







Prevalência e fatores associados da síndrome de Burnout em docentes universitários

Prevalence and factors associated with burnout among university professors

Tatiane Isabela de Araújo Leite¹ , João Paulo Costa Fernandes² ,
Fernanda Letícia da Costa Araújo¹ , Xiankarla de Brito Fernandes Pereira¹ ,
Dulcian Medeiros de Azevedo³ , Eudes Euler Souza Lucena⁴ 

RESUMO | Introdução: A síndrome de Burnout é um dos principais exemplos de distúrbio relacionado diretamente ao trabalho. Caracteriza-se como uma síndrome psicológica resultante da exposição a estressores presentes no contexto laboral e constitui relevante problema psicossocial. **Objetivos:** A pesquisa propôs identificar a prevalência e os fatores associados da síndrome de Burnout em docentes de universidades públicas e privadas. **Método:** Foram utilizados dois instrumentos autoaplicados: um com questões sociodemográficas, psicossociais, ocupacionais e de aspectos relativos à saúde e outro baseado no Maslach Burnout Inventory Educators Survey em professores de quatro instituições públicas e privadas do município de Caicó, Rio Grande do Norte, Brasil. Foram feitas as análises univariada e bivariada, bem como criado um modelo de regressão logística. **Resultados:** Observou-se que 61,6% dos docentes encontravam-se na fase inicial da síndrome. A presença de doenças de base e o elevado número de disciplinas foram as únicas variáveis associadas significativamente com a ocorrência de Burnout. As médias dos escores de despersonalização foram significativamente maiores em docentes que tinham outra ocupação, que relataram necessidade de atualização profissional e com número elevado de disciplinas. As médias dos escores de exaustão foram maiores nos professores com doença prévia e hipertensos. **Conclusões:** Este estudo demonstrou que a prevalência da síndrome de Burnout nos professores universitários no município de Caicó, Rio Grande do Norte, é relativamente alta. A detecção precoce de níveis sintomáticos de Burnout pode ser um bom indicador de possíveis tratamentos precoces.

Palavras-chave | Burnout; prevalência; docência; ensino superior.

ABSTRACT | Background: Burnout is one of the main examples of health disorders directly related to work. This is a psychological syndrome that results from exposure to stressors in the workplace and represents a considerable psychosocial problem. **Objective:** To establish the prevalence of and factors associated with burnout among professors at public and private universities. **Methods:** We administered two self-report questionnaires—one for sociodemographic, psychosocial, occupational and health-related data, and the other based on the Maslach Burnout Inventory-Educators Survey—to professors at four public and private universities in Caicó, Rio Grande do Norte, Brazil. We subjected the data to univariate and bivariate analysis and also fitted a logistic regression model. **Results:** About 60% of the participants were categorized as in the earliest stage of burnout syndrome. Having a chronic disease and teaching a large number of courses were the only variables significantly associated with burnout. The average score on domain depersonalization was significantly higher among the participants who had a second job, those who reported to need professional updating and the ones who taught a large number of courses. The average score on domain emotional exhaustion was higher among the participants with some chronic disease and those with high blood pressure. **Conclusion:** The prevalence of burnout was high in the analyzed sample of university professors. Early detection of burnout symptoms might favor early treatment.

Keywords | Burnout, psychological; prevalence; teaching; education, higher.

¹Programa de Pós-Graduação em Saúde e Sociedade, Universidade do Estado do Rio Grande do Norte - Mossoró (RN), Brasil.

²Departamento de Medicina, Universidade do Estado do Rio Grande do Norte - Mossoró (RN), Brasil.

³Departamento de Enfermagem, Universidade do Estado do Rio Grande do Norte - Caicó (RN), Brasil.

⁴Escola Multicampi de Ciências Médicas, Universidade Federal do Rio Grande do Norte - Caicó (RN), Brasil.

DOI: 10.5327/Z1679443520190385

INTRODUÇÃO

No Brasil, dados do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) evidenciaram que os transtornos mentais e comportamentais foram a terceira causa de incapacidade para o trabalho, totalizando 668.927 casos. Além disso, cerca de 9% do total de auxílios-doença e aposentadorias por invalidez foram concedidas entre 2012 e 2016¹. O estresse, caracterizado por um estado de tensão, é um dos problemas mais comuns que o ser humano enfrenta, o que ocasiona um desequilíbrio intenso no organismo. O estresse ocupacional tem ocasionado discussões acadêmicas e entre as entidades governamentais, empresariais e sindicais, devido à austeridade de suas consequências².

