os pais deveriam exercer), o excesso de tarefas burocráticas, a falta de autonomia decisória, a naturalização do estresse e da sobrecarga de trabalho. Nessa perspectiva, Codo e Vasques-Menezes (2000) discorrem que fatores como precariedade de estrutura e materiais básicos, baixos salários e limitações de ascensão na carreira fazem com que os professores sejam considerados como uma das classes mais suscetíveis à síndrome de *Burnout* em nossa sociedade.

Especificamente no cenário da pandemia da COVID-19, Baade et al. (2020) realizaram uma pesquisa comparativa mediante as percepções de 272 docentes, antes e depois do decreto da suspensão das aulas presenciais. As principais mudanças mencionadas pelo estudo abarcam: aumento de professores que dedicam mais tempo a afazeres e cuidados domésticos, dificuldade de passar tempo de qualidade com a família, maior parte do dia dispendida para o trabalho, necessidade de dar aula aos próprios filhos, aumento de ansiedade e estresse, diminuição da prática de atividades físicas, falta de flexibilidade de horário,

aumento expressivo do uso de tecnologias e adaptação aos novos instrumentos de trabalho, bem como piora na aprendizagem dos alunos. Outro estudo (Alvarenga et al., 2020) sobre a realidade de professores brasileiros no contexto da pandemia da COVID-19 foi realizado com o intuito de investigar a qualidade de vida desses profissionais e envolveu uma amostra de 35 professores de escolas de rede pública e privada. Os resultados apontam para o impacto da pandemia aos professores, sobretudo em relação ao isolamento social, que implicou menor índice de qualidade de vida ligado às relações sociais.

Além de se tratar de uma das classes profissionais mais suscetíveis ao desenvolvimento do *Burnout* (Codo & Vasques-Menezes, 2000), a literatura indica que a fragilização do laço social provocada pela pandemia tende a agravar sentimentos de vazio, saturação profissional, crises de ansiedade e transtornos depressivos (Barros-Delben et al., 2020; Kang et al., 2020; Van Bavel et al., 2020). Embora haja poucos artigos na literatura que tratem do adoecimento profissional no contexto da pandemia, por ser um tema recente e ainda vivenciado, surgiu o questionamento se, para além das mazelas econômicas e sociais produzidas pela COVID-19, houve também maior exposição dos professores aos fatores preditores do *Burnout*. Diante disso, com base na literatura, considerando as particularidades do ensino remoto emergencial e a partir do objetivo geral apresentado, elencaram-se as seguintes hipóteses que subsidiaram a pesquisa empírica realizada:

H1a – Exaustão Emocional (EE) se correlacionará positivamente com Despersonalização (DE); H1b – EE se correlacionará negativamente com Realização Profissional (RP); H1c – DE se correlacionará negativamente com RP; H2a – Há diferenças de médias de respostas entre os fatores do *Burnout* e sexo; H2b – As médias dos fatores do *Burnout* são maiores em pessoas do sexo feminino; H3a – Há diferenças de médias de respostas entre as condições físicas ergonômicas e as categorias de risco de *Burnout*; H3b – Há diferenças de médias de respostas entre o desempenho com tecnologias e as categorias de

risco de *Burnout*; H3c – Há diferenças de médias de respostas entre a percepção de saúde emocional e as categorias de risco de *Burnout*.

Método

Participantes

A amostragem foi composta por conveniência e contemplou 467 professores de Ensino Fundamental e/ou Médio no Brasil, tanto de escolas públicas como privadas que estavam lecionando remotamente no período da pandemia, mediante plataformas de videoconferência. A idade variou de 22 a 68 anos, com média de 42 anos (DP = 9,5). A maioria dos respondentes era do sexo feminino (85,7%), se declarou branca (65,5%), residia no Estado de Minas Gerais (67,5%), era casada ou mantinha união estável (63,2%), possuía pós-graduação lato sensu completa (54,2%), lecionava no Ensino Fundamental (56,5%), em dois turnos (56,5%), tinha como única fonte de renda a docência (81,2%), bem como trabalhava como professor há mais de 11 anos (58,8%) e no formato de ensino remoto há pelo menos quatro meses (89,7%). As demais informações da caracterização descritiva da amostra se encontram na Tabela 1.

