

## A SÍNDROME DE BURNOUT EM DOCENTES DO ENSINO SUPERIOR DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

### BURNOUT SYNDROME IN HIGHER EDUCATION TEACHERS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Edineide Emília de Almeida Cruz<sup>1</sup>  
Jonathan Diego Pereira Santos<sup>2</sup>  
Rosinei Pereira da Silva<sup>3</sup>

**RESUMO:** Na Docência no Ensino Superior, o esgotamento físico e mental, a depressão, o sentimento de incapacidade e pensamentos suicidas, pode ser sintomas da Síndrome de Burnout e constitui um problema cada vez mais emergente. Durante o contexto da pandemia da Covid-19, o ensino no Brasil passou por modificações significativas, repercutindo nas condições para o trabalho docente e no processo de ensino-aprendizagem. O objetivo deste artigo é realizar uma pesquisa a respeito desta doença durante o Coronavírus no Brasil, considerando sua prevalência, fatores de riscos para o seu desenvolvimento, as principais causas durante a pandemia, possíveis tratamentos e consequências para o professor e a instituição em que trabalha. Conclui-se que as propostas de intervenção e controle ainda são subjetivas, o que é influenciado pelo fato de que a síndrome demorou ser reconhecida como uma doença e que a maioria das pesquisas busca ainda entender as proporções e características desta condição.

1330

**Palavras-chave:** Esgotamento. Docentes universitários. Burnout.

**ABSTRACT:** In Higher Education Teaching, physical and mental exhaustion, depression, feelings of incapacity and suicidal thoughts can be symptoms of Burnout Syndrome and are an increasingly emerging problem. During the context of the Covid-19 pandemic, teaching in Brazil underwent significant changes, impacting on the conditions for teaching work and on the teaching-learning process. The purpose of this article is to carry out a research on this disease during the Coronavirus in Brazil, considering its prevalence, risk factors for its development, the main causes during the pandemic, possible treatments and consequences for the teacher and the institution in which he works. . it is concluded that the intervention and control proposals are still subjective, which is influenced by the fact that the syndrome took a long time to be recognized as a disease and that most research still seeks to understand the proportions and characteristics of this condition.

**Keywords:** Exhaustion. University professor. Burnout.

<sup>1</sup> Licenciatura em Pedagogia — Faculdade Cuiabana de Educação e Letras.

<sup>2</sup> Graduação licenciatura em Pedagogia - Faculdade de Teologia Hokeman FATEH. Licenciatura em Matemática- Universidade Leonardo Da Vinci - UNIASSELVI.

<sup>3</sup> Graduação: licenciatura plena- UFMT. Pós Graduação: Psicopedagogia UFMT

## INTRODUÇÃO

O trabalho do professor universitário é uma atividade que pode ocupar grande parcela do tempo de cada docente e do seu convívio na sociedade.

Na dialética do exercício do docente universitário, entre a consciência do executar e o limite do realizar, observa-se uma quantidade infinita de estímulos, assim como uma variedade de informações, decisões, tarefas excessivas e obrigações e sem se dar conta, vão se acumulando numa rotina de trabalho exaustiva em termos de produtividade e esforço mental para atender as demandas. Na tentativa de superar toda essa demanda de exigência profissional, junto à sua vida pessoal, pode levar o docente a um quadro sintomático de esgotamento físico e mental e exaustão emocional.

A Síndrome de Burnout é uma resposta a esse estresse crônico diário que atinge não somente os professores como todos os profissionais que atuam diretamente com o público. Este artigo objetiva identificar e revisar a existência de associação entre as dimensões de Burnout e características das funções do cargo em professores universitários, assim como também examinar os impactos da pandemia de Covid-19 no seu trabalho e possíveis implicações de esgotamento físico e mental; apontar os desafios do trabalho docente no ensino superior na sociedade contemporânea; conceituar a síndrome de Burnout e seus estressores e realçar os impactos decorrentes do Burnout em professores no contexto da pandemia.

1331

Este artigo se justifica à medida que visa fomentar uma investigação sobre os problemas de saúde dos professores em decorrência do estresse laboral, levantando hipóteses sobre possíveis alternativas que possam minimizar situações de adoecimentos desses profissionais.

Desta maneira, este artigo está estruturado da seguinte maneira: Inicialmente aponto os desafios do trabalho do docente universitário na sociedade contemporânea norteadas pelo sistema capitalista, em seguida, abordo o conceito da síndrome de Burnout, destacando suas dimensões, e incidência em professores revisando referências bibliográficas de autores que delinearão o assunto. Na terceira etapa, destaco os, que levam ao burnout, destacando os pontos de equilíbrio entre o sujeito e o trabalho, os geradores do desgaste físico e emocional, concluindo com o impacto do Burnout em contextos de pandemia, antes das considerações finais e referências.