O estresse está presente no quadro de problemas de saúde de várias profissões, inclusive em professores. Isso ocorre devido a um aumento da tensão no exercício do trabalho docente diante da presença de violência nas salas de aula, esgotamento físico, deficiências nas condições de trabalho e escassez de recursos materiais, associados a um aumento das responsabilidades³. O docente tem menos tempo para cumprir o seu trabalho, para investir na sua formação e atualização profissional, para atividades de lazer e convívio social⁴. Fica evidente que tanto na natureza do trabalho do professor como no contexto em que exerce suas funções esses estressores, se persistentes, podem levar à síndrome de Burnout.

A síndrome de Burnout é o conjunto de sinais e sintomas relacionados às situações de estresse laboral crônico, composta de três pilares de sustentação: a exaustão emocional, a despersonalização e a falta de realização pessoal⁵. É um processo individual, de evolução duradoura, podendo perdurar por anos e/ou décadas, com surgimento paulatino, cumulativo e progressivo em severidade. Muitas vezes, não é percebido pelo indivíduo, que, na maioria das vezes, recusa-se a acreditar que está sendo acometido pela síndrome.

Burnout entre profissionais que trabalham em saúde e ciências sociais tem sido um dos principais focos dos esforços dos pesquisadores, e estudos têm claramente mostrado que a profissão docente é uma das mais afetadas pelo Burnout. Mais pesquisas são necessárias para investigar as dimensões do Burnout e as várias características pessoais associadas à síndrome entre os profissionais da educação⁶.

Nos últimos tempos, o desafio do professor não se limita apenas a ministrar conferências em sala de aula. O corpo docente é envolvido com outras responsabilidades acadêmicas, como atividades de investigação, organização de

workshops e seminários, bem como gestão de estágios e outros programas de desenvolvimento⁷.

Tendo como base as concepções sobre síndrome de Burnout, e considerando a realidade da categoria dos docentes no Brasil, este trabalho propôs-se a identificar a prevalência e os fatores associados da síndrome de Burnout, em docentes de universidades públicas e privadas, além de analisar as dimensões da síndrome de Burnout em professores universitários, relacionando-as com variáveis socio-demográficas, psicossociais, laborais e de saúde.

MÉTODOS

Tratou-se de uma pesquisa descritiva e quantitativa, do tipo seccional, realizada em quatro universidades do município de Caicó, Rio Grande do Norte, sendo duas públicas e duas particulares. Fizeram parte do estudo docentes efetivos e contratados que exerciam suas funções regularmente nas instituições de ensino. Foram excluídos da pesquisa educadores em capacitação docente, em licença-prêmio e licença-maternidade.

Para o levantamento dos dados, foi utilizado um instrumento autoaplicado construído pelos pesquisadores, dividido em quatro blocos:

- dados demográficos: sexo, idade, estado civil e número de filhos;
- variáveis profissionais: titulação, tempo de experiência profissional, tempo de experiência na universidade, número aproximado de alunos que atende diariamente, trabalho exclusivo na instituição, docência como ocupação principal e residência no município em que trabalha;
- variáveis psicossociais: necessidade de atualização profissional, execução de atividades burocráticas, multiplicidade de papéis a desempenhar, elevado número de disciplinas, disponibilização de acompanhamento médico especializado, salas de aula espaçosas e adequadas, recursos audiovisuais suficientes, incentivo à capacitação, inclusão e acessibilidade;
- dados relativos à saúde geral: antecedentes familiares, presença de alguma doença de base, qual/quais essas doenças (doenças cardiovasculares e/ou diabetes).

Utilizou-se ainda outro instrumento autoaplicável baseado no Maslach Burnout Inventory Educators Survey (MBI-ES), criado por Christina Maslach para avaliar a síndrome de Burnout voltada ao ensino. Trata-se de um questionário de 22 perguntas,

com 5 opções de resposta (escala Likert de 1 a 5), que engloba os 3 aspectos fundamentais da síndrome de Burnout: cansaço emocional, despersonalização e realização pessoal⁸.