Tabela 1

Características Sociodemográficas dos Participantes (N=467)

Variável	N	% do Total	Variável	N	% do Total
SEXO			TIPO DE ESCOLA		
Feminino	400	85,7 %	Pública	309	66,2 %
Masculino	67	14,3 %	Privada	99	21,2 %
IDADE			Pública e privada	59	12,6 %
Entre 21 a 30	57	12,2 %	NIVEL DE ENSINO		
Entre 31 a 40	151	32,3 %	Fundamental	264	56,5 %
Entre 41 a 50	160	34,3 %	Médio	72	15,4 %
Entre 51 a 60	90	19,3 %	Fundamental e Médio	131	28,1 %
Acima de 60	9	1,9 %	QUANTIDADE DE ÁREAS DE CONHECIMENTO		
RAÇA			1	345	73,9 %
Branco	306	65,5 %	2	24	5,1 %
Pardo	125	26,8 %	3	7	1,5 %
Preto	35	7,5 %	4	91	19,5 %

Asiático	1	0,2 %		
ESTADO			CHEFIA	
Alagoas	6	1,3 %	Sim	40 8,6 %
Bahia	2	0,4 %	Não	427 91,4 %
Ceará	5	1,1 %	QUANTIDADE DE TURNOS	
Espírito Santo	1	0,2 %	1	156 33,4 %
Goiás	4	0,9 %	2	264 56,5 %
Mato Grosso	3	0,6 %	3	47 10,1 %
Mato Grosso do Sul	8	1,7 %	QUANTIDADE DE ALUNOS	
Minas Gerais	315	67,5 %	Até 50 alunos	167 35,8 %
Paraná	5	1,1 %	De 51 a 100 alunos	69 14,8 %
Pernambuco	12	2,6 %	De 101 a 200 alunos	70 15,0 %
Rio de Janeiro	12	2,6 %	Mais de 201 alunos	161 34,5 %
Rio Grande do Sul	4	0,9 %	TEMPO QUE LECIONA	
São Paulo	90	19,3 %	Há menos de 1 ano	7 1,5 %
ESCOLARIDADE			Entre 1 e 5 anos	70 15,0 %
Superior incompleto	6	1,3 %	Entre 6 e 10 anos	101 21,6 %
Superior completo	136	29,1 %	Entre 11 e 20 anos	149 31,9 %
Pós-graduação lato sensu completa	253	54,2 %	Entre 21 e 30 anos	116 24,8 %
Mestrado completo	54	11,6 %	Há mais de 30 anos	24 5,1 %
Doutorado completo	18	3,9 %	TEMPO DE ENSINO REMOTO	
ESTADO CIVIL			Há menos de 1 mês	11 2,4 %
Solteiro(a)	105	22,5 %	Entre 2 e 3 meses	37 7,9 %
Casado(a)/União estável	295	63,2 %	Entre 4 e 5 meses	211 45,2 %
Separado(a)/Divorciado(a)	60	12,8 %	Há mais de 6 meses	208 44,5 %
Viúvo(a)	7	1,5 %	RENDA	
FILHOS			Até 1000 reais	11 2,4 %
Possui filhos	322	69,0 %	De 1001 a 2000 reais	78 16,7 %
Não possui filhos	145	31,0 %	De 2001 a 3000 reais	138 29,6 %
QUANTIDADE DE FILHOS			De 3001 a 4000 reais	116 24,8 %
0	146	31,3 %	Acima de 4000 reais	124 26,6 %
1	125	26,8 %	OUTRA FONTE DE RENDA	
2	147	31,5 %	Sim	88 18,8 %
3	43	9,2 %	Não	379 81,2 %
4	6	1,3 %		

Instrumentos

Com base nos elementos analisados na literatura (Carlotto & Câmara, 2008), foi elaborado um questionário sociodemográfico, composto por 19 questões, pelo qual foi possível caracterizar a amostra segundo marcadores de sexo, idade, raça, escolaridade, estado civil, se possui filhos, tempo de profissão, renda, carga horária de trabalho, quantidade de alunos e de turnos que leciona, se exerce funções de chefia, além das condições físicas/ergonômicas de trabalho e as condições de acesso e utilização de plataformas digitais.

Foi também utilizado o Inventário de *Burnout* de Maslach (MBI), instrumento que avalia os indicadores preditivos de *Burnout* conforme as três dimensões para detecção da síndrome: Exaustão Emocional, Despersonalização e Realização Profissional. Campos & Maroco (2012) enfatizam que o MBI possui propriedades psicométricas largamente verificadas e confirmadas em território nacional, de modo que é considerada uma escala válida e fidedigna nos contextos de trabalho.

Em termos estruturais, foi utilizada a versão do *Maslach Burnout Inventory – Educators Survey* (MBI-ES), constituído por 22 questões: nove dizem respeito à dimensão Exaustão Emocional e avaliam o sentimento de sobrecarga emocional; cinco referem-se à dimensão Despersonalização e contemplam as relações interpessoais; e oito correspondem à Realização Profissional, que mensura o sentimento de incapacidade do docente (Sousa, 2014). O Inventário é do tipo Likert, com escala de frequência de cinco pontos (1 para “nunca” e 5 para “diariamente”). A partir das respostas fornecidas pelo profissional, calculam-se as médias de cada dimensão estudada. Os valores médios estipulados para indivíduos saudáveis variam entre 16 e 25 para a dimensão Exaustão Emocional, entre 3 e 8 para Despersonalização e entre 34 e 42 no âmbito da Realização Profissional. Para verificar a ocorrência da síndrome de *Burnout*, os valores encontrados após a aplicação do Inventário devem discordar dos valores médios acima estabelecidos. Logo, indivíduos expostos severamente à síndrome apresentam médias superiores aos valores citados acima nas dimensões Exaustão Emocional e Despersonalização. Portanto, a média encontrada deverá ser menor tratando-se da dimensão Realização Profissional (Sousa, 2014).

