A Síndrome de Burnout em professores do ensino superior no período de pandemia do Covid-19

Burnout Syndrome in higher education teachers in the Covid-19 pandemic period

172

Cristiane Coelho Teles¹Luciana Tella²Luciane Guimarães Batistella Bianchini³

Resumo: O presente trabalho trata-se de um levantamento bibliográfico de estudos referentes a Síndrome de Burnout em docentes do Ensino Superior no período de pandemia provocada pela COVID-19. Com o cenário da pandemia que se instaurou no Brasil em 2020, o Ministério da Educação determinou que as aulas presenciais fossem substituídas por aulas em meios digitais durante a pandemia. Nesse período as aulas presenciais do Ensino Superior passaram a ser realizadas por salas que utilizam métodos e tecnologias de informação e comunicação, como ensino remoto e modalidade a distância. Docentes tiveram que estabelecer novas ações e os estudantes tiveram que assumir maior autonomia sobre a sua aprendizagem. Porém diante do quadro atual, a Síndrome de Burnout afetou profissionais da área da educação. O objetivo foi identificar estudos que apresentassem resultados sobre a Síndrome de Burnout em docentes do Ensino Superior no período de pandemia. Conclui-se que os docentes passaram por desafios em sua prática, provocando desequilíbrios emocionais derivados do ambiente profissional, provocando a Síndrome de Burnout.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout. Qualidade de Vida. Tecnologias Digitais. Pandemia.

Abstract: The present work is a bibliographic survey of studies related to Burnout

¹ Mestrado Ensino de Ciências e Saúde, Universidade Anhanguera, cristianeteles2000@gmail.com

² Mestrado Ensino de Ciências e Saúde, Universidade Anhanguera, Luciana.tella@gmail.com

³ Doutora, Universidade Anhanguera, luciane.bianchini@educadores.net.br

Recebido em 23/01/2022

Aprovado em 10/02/2022

Sistema de Avaliação: *Double Blind Review*

Syndrome in higher education teachers in the period of pandemic caused by COVID-19. With the scenario of pandemic that took place in Brazil in 2020, the Ministry of Education determined that face-to-face classes should be replaced by classes in digital media during the pandemic. During this period, face-to-face classes in Higher Education began to be held in classrooms that use information and communication methods and technologies, such as remote teaching and distance learning. Teachers had to establish new actions and students had to assume greater autonomy over their learning. However, given the current situation, Burnout Syndrome affected professionals in the field of education. The objective to identify studies that presented results on Burnout Syndrome in higher education teachers during the pandemic period. It is concluded that teachers went through challenges in their practice, causing emotional imbalances derived from the professional environment, causing Burnout Syndrome.

Keywords: Burnout Syndrome. Quality of life. Digital Technologies. Pandemic.

Introdução

A saúde do docente é um tema que se tornou relevante para a comunidade científica, por ser uma das profissões mais estressantes seja por ter que trabalhar em vários locais diferentes ou pela complexidade das demandas que lhe são impostas.

No final de dezembro de 2019 e início de janeiro de 2020, a China detectou uma nova cepa de coronavírus, nomeada SARS-CoV-2 (Síndrome Respiratória Aguda Grave do Coronavírus 2), causadora da COVID-19 (Doença do Coronavírus-2019), e se espalhou pelo mundo, fazendo com que as pessoas caíssem no isolamento social para conter infecções em grande escala. Devido ao isolamento, muitos departamentos, incluindo educação, foram afetados. A preocupação com a transmissibilidade da doença entre o corpo docente, estudantes e funcionários das Instituições de Ensino básico e superior no mundo todo fez com que as aulas presenciais fossem suspensas, sendo adotando estratégias de ensino e aprendizagens virtuais com o objetivo de tentar reduzir o índice de evasão dos estudantes

No Brasil as aulas foram temporariamente suspensas nas redes públicas e privadas de ensino para combater a nova epidemia de pneumonia coronária, denominado COVID-19, de acordo com as portarias nº 343 e 345 do MEC publicadas de 17 e 19 de março 2020.