O tamanho da amostra foi calculado a partir da prevalência estimada da doença. O indicador de proporção (50%) de indivíduos que tiveram Burnout foi adotado para o cálculo da amostra. Considerando uma população de 150 docentes, a margem de erro de 15% e uma taxa de não resposta de 20%, chegou-se a uma amostra de 79 indivíduos. A amostragem foi por conveniência.

O banco de dados da pesquisa foi construído na plataforma do *software* STATA 10.0 (Stata-Corp College Station, Texas, USA), com posterior verificação de consistência da digitação. Após a estruturação final do banco de dados, realizou-se análise descritiva de todos os dados relativos às variáveis sociodemográficas, ocupacionais, psicossociais e de saúde geral (análise univariada).

As médias das dimensões do Burnout em relação às variáveis sociodemográficas, ocupacionais, psicossociais e de saúde geral foi verificada pelo teste estatístico teste *t* de Student. Para todos os testes, o nível de significância de 5% foi adotado. A associação entre a presença de síndrome de Burnout e as variáveis sociodemográficas, ocupacionais, psicossociais e de saúde geral foi verificada pelo teste estatístico do χ^2 (análise bivariada). Adotou-se a variável presença de Burnout para os escores iguais ou maiores que 56 (mediana) como desfecho principal de base para essas análises.

A análise multivariada foi feita usando um modelo de regressão logística, por meio da análise hierárquica para estimar as razões de prevalência para ocorrência de síndrome de Burnout ajustadas por doença de base, número aproximado de alunos atendidos, trabalho exclusivo na instituição e elevado número de disciplinas. O modelo foi iniciado pelas variáveis mais significativas, seguidas das variáveis adicionadas individualmente, considerando o *p* valor crítico para entrada no modelo de 0,07. A permanência da variável no modelo foi baseada no teste de verossimilhança, multilinearidade, bem como pelo teste de Hosmer e Lemeshow. Para todos os testes, o nível de significância de 5% foi adotado.

O projeto foi enviado para apreciação ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN), recebendo parecer favorável (processo nº 725.711). Os entrevistados assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, possibilitando a decisão formal em participar deste estudo. Os direitos éticos dos participantes foram resguardados conforme previsto na Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde⁹.

RESULTADOS

Participaram 100 professores universitários de 4 instituições públicas e privadas do município de Caicó, Rio Grande do Norte, sendo 50,5% do sexo feminino. A faixa etária dos docentes variou de 23 a 59 anos, com predominância do sexo feminino na faixa etária até os 37 anos e sexo masculino acima dos 38 anos. A maior parte da amostra era composta por mestres (39,2%). Tinham uma média de 12 anos de experiência profissional, sendo 6 anos na universidade. Os docentes trabalhavam exclusivamente em tempo integral (59,8%) e a docência era a ocupação principal (80,4%); atendiam, em média, a 37 alunos diariamente e residiam no município em que trabalhavam (56,7%).

Em relação às variáveis psicossociais, 92,8% relataram a necessidade de atualização profissional, 63,9% exerciam múltiplas funções de papéis e 22,7% admitiram elevado número de disciplinas a ministrar. A maioria (70,1%) ainda declarou que a instituição possui inclusão, porém sem acessibilidade (61,9%). Os professores destacaram que as salas de aula são espaçosas e adequadas (70,1%); os recursos audiovisuais são suficientes (69,1%), com incentivos à capacitação (66,0%). Contudo, 73,2% alegaram que a instituição não disponibiliza acompanhamento médico especializado. A maioria dos professores não apresentava doenças de base (75,3%). Em relação aos antecedentes familiares, 50,5% tinham hipertensão arterial, 34,0%, doenças cardiovasculares e 30,9%, diabetes.

Em relação aos escores das dimensões de Burnout, identificou-se que 61,6% dos docentes se encontravam na fase inicial do Burnout, 35,3%, no início da instalação da doença, 2,1%, em possível desenvolvimento da síndrome e apenas 1,0% não apresentavam indício algum de Burnout. Em média, os docentes tiveram os seguintes escores: 17,00 (exaustão emocional), 5,00 (despersonalização) e 32,00 (realização pessoal) (Tabela 1).