Procedimentos de Coleta e Análise de Dados

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG), unidade acadêmica de Divinópolis (CAAE 36941720.0.0000.5115). A coleta de dados foi realizada de forma online, entre os meses de setembro e outubro de

2020, mediante aplicação do questionário sociodemográfico e do Inventário de *Burnout* de Maslach (MBI-ES). A participação de todos os respondentes foi voluntária e se iniciou após assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, em concordância com a Resolução nº 510/16 do Conselho Nacional de Saúde.

Os dados recolhidos foram devidamente tabulados, classificados e modelizados. Foi utilizado o software JAMOVI versão 1.2.27.0 para as análises estatísticas. Realizou-se uma análise estatística descritiva da amostra, seguida da verificação da normalidade dos dados com base nos critérios de homocedasticidade e multicolinearidade. Foi verificada a não normalidade dos dados e, por essa razão, as análises estatísticas corresponderam a análises não paramétricas. Para os cruzamentos estatísticos que envolvem variáveis quantitativas e categóricas ordenáveis foi utilizado o teste de correlação de Spearman. Além disso, foram realizados os testes U (Mann-Whitney), para comparar diferenças entre dois grupos; e a ANOVA (Kruskal-Wallis), que, de acordo com Dancey e Reidy (2019), são as análises mais indicadas para este tipo de dados. Adotou-se o nível de significância de $p < 0,05$, com intervalo de confiança (IC) de 95%.

Resultados

Quanto às condições físicas e ergonômicas em suas casas para realização do trabalho, 2,8% dos respondentes declararam possuir condições muito adequadas, 18,6% adequadas, 39,8% regulares, 30,2% inadequadas e 8,6% muito inadequadas. Já no que diz respeito ao desempenho relacionado ao uso das plataformas digitais, 13,1% avaliaram como muito bom; 48,8% bom; 31,7% regular; 6% ruim e 0,4% muito ruim. Com relação à saúde mental para realizar seus trabalhos remotamente, 5,6% dos professores avaliaram como muito boa; 26,1% boa; 40% regular; 20,4% ruim e 7,9% muito ruim.

No que tange às três dimensões da síndrome de *Burnout*, 79,9% dos respondentes apresentaram valores acima daqueles estipulados à indivíduos saudáveis para Exaustão

Emocional, 55,2% para Despersonalização e 80,9% para baixa Realização Profissional. Ainda, em relação à análise dos dados provenientes do Inventário de *Burnout* de Maslach, ao avaliar o risco de desenvolvimento da síndrome observou-se que 7,5% da amostra apresenta baixo risco, 15,8% médio risco e 76,6% de alto risco.

Ao se atentar para os profissionais com alto risco do desenvolvimento do *Burnout*, verifica-se que correspondem a 358 profissionais, dos quais 87,4% são do sexo feminino, 54,2% possuíam pós-graduação completa, 68,2% estavam na faixa etária entre 30 a 50 anos, 65,6% se declararam brancos, 63,1% eram casados ou mantinham união estável e 66,5% possuem filhos. No que se refere ao tipo de escola que lecionavam, 65,4% atuavam em escola pública. Já sobre o nível de ensino, 55,9% em Ensino Fundamental. Sobre a carga horária, 58,9% trabalhavam entre 20 a 40 horas semanais e 56,1% trabalhavam dois turnos. Mais de 35% da amostra lecionava para mais de 200 alunos e 61,4% atuavam na área há mais de 10 anos.

Ao serem questionados sobre “*O que mais te frustra ao ministrar aulas remotamente*” (única questão aberta do questionário), as respostas foram diversas, porém sublinha-se que 22,3% responderam que o mais frustrante era a falta de interação e contato com seus alunos. Uma dentre essas respostas apontou para a frustração perante a ausência das câmeras ligadas por parte dos alunos, alegando se sentir só. Também foram citadas frustrações quanto às condições estruturais, qualidade de internet e equipamentos, além de impasses enfrentados com a administração da escola, conforme relatado por uma professora no questionário online “A equipe gestora não é nem um pouco empática com a situação da mãe-professora e exige produtividade como se os filhos não existissem”.

Outras respostas relativas à frustração parecem representativas da vivência dos docentes, ao relatarem que com a câmera fechada é difícil saber se os alunos estão realmente lá, a preocupação com os “alunos sumidos”, já que os engajados são sempre os mesmos, além

de revelarem que existe uma grande dificuldade de ministrar aulas remotamente pelo fato de os alunos não responderem às perguntas durante as aulas e muitas vezes não fazem as atividades propostas, não obtendo retorno depois de se esforçarem para elaborar aulas e atividades.