## DESENVOLVIMENTO

Para compreendermos os desafios enfrentados pelos professores atualmente é fundamental refletir antes sobre o "por que ser professor" nos dias atuais e quais as implicações essa profissão tem encontrado na nossa sociedade.

Inúmeras discussões ocorreram nas últimas décadas no panorama da educação brasileira sobre a profissão do professor. Estas discussões esbarram em concepções sobre o trabalho que o professor exerce, que muitas vezes é relacionado a uma atividade meramente técnica, subordinados aos conhecimentos científicos.

Ser professor já foi comparado a ser sacerdote do saber, uma manifestação de uma vocação ou missão transcendental e não como exercício de um ofício, o que tornaria incoerente e desnecessário exigir aos docentes, formação acadêmica e continuada. Sabe-se então que a profissão docente tem duas especificidades: a acadêmica que trata do saber e do saber-fazer, que remete a transmissão do conhecimento e a pedagógica/humanista que nos remete a vocação de formar cidadãos pensantes e transformadores da realidade. Diante disso, baseado nas ideias de MORIN (2001) é possível classificar a profissão de professor como complexa, caracterizada pela incerteza e pela ambiguidade das funções.

1332

Nas últimas décadas, em decorrência das mudanças econômicas, culturais e sociais, o mundo voltou maior atenção à educação, especialmente aquela desenvolvida nos sistemas escolares. Submetendo-a a uma análise pública constante, o educar se tornou uma tarefa cada vez mais exigente e de enorme responsabilidade e isso requer equilíbrio e coerência entre a orientação formativa, procedimentos pedagógicos adaptados e as expectativas dos implicados no processo, o professor e o aluno.

É notório observar que a profissão docente se encontra entre as mais complexas, não somente pelas tensões pelos quais é permeada, como pelos inúmeros papéis que o professor precisa desempenhar em seu ambiente de trabalho. É esperado do professor que colabore com a formação de sujeitos capazes de enfrentar as incertezas e alterações constantes da sociedade, bem como precisa se esforçar para continuar aprendendo, uma vez que as mudanças, tanto sociais quanto dos conhecimentos, são muito rápidas (MENDES; BACCON, 2015).

Segundo Carlotto (2002) a profissão docente tem sofrido várias modificações de sentido ao longo do tempo, indo desde uma profissão de fé, ligado às concepções da igreja, até o que se vê hoje, um profissional moldado pelas exigências do capitalismo que adentrou os sistemas de ensino. A consequência disso é a aceleração das transformações sociais e, também, das atividades docentes.

Ao nos referirmos ao professor universitário precisa-se observar às exigências feitas a ele, pois além de atuar em sua sala de aula colaborando no processo de ensino-aprendizagem dos alunos, também deve estar atento ao tripé da educação superior: Ensino, Pesquisa e Extensão, atuar em sala de aula na graduação, na pós-graduação, precisa produzir pesquisas para publicações, tanto individual quanto orientando acadêmicos, diante disso o professor muitas vezes renuncia aos cuidados pessoais, momentos de lazer ou tempo com família e amigos, para cumprir suas obrigações docentes.

Há ainda outros fatores como, a jornada de trabalho exorbitante, limitações físicas, emocionais ou sociais, desvalorização da categoria, superlotação das salas de aula e mesmo indisciplina dos alunos. Por consequência há uma sobrecarga física e emocional que, leva os professores a desenvolver algumas síndromes e aqui destaco a Síndrome de Burnout.

1333

Vários autores como Byrne (1991), Farber (1991), Keltchtermans (1999), Woods (1999), Leans & Jesus (1999), Moura (1997), realizaram estudos com professores primários, secundários, universitários e em escolas especiais, proporcionando contextualização e consistência em relação aos resultados obtidos e geraram modelos explicativos importantes sobre a Síndrome de Burnout e sua ocorrência.

A gravidade e severidade do Burnout entre docentes, é atualmente, superior a dos profissionais de saúde, o que coloca o magistério como uma das profissões de alto risco (Iwanicki & Scwab, 1981; Farber, 1991).

A Síndrome de Burnout se caracteriza como o conjunto de sintomas relacionados à exaustão emocional e situações de estresse laboral crônico, composta de três pilares de sustentação: A exaustão emocional, a despersonalização e a falta de realização pessoal. Se constitui em um processo individual, de evolução duradoura, podendo perdurar por anos e/ou décadas, com surgimento gradual, cumulativo e

progressivo em severidade. Muitas vezes, não é percebido pelo indivíduo, que na maioria das vezes, se recusa a acreditar que está acometido pela síndrome.