O relatório da Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE), sugeriu aos diretores e gestores das organizações educacionais que desenvolvem-se planos para a continuidade dos estudos por meio de modalidades

alternativas no período de isolamento social, considerando-se a necessidade de manter a educação das crianças, jovens e adultos, desde o nível fundamental ao superior.

Nesse sentido, a fim de cumprir com as atividades educativas prevista no calendário acadêmico, muitas instituições tiveram que começar a fazer uso das tecnologias digitais, fazendo com que os docentes ajustassem seu conteúdo para caber no formato online. Nenhum sistema estava preparado para uma pandemia dessa magnitude que afligiu o mundo no início do ano de 2020, o que levou uma imobilidade mundial. Diante desse cenário, professores, especialistas e sociedade sentiram dificuldades com a mudança repentina no ambiente de trabalho.

Neste processo, muitos docentes adaptaram suas aulas para recursos que pudessem ser utilizados em meios digitais e neste aspecto melhor se familiarizarem com a tecnologia para conseguir ministrar aulas a distância por meio do ensino remoto. Assim, os docentes se deparam com dificuldade de reaprender a ensinar, seja para acessar as aulas por videoconferência via Teams ou Zoom, postar conteúdos no Moodle ou BlackBoard os Ambientes Virtuais de Aprendizagem (AVA), aplicar uma atividade avaliativa via Google Forms, os docentes vivenciaram muitas adaptações em um curto espaço de tempo, e que se tornou insuficiente devido a tantas demandas que lhes foram atribuídas.

Dentre as dificuldades do ensino remoto e modalidade EAD (ensino a distância) está a ausência de autonomia na tomada de decisões, tarefas repetitivas, longas jornadas de trabalho, desvalorização do trabalho, impossibilidade de integração social no ambiente de trabalho e uma relação de equilíbrio entre o trabalho e outros aspectos da vida pessoal.

Baseado no supracitado este trabalho tem como objetivo apresentar a Síndrome de Burnout em docentes do Ensino Superior no período de pandemia da COVID-19

Referencial teórico

O conhecimento em qualidade de vida (QV) se expressa como uma área multidisciplinar de conhecimento que engloba diversas formas de ciência e conhecimento popular, conceitos que permeiam a vida das pessoas como um todo. A QV é algo amplo que não pode ser estipulado com análises globalizantes, indicadores

tem como objetivos traçar perfis de grupos sociais, úteis para intervenções em populações, não expressam a percepção e situação individual frente às próprias vidas dos atores sociais. (ALMEIDA, 2012).

A relação entre a saúde e a qualidade de vida compõe-se dos seguintes elementos (VILARTA e GONÇALVES, 2004, p. 42):

“**Domínios funcionais:** Função física; Função cognitiva; Envolvimento com as atividades da vida; Avaliação de saúde subjetiva e **Domínios do bem-estar:** Bem-estar corporal; Bem-estar emocional; Autoconceito; Percepção global de bem-estar.”

Walton (1975, p. 4) descreve que Qualidade de Vida no Trabalho é o “[...] atendimento de necessidades e aspirações humanas, calcado na ideia de humanização e responsabilidade social da empresa”. Nesse conceito, percebe-se que já nessa época tinha-se a preocupação com o social. Para Albuquerque e Limonge-França (2003, p. 2), Qualidade de Vida no Trabalho é: Um conjunto de ações de uma empresa que envolve diagnóstico e implantação de melhorias e inovações gerenciais, tecnológicas e estruturais dentro e fora do ambiente de trabalho, visando propiciar condições plenas de desenvolvimento humano para e durante a realização do trabalho.

São múltiplos os fatores que determinam a qualidade de vida no trabalho (QVT) que para ser avaliada dois componentes são principais: **(a) Fatores Individuais (estilo de vida):** alimentação; atividade física; controle do estresse; relacionamentos e comportamento preventivo e **(b) Fatores Socioambientais:** ambiente físico; ambiente social; desenvolvimento e realização profissional; remuneração e benefícios e relevância social do trabalho. (NAHAS, 2017, p. 190)

A Síndrome de Burnout (SB) atualmente está inserida na Classificação Internacional de Doenças CID-11 sob o código QD85, no capítulo intitulado "Problemas Associados ao Emprego e Desemprego", e entrará em vigor definitivamente em 1º de janeiro de 2022 (Organização Mundial da Saúde (OMS, 2019).