Após análise descritiva, partiu-se para a análise estatística, em que se observou as correlações existentes entre as variáveis sociodemográficas (carga horária; quantidade de alunos; tempo que atua como docente; renda mensal; condições físicas e ergonômicas para exercer seu trabalho em casa; desempenho com plataformas digitais e saúde emocional para exercer suas funções) e as três dimensões do *Burnout* (Exaustão Emocional, Despersonalização, Realização Profissional), conforme descrito na Tabela 2.

Tabela 2

Correlação entre as Dimensões do Burnout e as Variáveis Sociodemográficas

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Exaustão Emocional	—								
2. Despersonalização	0,58** *	—							
3. Realização Profissional	-0,38** *	-0,45** *	—						
4. Carga Horária	0,18** *	0,09	-0,01	—					
5. Tempo de Docência	-0,02	-0,03	0,14**	0,23** *	0,04	—			
6. Renda Mensal	-0,015	-0,04	0,11*	0,46** *	0,30** *	0,28***	—		
7. Condições Físicas e Ergonômicas	-0,35** *	-0,22** *	0,25***	-0,11*	0,05	-0,009	0,10 *	—	
8. Desempenho com Plataformas Digitais	-0,14**	-0,15**	0,26***	-0,05	0,06	-0,12*	0,05	0,36** *	—
9. Saúde Emocional	-0,53** *	-0,37** *	0,38***	-0,08	0,03	0,02	0,06	0,39** *	0,36** *

Nota. *p<0,05; **p<0,01; ***p<0,001.

As hipóteses H1a, H1b e H1c foram confirmadas, isto é, observou-se se que a Exaustão Emocional possui correlação positiva com a Despersonalização, enquanto a Realização Profissional tem correlação negativa tanto com a Exaustão Emocional como com a Despersonalização. Com relação à Exaustão Emocional, foi evidenciado correlação diretamente proporcional à carga horária e correlação inversamente proporcional ao

desempenho com as plataformas digitais, às condições físicas e ergonômicas em casa para realizar o trabalho e à autoavaliação do professor quanto à sua saúde emocional. Sobre a Despersonalização, a análise de correlação demonstrou que tal dimensão é inversamente proporcional às condições físicas e ergonômicas de suas casas à realização do trabalho, seu desempenho com as tecnologias e a saúde emocional desses profissionais para lecionar. Já a Realização Profissional teve correlação direta ao tempo de docência, à renda, às condições físicas e ergonômicas, ao desempenho com tecnologias e à autoavaliação da sua saúde emocional.

Para além das análises de correlação, os dados dicotômicos foram analisados estatisticamente através do Teste U (Mann-Whitney). Primeiramente, atestou-se as hipóteses H1a e H2b de maneira que pessoas do sexo feminino apresentaram maior Exaustão Emocional que pessoas do sexo masculino. Também se observou que professores que não possuem filhos possuem respostas superiores para a dimensão Despersonalização do que os professores que possuem filhos (Tabela 3).

Tabela 3

Teste U (Mann-Whitney) – Diferenças entre Sexo e Filhos

SEXO	p	Diferença média	Cohen's d
Exaustão Emocional	0,050*	0,333	0,377
Despersonalização	0,543	5,000	0,077
Realização Profissional	0,840	-3,250	-0,050
FILHOS			
Exaustão Emocional	0,095	-0,111	-0,166
Despersonalização	0,035*	-0,200	-0,184
Realização Profissional	0,068	0,125	0,231

Nota. * $p < 0,05$.

Por último, partindo para as análises de dados politômicos por meio da ANOVA, verificou-se que a idade do docente interfere nas dimensões Exaustão Emocional e Realização Profissional e em sua autoavaliação sobre o desempenho com plataformas digitais (respetivamente, $\chi^2 = 11,21$, $p = 0,02$; $\chi^2 = 12,27$, $p = 0,02$; $\chi^2 = 15,18$, $p = 0,00$). Além disso,

verificou-se que as diferentes escolaridades dos professores interferem na dimensão Exaustão Emocional, bem como na percepção dos respondentes quanto à sua saúde emocional (respectivamente, $\chi^2 = 9,55$, $p = 0,05$; $\chi^2 = 9,64$, $p = 0,05$). Também foi verificado que a diferença entre o tempo que o docente lecionava remotamente interfere na Despersonalização e em seu desempenho com as plataformas digitais (respectivamente, $\chi^2 = 10,31$, $p = 0,02$; $\chi^2 = 13,46$, $p = 0,00$).

No tocante ao nível de Ensino (Médio e/ou Fundamental) e aos tipos de escola (pública e/ou privada), os resultados encontrados não tiveram relevância significativa com as dimensões do *Burnout*, existindo significância estatística apenas entre os diferentes tipos de escola que o docente leciona e suas condições físicas, ergonômicas e seu desempenho no uso de tecnologias (respectivamente, $\chi^2 = 6,18$, $p = 0,04$; $\chi^2 = 24,01$, $p = 0,00$). Sublinha-se que tal resultado está limitado à amostra aqui estudada, de maneira que outros estudos são necessários para avaliar tais implicações.