Maslach, Schaufeli e Leiter (2001) definem as três dimensões da Síndrome como: A exaustão emocional, que é caracterizada por uma falta ou carência de energia, entusiasmo e um sentimento de esgotamento de recursos; a despersonalização, que se caracteriza por tratar os alunos, colegas e a organização como objetos; e diminuição da realização pessoal no trabalho, que é a tendência do trabalhador a se autoavaliar de forma negativa.

A exaustão emocional abrange sentimentos de desesperança, solidão, depressão, raiva, impaciência, irritabilidade, tensão, diminuição de empatia, sensação de baixa energia, fraqueza, preocupação, aumento de suscetibilidade para doenças, cefaleias e distúrbios do sono (Cherniss, 1980; WORLD HEALTH ORGANIZATION, 1998).

A Despersonalização ou distanciamento afetivo provoca a sensação de alienação em relação aos outros, sendo a presença destes muitas vezes desagradável e não desejada. Já a baixa realização profissional ou baixa satisfação com o trabalho pode ser descrita como uma sensação de que muito pouco tem sido alcançado e o que é realizado não tem valor (Cherniss, 1980; WORLD HEALTH ORGANIZATION, 1998).

A Síndrome de Burnout é um distúrbio psíquico descrito em 1974 por Fraudenberger, um médico americano, e está registrado no grupo 24 do CID - II, como um dos fatores que influenciam a saúde. Seu sintoma típico é a sensação de esgotamento físico e emocional, que se reflete em atitudes negativas como: ausência no trabalho, agressividade, isolamento, mudanças bruscas de humor, irritabilidade, dificuldade de concentração, ansiedade, depressão, pessimismo, baixa autoestima, também pode haver manifestações físicas tais como dores de cabeça, enxaqueca, cansaço, sudorese, palpitação, pressão alta, dores musculares, insônia, crises de asma e distúrbios gastrintestinais.

Do ponto de vista institucional, os professores são muito vulneráveis à síndrome, pois é possível analisar a partir da investigação dos fatores potencialmente

estressores nos ambientes de trabalho, que fazem com que o trabalho na escola seja realizado sob condições adversas à saúde física e mental dos docentes.

Espera-se que o professor universitário domine o conteúdo de disciplinas e integre-as ao plano político-pedagógico do curso; utilize diferentes metodologias de ensino, disponha de horas para realizar atividades de pesquisa e extensão, além da execução de atividades administrativas. Observa-se também presente no dia-a-dia do professor, tensões por disputa de espaço e financiamento, além de atividades potencialmente estressoras como avaliações sistemáticas, plano de carreira, submissões dos trabalhos em congressos, periódicos, produções de relatórios de atividades e pesquisas, exigências do papel docente que podem conduzir a sentimentos positivos de satisfação, prazer e realização pessoal e coletiva, assim como pode caracterizar um trabalho estressante, realizado com sofrimento relacionado à imposições.

Com a pandemia do Novo Coronavírus que se instaurou no mundo no ano de 2020, e a autorização no Ministério da Educação (MEC) para que as instituições de ensino superior, substituíssem as disciplinas presenciais por aulas remotas, utilizando tecnologias de comunicação e informação (BRASIL, 2020), alguns dos estressores que levam ao Burnout foram minimizados, como é o caso de salas de aulas superlotadas e mesmo indisciplina dos alunos, mas outros se acentuaram como a incorporação de suas práticas nas tecnologias disponíveis, bem como o pouco tempo de preparo para utilizá-las, ampliando a jornada de trabalho, além de lidar com as mudanças de seu ambiente de trabalho, tendo que reprogramar toda sua rotina, realizar mudanças para conciliar suas atividades docentes com sua vida pessoal e atividades domésticas.

Santos (2012, p. 241), chama atenção para o seguinte fato:

Nesse caso, o trabalho alienado do docente poderá descaracterizar a prática educativa, comprometer a qualidade do ensino e, com o tempo, alterar o significado do papel social de professor.

Com tudo isso, a síndrome de Burnout é eminente, visto ser resultante destes desgastes físicos e emocionais, o que desperta preocupação pois as consequências não se manifestam somente no campo pessoal e profissional, mas também trazem repercussões sobre a organização escolar e na relação com os alunos (CARLLOTO, 2002, p. 27).