Segundo Bertoncello e Borges (2015) a Síndrome de Burnout (SB) está relacionada ao estresse ocupacional. Já Codo (1999) relata que não é o trabalho que causa a Síndrome de Burnout, mas aspectos relacionados à vida dos trabalhadores. Esta síndrome afeta, principalmente, profissionais da área de serviços quando em contato direto com seus usuários. Como grupo de risco são apontados os profissionais de educação e saúde, policiais e agentes penitenciários, entre outros.

A SB é entendida como um conceito multidimensional que envolve três componentes:

1. **Exaustão Emocional** – situação em que os trabalhadores sentem que não podem dar mais de si mesmos a nível afetivo. Percebem esgotada a energia e os recursos emocionais próprios, devido ao contato diário com os problemas.
2. **Despersonalização** – desenvolvimento de sentimentos e atitudes negativas e de cinismo às pessoas destinatárias do trabalho (usuários / clientes) – endurecimento afetivo, ‘coisificação’ da relação.
3. **Falta de envolvimento pessoal no trabalho** – tendência de uma ‘evolução negativa’ no trabalho, afetando a habilidade para realização do trabalho e o atendimento, ou contato com as pessoas usuárias do trabalho, bem como com a organização.

Codo (2006) afirma que:

“A tensão entre a necessidade de estabelecimento de um vínculo afetivo e a impossibilidade de concretizá-lo é uma característica estrutural dos trabalhos que envolvem cuidado. Assim, o desgaste do vínculo afetivo leva a um sentimento de exaustão emocional. Esse esgotamento é representado pela situação na qual os trabalhadores, mesmo querendo, percebem que já não podem dar mais de si afetivamente. É uma situação de total esgotamento da energia física ou mental.” (CODO, 1999. P. 10).

Segundo Jbeili (2008) os professores encontram-se nos três principais grupos que são afetados pela Síndrome de Burnout. De acordo com a Organização Internacional do Trabalho (OIT) (1984), o trabalho docente é determinado como sendo umas das profissões mais estressantes e de risco que tende ao adoecimento dos docentes.

A SB tem sido confundida muitas vezes com a depressão, uma vez que é comum ao indivíduo que é acometido com a SB apresenta comorbidade com os sintomas da depressão, o que dificulta aos profissionais da saúde menos experientes, diagnosticá-la. Apesar da semelhança de alguns sintomas existentes entre a SB e a depressão, os conceitos são diferentes. O aspecto mais importante que permite diferenciá-los é que na SB a sensação de impotência está relacionada ao âmbito laboral, ao passo que a depressão se alastra por todos os aspectos da vida da pessoa. Portanto, o indivíduo acometido pelo SB possui mais válvulas de escape que a pessoa com depressão. Entretanto, em alguns casos, o Burnout é seguido de um quadro depressivo. Quando e por que esse fato acontece ainda são perguntas em aberto. Assim, quanto mais grave o

Burnout, mais certeza de a depressão está presente, ainda que permaneça como um sintoma independente. (SOARES, 2008. p. 87).

O adoecimento e afastamentos dos docentes pode gerar problemas e prejuízos para os próprios docentes, outros profissionais que trabalham na instituição, para a organização na qual lecionam e para os estudantes (LEITE; VIEIRA, 2007). No que se refere ao trabalho docente, inúmeros estudos têm demonstrado que os índices de rotatividade de pessoal, absenteísmo e licenças médicas entre docentes de diferentes níveis de ensino têm aumentado significativamente nas últimas décadas (Gasparini, Barreto & Assunção, 2005; Yaegashi & Benevides-Pereira, 2010), o que justifica a necessidade de investigarmos quais as variáveis que afetam a saúde física e mental destes profissionais. (YAEGASHI, 2011).