No que diz respeito à exposição aos fatores de riscos preditores do *Burnout*, os dados encontrados por meio da ANOVA indicaram diferença entre as médias das três dimensões da síndrome de *Burnout* (H1a, H1b e H1c). As hipóteses H3a, H3b e H3 foram também confirmadas, de modo que demonstram uma evidência de que as dimensões do *Burnout* e as condições físicas e ergonômicas das casas dos professores podem ter médias distintas quando observadas as percepções dos docentes sobre seus desempenhos com plataformas digitais e com suas autoavaliações sobre sua saúde emocional (Tabela 4).

Tabela 4

ANOVA (não paramétrico) – Fatores de Risco Relacionados ao Burnout (Kruskal-Wallis)

	χ^2	p
Exaustão Emocional	164,19	<,001
Despersonalização	147,42	<,001
Realização Profissional	136,22	<,001
Condições físicas e ergonômicas	34,89	<,001
Desempenho com plataformas digitais	9,41	0,009
Saúde emocional	57,6	<,001

Discussão

Esta pesquisa se revelou original na medida em que investigou os impactos psicossociais do trabalho dos professores, durante a pandemia da COVID-19, em relação às dimensões do *Burnout*, considerando também questões elementares como a autoavaliação destes profissionais sobre saúde emocional, seus manejos com as tecnologias digitais e as condições físicas e de infraestrutura de suas casas para se realizar seus trabalhos. O fato de que 76,6% da amostra apresentaram alto risco ao desencadeamento do *Burnout* constitui um dado sem precedentes na literatura brasileira sobre esta temática, o que sugere que houve agravamento agudo das condições de trabalho, atrelada aos impactos da pandemia para a referida população.

Em relação às frustrações dos professores em meio ao ensino remoto, na única questão aberta colocada no questionário, houve o predomínio de queixas relacionadas à falta de interação com os alunos, além de dificuldades relativas às condições estruturais, como acesso à internet de qualidade, bons equipamentos e ambiente confortável para se trabalhar. Além disso, visto que a literatura aponta para a inadequada estrutura escolar como um fator de risco preditor da síndrome de *Burnout* (Sousa, 2014), pode-se dizer que a problemática permanece, mas agora sob um novo prisma, em que se terceirizam os riscos operacionais da atividade laboral aos próprios docentes, que se tornaram responsáveis pela construção de adequadas condições de trabalho em suas casas.

As análises de correlação demonstraram que quanto maior a Exaustão Emocional do docente, maior sua Despersonalização e mais baixa é sua Realização Profissional. Ademais, evidenciou-se que quanto maior a Realização Profissional, menor a Exaustão Emocional e a Despersonalização (H1a; H1b; H1c), o que indica que a realização no trabalho constitui um elemento protetivo da saúde mental do professor. Tais dados se coadunam com o modelo processual de Maslach (1982, 1993), no qual se concebe que a Exaustão Emocional é a primeira dimensão a surgir no âmbito da exposição ao *Burnout*. À medida que se intensifica, o afastamento psicológico gradual do docente pode culminar na Despersonalização, que por sua vez vincula-se à baixa Realização Profissional, percebida mediante sentimento de inadequação profissional, incompetência e impotência.

A respeito da dimensão Exaustão Emocional, encontrou-se que quanto maior a carga horária, maior a Exaustão Emocional, o que conflui com a literatura (Carlotto & Parlazzo, 2006; Carlotto & Câmara, 2007). Em relação às hipóteses H3a, H3b e H3c, no âmbito do trabalho remoto dos docentes, os resultados também indicaram que quanto pior o desempenho com tecnologias, maior a Exaustão Emocional; quanto melhores as condições físicas e ergonômicas do local de trabalho, menores são as possibilidades de desenvolvimento do *Burnout*. Os dados relativos à dimensão Despersonalização sugerem que quanto melhores as condições físicas e ergonômicas de trabalho, o domínio dos docentes em relação às plataformas digitais e a percepção positiva sobre sua saúde emocional, menores são as chances de o docente sofrer Despersonalização. Tais constatações são fundamentais, pois indicam que os referidos fatores parecem assumir fator protetivo e preventivo ao desencadeamento processual do *Burnout*, em especial para professores que apresentam alto grau de Exaustão Emocional.

Acerca da dimensão Realização Profissional, as correlações indicam que quanto maior o tempo de docência, maior a renda, melhores as condições físicas e ergonômicas, melhor

desempenho com tecnologias; e quanto mais se sente bem emocionalmente para trabalhar, maior a Realização Profissional desse trabalhador. Em consonância, o tempo de docência foi abordado por Friedman (1991), o qual constatou que quanto mais experiente é o profissional, menores tendem a ser os riscos ligados ao *Burnout*.