No cenário atual, a pandemia do Novo Coronavírus afastou, ainda que não apenas os professores, mas também amigos e familiares e mesmo na sala de aula colocando-os a mercê das tecnologias de informação e comunicação, contudo, a maioria dos docentes não tinha experiência com esta modalidade de ensino, possuindo pouco e algumas vezes nenhum equipamento necessário para o desenvolvimento dessas aulas, bem como pouco tempo para se preparar e planejar, elevando o grau de estresse, fadiga e exaustão.

Corroborar-se com Freire; Rodrigues; VRT (2020, p. 02), quando afirmam que:

O momento atual despontou uma crescente desvalorização deste profissional e uma enxurrada de críticas indevidas pelos mais diversos motivos. Facilmente nos deparamos com comentários pejorativos que se dirigem ao professor como alguém que hoje "recebe o salário sem trabalhar", "ganha pra ficar em casa". Esses comentários apontam a falta de reconhecimento e empatia em relação ao trabalho docente.

Pode-se destacar, que houve uma grande chamada para cuidados físicos durante este período, no entanto a saúde mental foi negligenciada, assim, reitero que os impactos do Burnout são inúmeros e não afetam apenas ao professor, mas à comunidade em um todo, portanto é imprescindível uma atenção à saúde emocional destes profissionais.

1336

Desta Maneira, cabe ressaltar a necessidade de um olhar mais atento para este aspecto da vida, e essa atenção precisa partir do próprio professor, e não somente dele, como se faz necessário que o estado implemente ações de cuidados mentais, a todos os profissionais que lidam diretamente com outras pessoas, em destaque os professores universitários.

## CONCLUSÃO

Mediante o exposto, podemos compreender os impactos da Síndrome de Burnout no trabalho de professores universitários em contexto de pandemia, como uma doença relacionada ao estresse laboral, ocorrente em especial em profissionais que lidam diretamente com outras pessoas, os quais levam ao desgaste físico e emocional.

Constata-se que o trabalho do professor universitário, requer um esforço muito grande, pois, ao mesmo tempo em que atua na sala de aula com alunos da graduação e

da pós-graduação, precisa também orientar produções acadêmicas, e produzir conhecimentos a partir de pesquisas e publicações científicas.

Vimos que com a pandemia do COVID-19, alguns desses estressores se acentuaram, como a jornada de trabalho, pouco tempo para planejamentos e adaptação do uso das tecnologias, a desvalorização social o que afetou a saúde mental dos docentes aumentando os casos de Burnout.

Somente a partir do dia 1º de janeiro de 2022, com a nova classificação da Organização Mundial da Saúde (OMS) entrou em vigor a CID-11 e com isso o Burnout passa a ser considerado como uma doença, desta forma, empresas e instituições escolares precisam ficar atentas para possíveis riscos.

Desta forma, destaco a importância de mudanças por parte do estado, das instituições e do próprio professor, para que se minimize as consequências das exigências do mercado de texto que causam adoecimentos constantes.

## REFERÊNCIAS

Byrne, B. M. (1993) . The Maslach Burnout Inventory: Testing For Factorial Validity And Invariance Across Elementary, Intermediate And Secondary Teachers. *Journal of Occupational And Organizational psychology*, 66,3,197-213.

1337

Carlotto MS. Síndrome de Burnout e Satisfação no Trabalho: Um estudo com professores universitários. In: Pereira AMTB, editor. *Burnout: Quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador*. São Paulo: Casa do psicólogo; 2002. P. 187 - 2012.

Cherniss, C. - *Professional Burnout In Human Service Organizations*. PRAEGER, New York, 1980a.

Freire, S. S. A ; Rodrigues, A. F; da C.U. A (Des) empatia emergida e denunciada em tempos de pandemia: os dissabores vivenciados pelo professor. XV Reunião da ANPED Centro-Oeste (ANPED-CO).2020.

Iwanicki, E. F. & Schwab, R. L. (1981) A Cross Validation Study of The Maslach Burnout Inventory. *Educational And Psychological Measurement*, 41, 1167-1174.

Maslach, C. Entendendo o Burnout. In: Rossi, M; Perrewé, P. L; Santer, S. L. (orgs.) *Stress e qualidade de vida no trabalho: Perspectivas atuais da saúde ocupacional*. 1ª ed. 4. REIMPR. São Paulo. Atlas, 2019.

Maslach C, Schaufeli WB, Leiter MP. Job Burnout. *Annv Ver Psychol*. 2001; 52(1) : 397-422. DOI: 10.1146/ ANNVREV. PSYCH.52.1.397.



Morin, Edgar. Os setes saberes necessários á educação do futuro, 3ª ed. São Paulo, Cortez, 2001.

Santos, S. D. M. DOS. A precarização do trabalho docente no ensino superior: Dos impasses ás possibilidades de mudanças. Educar em revista, Curitiba. 2012.