Segundo Jacques (2003) os programas de qualidade de vida nas áreas educacionais devem ser realizados para diminuir o estresse, como a prevenção trazendo consigo mudanças sendo elas comportamentais e cognitivas. Exercícios físicos e relaxamento são de grande valia para a qualidade de vida do docente, espaços apropriados com áreas de descanso e ajuda psicológica.

Método

Este trabalho trata-se de levantamento bibliométrico. O banco de dados utilizado foi o Google Acadêmico, no período de julho de 2021, com o intuito de investigar publicações de dissertações, teses e artigos que abordasse a qualidade de vida docente. Os seguintes termos de busca foram: professores AND "ensino superior" AND pandemia AND "síndrome de burnout".

Resultados

Ao todo foram localizados 4 artigos na base de dados Google Acadêmico. Após analisá-los concluiu-se que 1 não tinham relação com o tema, portanto foi eliminado, restando 3 trabalhos, conforme mostra o quadro 1.

Quadro 1 - Artigos relevantes

Título do Trabalho	Autor	Ano
COVID-19: ensino remoto e saúde mental de	Ricardo, Maria	2021

docentes universitários	Geórgia; Silva, Maria Elaine da; Belmonte, Bernardo do Rego	
Análise da saúde mental dos professores de uma instituição de Ensino Superior em meio a pandemia	Silio, Luis Felipe <i>et al.</i>	2021
Sofrimento psíquico e Síndrome de Burnout em docentes do Ensino Superior: uma revisão sistemática	Figueiredo, Samara Leite; Roque, Joaquim Iarley Brito	2021

Fonte: Elaborado pela Autora.

Nos estudos encontrados sobre a Síndrome de Burnout em docentes do Ensino Superior, destaca-se o artigo de Ricardo *et al.* (2021), uma revisão bibliográfica na qual teve como objetivo refletir a respeito das experiências do ensino remoto emergencial pelo corpo docente universitário e dos impactos na saúde mental desses profissionais durante a pandemia da COVID-19. Em suas pesquisas os autores destacaram que diante do atual contexto educacional, os docentes se depararam com novas exigências que repercutiram em sua rotina social e laboral, em virtude do aumento da carga horária, do ritmo e diversidade do trabalho. Os autores evidenciaram as novas exigências profissionais como o aumento da carga horária online involuntária, estando o docente envolvido com suas atividades por um período de tempo maior que o modelo presencial e sem remuneração prevista impactando não apenas nas questões financeiras, afetivas, éticas dos docentes, mas também nos aspectos motivacionais. Os mesmos concluíram que a pandemia trouxe para os docentes uma série de sentimentos e percepções, com novos desafios para a sua prática que devem ser refletidas e analisadas diante das dificuldades dos docentes no ensino remoto emergencial nesse período de pandemia, uma vez que um conjunto de fatores está relacionado com a saúde como: equilíbrio físico, mental e econômico.

Silio *et al.* (2021), em seu projeto avaliou a qualidade da saúde psíquica de docentes de uma instituição privada do Ensino Superior de Porto Velho, Rondônia, Norte do país, considerando também a negligência da saúde mental dos profissionais de ensino antes da pandemia e diante do cenário instaurado da pandemia da COVID-19, onde o quadro acentuou para muitos profissionais. Trata-se de um trabalho exploratório, descritivo e quantitativo. A aplicação do questionário ocorreu de forma virtual, utilizando o Google Forms, o questionário foi adaptado para nosso cenário, era composto por 15 perguntas acerca de sua vivência na modalidade de ensino REAR (Regime Especial de Aprendizagem Remota) proposto pela instituição em período de pandemia pelo COVID-19 e baseado

no estudo de Brief Symptom Inventory (BSI 18) e todos os possíveis comprometimentos psíquicos, além de perguntas de cunho socioeconômicas, sociodemográficas. Participaram da pesquisa 25 docentes. Em sua discussão os autores relataram que a maioria dos docentes adoeceram por não conseguirem atingir os objetivos propostos pela instituição, por conta de pressões relacionadas ao manuseio das tecnologias e gravações de aulas, além da estrutura inadequada das instituições de ensino e evasão do aluno, a ausência de interação e de relacionamento interpessoal natural e físico entre docente e estudante, o aumento da carga horária de trabalho e a incompatibilidade do home office com a vida pessoal. Sobre os aspectos tecnológicos, o estudo destaca a falta de recursos ao aspecto pedagógico, principalmente no que diz respeito as competências direcionadas às estratégias metodológicas e práticas de ensino da educação on-line.