Os dados sugerem, ainda, que pessoas do sexo feminino experienciam mais Exaustão Emocional que pessoas do sexo masculino, tornando as primeiras mais suscetíveis a desenvolver a síndrome (H2a; H2b), o que se corrobora com o estudo de Carlotto (2011). Este dado parece representativo de uma gramática histórica da divisão sexual do trabalho que atinge a classe docente (Apple, 1995), pois se as mulheres tendem a ser mais expostas ao esgotamento emocional é porque geralmente acumulam duplicadas tarefas em outros espaços para além do trabalho que não são compartilhadas e são invisibilizadas.

Constatou-se também que professores que não possuem filhos estão mais propensos ao isolamento afetivo e ao cinismo direcionado àqueles com quem trabalha (Despersonalização). Esse resultado corrobora com o estudo de Carlotto e Palazzo (2006), no qual se constatou que indivíduos com filhos apresentam menores níveis de *Burnout*. Quanto às análises categóricas realizadas a partir da ANOVA, por sua vez, constatou-se que quando o docente possui mais idade, tende a se sentir mais realizado. Tal resultado se coaduna com o estudo de Carlotto (2002), em que se demonstra que professores com idade inferior a 40 anos apresentam maior risco ao *Burnout* devido às expectativas mais irrealistas sobre a profissão.

Contrariamente aos dados encontrados na pesquisa de Rodrigues et al. (2010), observou-se relação entre a escolaridade dos professores e a dimensão Exaustão Emocional, bem como escolaridade e autopercepção referente à própria saúde emocional. Indica-se que mais estudos devem ser feitos para investigar estas relações, pois tais variáveis podem estar associadas à idade do professor, visto que quanto maior a idade, maiores também são as chances de o docente ter se desenvolvido profissionalmente (Carlotto & Câmara, 2007).

A relação demonstrada entre o tempo que o docente lecionava remotamente e a Despersonalização pode estar associada ao distanciamento social inerente ao trabalho remoto, que leva o professor a uma atuação mais distante, sem convívio, sem receber de volta (na mesma proporção do ensino presencial) o investimento que é feito, já que seu trabalho passa a depender diretamente de plataformas digitais. Apesar dos problemas enfrentados neste cenário, os dados sugerem que quando o professor passa a dominar mais estas tecnologias digitais, há melhorias em seu desempenho e em sua relação com o trabalho.

Considerações Finais

Alguns dados em particular merecem atenção especial e sugerem direcionamentos específicos para se pensar em estratégias e políticas de promoção de saúde a essa população. Primeiro, uma vez que 79,9% dos respondentes apresentaram valores elevados à Exaustão Emocional, 55,2% para Despersonalização e 80,9% para baixa Realização Profissional, consta-se um contexto de fragilidade e alto risco do *Burnout*. Ademais, compreende-se que as condições físicas e ergonômicas inadequadas de trabalho, o baixo desempenho com plataformas digitais e a autoavaliação da saúde emocional dos docentes para atuar remotamente implicam exposições agudas ao esgotamento e trazem risco de desenvolvimento do *Burnout*, visto que se encontrou correlação dessas variáveis com todas as dimensões da síndrome. Quando essas variáveis estão atreladas à carga horária elevada existe ainda maior propensão à Exaustão Emocional.

Em contraposição, docentes com maior renda, maior idade, mais tempo de docência, melhores condições ergonômicas e físicas de trabalho, melhor desempenho com tecnologias e percepção mais positiva de sua saúde emocional, parecem estar ligados ao aumento da Realização Profissional. Em outros termos, o fato de o docente ter mais experiência profissional, embora implique eventualmente mais sobrecarga de trabalho e responsabilidades, atua como fator protetivo ao *Burnout* e amplia as possibilidades de

realização de si e construção de sentido no trabalho.

Somado a isso, professores que possuem filhos apresentaram menor exposição à Despersonalização. Isso sugere que quando esses profissionais têm outras responsabilidades, se abrindo a outras vivências e desafios de suas vidas, talvez deixem de se focar apenas no trabalho e se tornem menos vulneráveis. Em contraponto, embora a adaptação às plataformas digitais melhore a relação com o trabalho, constatou-se que quanto maior o tempo lecionando remotamente, maiores as chances desse trabalhador sofrer de cinismo e apatia, fato que pode ser relacionado ao distanciamento dos alunos e falta de retorno do investimento realizado.

A pergunta levantada no presente estudo, relativa ao agravamento do risco ao *Burnout* devido à pandemia e ao impacto do ensino remoto em professores, foi devidamente atestada nos resultados. Ao passo que 358 professores (de um total de 467) encontraram-se em situação de alto grau de risco e exposição ao *Burnout*, os dados sugerem que se trata de uma categoria profissional saturada, vulnerável, sobrecarregada e que passa progressivamente por um esvaziamento de sentido em seus trabalhos. Portanto, se faz premente o investimento nas condições físicas e de infraestrutura de trabalho destes profissionais, em programas de capacitação, mas também se faz necessário fomentar o apoio e reconhecimento social dos professores de todo o país. Cumpre igualmente a todos cidadãos a função de pressionar os agentes políticos para que sejam criadas políticas de assistência e promoção de saúde mental desta população.

No que concerne à comunidade escolar, os resultados apontam para a urgência de ações de promoção de saúde direcionadas aos professores mais jovens, com maior carga horária de trabalho, maior número de alunos, sem filhos, com menos tempo de experiência profissional, sem condições ergonômicas adequadas de trabalho e com dificuldades no manejo das tecnologias de ensino e aprendizagem.

Algumas limitações deste estudo dizem respeito ao fato de que não foram obtidas respostas de professores de todos os Estados brasileiros, o que impossibilita qualquer generalização dos dados encontrados. Além disso, é necessário acrescentar que nem sempre os professores podem se sentir à vontade em assumir certas dificuldades no trabalho, o que acontece geralmente nas questões relacionadas à Despersonalização. Por fim, para maior aprofundamento dos resultados obtidos, sugere-se que outros estudos sejam realizados, em especial com amostras probabilísticas e outros métodos para exploração deste fenômeno. Nesta direção, para trabalhos futuros se indica a necessidade de compreensão das fontes de reconhecimento do trabalho destes professores durante a pandemia da COVID-19, bem como das estratégias de defesa e recursos sociais e psíquicos que se utilizam para se blindar do sofrimento e adoecimento profissional.

Referências

- Alvarenga, R., Martins, G. C., Dipe, E. L., Campos, M. V. A., Passos, R. P., Lima, B. M., & Fileni, C. H. P. (2020). Percepção da qualidade de vida de professores das redes públicas e privadas frente à pandemia do COVID-19. *Revista CPAQV – Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida*, 12(3), 1-8. <https://doi.org/10.36692/cpaqv-v12n3-1>
- Andrade, P. S., & Cardoso, T. A. O. (2012). Prazer e dor na docência: Revisão bibliográfica sobre a Síndrome de *Burnout*. *Saúde e Sociedade*, 21(1), 129-140. <https://doi.org/10.1590/S0104-12902012000100013>
- Apple, M. W. (1995). *Trabalho docente e textos: Economia política das relações de classe e gênero em educação*. Artes Médicas.
- Baade, J., Gabiec, C., Carneiro, F., Micheluzz, S., & Meyer, P. (2020). Professores da educação básica no Brasil em tempos de COVID-19. *HOLOS*, 5, 1-16. <https://doi.org/10.15628/holos.2020.10910>
- Barros-Delben, P., Cruz, R. M., Trevisan, K. R. R., Gai, M. J. P., Carvalho, R. V. C., Carlotto, P. A. C., & Malloy-Diniz, L. F. (2020). Saúde mental em situação de emergência: COVID-19. *Revista Debates em Psiquiatria*, 1(10), 2-12. https://d494f813-3c95-463a-898c-ea1519530871.filesusr.com/ugd/c37608_e2757d55_03104506b30e50caa6fa6aa7.pdf
- Batista, J. B. V., Carlotto, M. S., Coutinho, A. S., & Augusto, L. G. S. (2010). Prevalência da Síndrome de *Burnout* e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 13(3), 502-512. <https://doi.org/10.1590/S1415-790X2010000300013>
- Benevides-Pereira, A. M. T. (2002). *Burnout: Quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador*. Casa do Psicólogo.

- Campos, J. A. D. B., & Maroco, J. (2012). Adaptação transcultural Portugal-Brasil do Inventário de *Burnout* de Maslach para estudantes. *Revista de Saúde Pública*, 46(5), 816–824. <https://doi.org/10.1590/S0034-89102012000500008>
- Cardoso, H. F., Baptista, M. N., Sousa, D. F. A., & Goulart Júnior, E. (2017). Síndrome de *Burnout*: Análise da literatura nacional entre 2006 e 2015. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, 17(2), 121-128. <https://dx.doi.org/10.17652/rpot/2017.2.12796>
- Carlotto, M. S. (2002). A Síndrome de *Burnout* e o trabalho docente. *Psicologia em Estudo*, 7(1), 21-29. <https://doi.org/10.1590/S1413-73722002000100005>
- Carlotto, M. S. (2010) Síndrome de *Burnout*: Diferenças segundo níveis de ensino. *Psico*, 41(4), 495-502. <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/4881>
- Carlotto, M. S. (2011). Síndrome de *Burnout* em professores: Prevalência e fatores associados. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 27(4), 403-410. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722011000400003>
- Carlotto, M. S., & Câmara, S. G. (2007) Preditores da Síndrome de *Burnout* em professores. *Psicologia Escolar e Educacional*, 11(1), 101-110. <https://doi.org/10.1590/S1413-85572007000100010>
- Carlotto, M. S., & Câmara, S. G. (2008) Análise da produção científica sobre a Síndrome de *Burnout* no Brasil. *PSICO*, 39(2), 152-158. <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/1461>
- Carlotto, M. S., & Palazzo, L. S. (2006). Síndrome de *Burnout* e fatores associados: Um estudo epidemiológico com professores. *Cadernos de Saúde Pública*, 22(5), 1017-1026. <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2006000500014>