O artigo de Figueiredo e Roque (2021) trata-se de um estudo de revisão sistemática de literatura dos estudos acerca do processo de adoecimento da Síndrome de Burnout sobre os docentes. O estudo foi dividido nos seguintes tópicos: um resgate histórico sobre a Síndrome de Burnout; como a Síndrome de Burnout pode ser compreendida de diferentes perspectivas; o trabalho do docente e por último o docente e a Síndrome de Burnout. Com base nesses tópicos foi investigado a literatura associada ao tema e se o esgotamento físico desses profissionais está diretamente ligado ao trabalho. Um dos destaques encontrados pelos autores foi sobre um estudo que relatava o sofrimento pelo qual os docentes sentiram em trabalhar em um ambiente virtual. Outros artigos analisados pelos autores destacaram que o Nordeste tem o maior índice de estudos sobre o tema e que nesses estudos a maioria dos docentes tem a síndrome ou algum aspecto relacionado à síndrome. Outro dado coletado na pesquisa que chamou a atenção dos autores foi de que as mulheres na docência são as mais afetadas com a Síndrome de Burnout, pois as mulheres ainda são em maior número nessa área se comparada com quantidade de homens. Para os autores é necessário novas pesquisas para compreender melhor a importância dessa temática, mas que deixou evidente o adoecimento dos docentes diante dos relatos encontrados nos estudos ao fazer a revisão de literatura.

Conclusão

Conclui-se que o docente durante o período de pandemia passou por desafios para a sua prática, provocando desequilíbrios emocionais derivados do ambiente profissional, provocando a Síndrome de Burnout. Programas de qualidade de vida devem fazer parte da instituição promovendo o bem-estar de seus colaboradores.

Essa pesquisa retratou analisar os estudos sobre a Síndrome de Burnout em docentes do Ensino Superior no período de pandemia da COVID-19, mas ainda é preciso fazer outras possíveis novas pesquisas para analisar melhor a temática, diante das mudanças que as Instituições de Ensino adotaram durante esse período.

Referências

ALBUQUERQUE, L. G.; LIMONGI-FRANÇA, A. C. **Estratégias de recursos humanos e gestão de qualidade de vida no trabalho: stress e a expansão do conceito de qualidade total**. São Paulo: FEA/USP, 2003. Apostila do Curso Avançado de Gestão Empresarial em Qualidade de Vida.

ALMEIDA, M. A. B. **Qualidade de vida: definição, conceitos e interfaces com outras áreas, de pesquisa** / Marcos Antonio Bettine de Almeida, Gustavo Luis Gutierrez, Renato Marques: prefácio do professor Luiz Gonzaga Godoi Trigo. – São Paulo: Escola de Artes, Ciências e Humanidades – EACH/USP, 2012. 142p.: il

BERTONCELLO, B.; BORGES-ANDRADE, J. E. **Relações entre Suporte Organizacional e Saúde Mental do Trabalhador**. R. Laborativa, v. 4, n. 2, out. 2015, p. 85-102. <http://ojs.unesp.br/index.php/rlaborativa>.

CARLOTTO, M. S. (2010). **Síndrome de Burnout: diferenças segundo níveis de ensino**. Psico, 41(4), 495-502. CARLOTTO, MARY S. & CÂMARA, SHEILA G. Preditores da Síndrome de Burnout em Professores. Revista Semanal da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional (ABRAPEE), v.11, n. 1, Jan-Jun/2007, pp. 101-110.

CODO, W. **Providências na organização do trabalho para prevenção da LER**. In: CODO, Wanderley; ALMEIDA, Maria Celeste C. G. de (Orgs.). LER: diagnóstico, tratamento e prevenção: uma abordagem interdisciplinar. Petrópolis: Vozes, 1999. p. 240-241.