- Codo, W., & Vasques-Menezes, I. (2000). *Burnout: Sofrimentos psíquicos dos trabalhadores em educação*. Cadernos de Saúde do Trabalhador: Central Única dos Trabalhadores.
- Dalcin, L., & Carlotto, M. S. (2017). Síndrome de *Burnout* em Professores no Brasil: considerações para uma agenda de pesquisa. *Psicologia em Revista*, 23(2), 745-771. <https://doi.org/10.5752/P.1678-9563.2017v23n2p745-770>
- Dancey, C. P., & Reidy, J. (2019). *Estatística sem matemática para psicologia*. (7ª ed). Penso.
- Friedman, I. A. (1991). High and low *Burnout* schools: School culture aspects of teacher *Burnout*. *Journal of Educational Research*, 84(6), 325-333. <https://doi.org/10.1080/00220671.1991.9941813>
- Kang, L., Li, Y., Hu, S., Chen, M., Yang, C., Yang, B. X., Wang, Y., Hu, J., Lai, J., Ma, X., Chen, J., Guan, L., Wang, G., Ma, H., & Liu, Z. (2020). The mental health of medical workers in Wuhan, China dealing with the 2019 novel coronavirus. *Lancet Psychiatry*, 7(3), e14. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30047-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30047-X)
- Levy, G. C. T. M., Nunes Sobrinho, F. P., & Souza, C. A. A. (2009). Síndrome de *Burnout* em professores da rede pública. *Produção*, 19(3), 458-465. <https://www.scielo.br/j/prod/a/xFj4j7LPtZ5Sk95G8dhmKys/?lang=pt&format=pdf>.
- Maslach, C. (1982). *Burnout: The cost of caring*. Prentice- Hall.
- Maslach, C. (1993). *Burnout: A multidimensional perspective*. In W. Shaufeli, C. Maslach & L. Marek (Orgs.), *Professional Burnout: Recent developments in theory and research* (pp. 19-32). Taylor & Francis.
- Maslach, C., & Shaufeli, W. (1993). Historical and conceptual development of *Burnout*. In W. Shaufeli, C. Maslach, T. Marek. (Orgs.), *Professional Burnout: Recent developments in theory and research* (pp. 1-26). Taylor & Francis.
- Maslach, C., & Leiter, M. (1997). *Trabalho: Fonte de prazer ou de desgaste?* Papirus.

- Pinto, M. S. C., Pinto, A. S. B., Silva, D. P., Pinto, T. S. B., Queiroz, F. F. S. N., & Melo, S. P. (2015). Síndrome de *Burnout* em docentes. *Revista Interdisciplinar*, 8(2), 165-173. <https://revistainterdisciplinar.uninovafapi.edu.br/index.php/revinter/article/view/270>
- Rodrigues, C. D., Chaves, L. B., & Carlotto, M. S. (2010). Síndrome de *Burnout* em professores de educação pré-escolar. *Interação em Psicologia*, 14(2), 197-204. <http://dx.doi.org/10.5380/psi.v14i2.10009>
- Sousa, A. R. (2014). *Estresse e síndrome de Burnout em professores da rede pública de Altamira - PA: Proposta de tecnologia educativa-preventiva*. [Dissertação de Mestrado em Bioengenharia]. UNICASTELO.
- Van Bavel, J. J., Baicker, K., Boggio, P. S., Capraro, V., Cichocka, A., Cikara, M., Crockett, M. J., Crum, A. J., Douglas, K. M., Druckman, J. N., Drury, J., Dube, O., Ellemers, N., Finkel, E. J., Fowler, J. H., Gelfand, M., Han, S., Haslam, S. A., Jetten, J., . . . & Willer, R. (2020). Using social and behavioural science to support COVID-19 pandemic response. *Nature Human Behaviour*, 4(5), 460-471. <https://doi.org/10.1038/s41562-020-0884-z>
- Viana Braz, M. (2020). A pandemia de Covid-19 (SARS-CoV-2) e as contradições do mundo do trabalho. *Revista Laborativa*, 9(1), 116-130. <https://ojs.unesp.br/index.php/rlaborativa/article/view/3192>
- World Health Organization. (2020). *Critical preparedness, readiness and response actions for COVID-19*. World Health Organization. Interim guidance. <https://www.who.int/publications-detail/criticalpreparedness-readiness-and-response-actions-for-covid-19>
- World Health Organization. (2022). *ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics: QD85 Burnout*. World Health Organization. Official Website. <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http://id.who.int/icd/entity/129180281>