CODO, W.; VASQUES-MENEZES, I. **O que é Burnout?** In: CODO, W. Educação: carinho e trabalho. Petrópolis: Vozes/Brasília: CNTE, 1999 CODO, W. Por uma psicologia do trabalho – ensaios recolhidos. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2006.

FIGUEIREDO, S. L. ROQUE, J. I. B. **Sofrimento psíquico e Síndrome de Burnout em docentes do Ensino Superior: uma revisão sistemática**. Revista Amazônia, LAPESAM/GMPEPE/UFAM/CNPq. Vol XIII, número 1, jan-jun, 2021, pág.527-

554.

JACQUES, M. G. C. **Abordagens teórico-metodológicas em saúde/doença mental & trabalho.** Psicol. Soc. [online]. 2003, vol.15, n.1, pp.97-116. ISSN 0102-7182.

JBEILI, C. **Burnout em professores: identificação, tratamento e prevenção.** Disponível em: <http://www.saudedoprofessor.com.br/Burnout/Arquivos/cartilha.pdf>. Acesso em: 08 de novembro de 2017.

LEITE, N. M. B. **Síndrome de Burnout e Relações Sociais no Trabalho:** Um Estudo com Professores da Educação Básica. Brasília-DF: UNB. Dissertação de Mestrado, 2007.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. Portaria nº 343, de 17 de março de 2020. Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do Novo Coronavírus - COVID-19. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 17 mar. 2020, p.39.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. Portaria nº 345, de 19 de março de 2020. Altera a Portaria MEC nº 343, de 17 de março de 2020. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 19 mar. 2020, p.1.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida:** conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo / Markus Vinicius Nahas. 7. ed. – Florianópolis, Ed. do Autor, 2017. 362 p.: il.

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO. **A condição dos professores:** recomendação internacional de 1966, um instrumento para a melhoria da condição dos professores. Genebra: OIT/ UNESCO, 1984.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde - CID-11** [Internet]. Brasília, DF, 2019. Disponível em: <https://www.who.int/classifications/classification-of-diseases>. Acesso em: 21 de Dez de 2021.

RICARDO, M. G. SILVA, M. E.; BELMONTE, B. R. **COVID-19: ensino remoto e saúde mental de docentes universitários.** Rev. Bras. Saúde Matern. Infant., Recife, 21 (Supl. 1): S245-S251, fev., 2021.

SILIO, L. F. *et. al.* **Análise da saúde mental dos professores de uma instituição de Ensino Superior em meio a pandemia.** Revista CPAQV – Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida. Vol. 13, nº. 2, 2021, p. 2

SOARES, A. S. **Mobbing:** Relações com a Síndrome de Burnout e a Qualidade de Vida dos Trabalhadores de Uma Instituição Universitária de Campo Grande – MS. Dissertação de Mestrado. Campo Grande, MS: Universidade Católica Dom Bosco, 2008. Disponível em: <http://site.ucdb.br/.../mes.../607/dissertacoes-defendidas/1152/>

VIEIRA, H. P. **Estresse Ocupacional, Síndrome de Burnout e Hardness em**

Professores de Colégio Militar. Dissertação de Mestrado em Psicologia. Universidade Católica Dom Bosco. Campo Grande, 2007.

VILARTA, R.; GONÇALVES, A. **Qualidade de Vida – concepções básicas voltadas à saúde.** In: GONÇALVES, Aguinaldo e VILARTA, Roberto (orgs.). Qualidade de Vida e atividade física: explorando teorias e práticas. Barueri: Manole, 2004, p.27-62.

WALTON, R. E. Criteria for quality of working life. In: DAVIS, L. E.; CHERNS, A. B. (Eds.). **The quality of working life: problems, prospects and state of art.** New York: Free, 1975. v. 1, p. 91-104.

YAEGASHI, S. F. R., BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T., ALVES, I. C. B. **O Estresse e a Síndrome de Burnout no Trabalho Docente:** Algumas Reflexões. Anais do X CONPE – X CONPE – Congresso Nacional de Psicologia Escolar e Educacional. Caderno dos Maringá, pp.1-15, 2011.