Ao se comparar as médias das dimensões de Burnout entre os grupos, evidenciou-se média significativamente maior de despersonalização nos docentes que relataram que a docência não era a atividade laboral principal ($p=0,033$), bem como naqueles que disseram necessitar de atualização ($p=0,016$) e que tinham um elevado número de disciplinas ($p=0,040$). Aqueles que tinham doença de base ($p=0,049$) e eram hipertensos ($p=0,024$) tiveram valores significativamente maiores de exaustão emocional (Tabela 2).

Adotou-se a variável presença de Burnout para os escores iguais ou maiores que 56 (mediana) como desfecho principal de base para as análises bi e multivariada. O número estimado

de alunos por sala e a exclusividade da atividade docente se mostraram variáveis associadas significativamente com a variável principal ($p=0,042$ e $p=0,067$, respectivamente). O número de disciplinas ministradas se mostrou fracamente associada à síndrome ($p=0,065$). A existência de qualquer doença de base (presença de diabetes *mellitus* ou doenças cardiovasculares) nos professores também foi uma condição associada significativamente com a síndrome ($p=0,039$) (Tabela 3).

Ao elencar as variáveis de natureza sociodemográfica, ocupacional, psicossocial e de saúde geral supracitadas para compor um modelo de análise multivariada, doença de base ($p=0,019$) e elevado número de disciplinas (0,042) mantiveram associações significativas em relação à variável principal, sendo que os professores com alguma doença e elevado número de disciplinas apresentaram maior ocorrência de Síndrome de Burnout, independentemente das demais variáveis (Tabela 4).

DISCUSSÃO

O estresse está presente na vida da maioria das pessoas devido à rotina diária de trabalho e aos compromissos, podendo se manifestar de várias formas, como por problemas cardiovasculares, distúrbios psiquiátricos e alterações comportamentais¹⁰. Burnout em professores é um fenômeno complexo, multidimensional, resultante da interação entre os aspectos individuais e o ambiente de trabalho¹¹. Os professores universitários que participaram do presente estudo apresentaram altos níveis de Burnout (escores entre 41 e 60), o que indica a fase inicial da síndrome.

A análise dos resultados indica a presença da terceira dimensão de Burnout, bem como a possibilidade de o processo ser identificado em curso na população estudada. Além disso, tais percentuais nas dimensões indicam que os profissionais podem estar, de fato, em sofrimento para realizar seu trabalho diário de cuidar do outro, visto que precisam sustentar o

trabalho com os corpos e as mentes exaustos. O conhecimento sobre essa realidade é de importância significativa para que as instituições possam reconhecer e abordar os determinantes da síndrome de Burnout antes que ela se desenvolva¹².

Resultados semelhantes foram encontrados por Gonçalves et al.¹³, que analisaram a prevalência de síndrome de Burnout nos professores médicos do 1º ao 4º ano do curso de Medicina da Universidade do Estado do Pará (UEPA), durante o ano de 2011. Segundo esses autores, essa prevalência varia muito entre os estudos que dependem da população avaliada e dos valores conceituais utilizados como referência. Em investigação realizada com professores de João Pessoa, Paraíba, foram identificados resultados expressivos: 43,4% dos docentes apresentaram baixos níveis de realização profissional, valores condizentes com as médias obtidas no estudo presente¹⁴.

A maior parte da amostra detinha o título de mestre. Segundo Wang et al.¹¹, não existe uma justificativa clara para deduzir que a síndrome pode estar relacionada à titulação. Essa evidência, no entanto, é compreendida quando a divisão se faz na forma dos três níveis de escolarização: ensino fundamental, médio e superior. Uma das explicações para que a síndrome de Burnout possa emergir nos primeiros anos de prática profissional em uma instituição concerne na incapacidade dos sujeitos em combater as dificuldades¹⁵. Jovens profissionais geralmente precisam aprender a lidar com as demandas do trabalho, desenvolver habilidades e maturidade relacional¹⁶.

Nenhuma variável sociodemográfica mencionada apresentou associação com o desfecho. A diferença de gênero pode estar relacionada a três questões: a responsabilidade familiar, o tipo de ocupação e o papel do sexo na socialização e um envolvimento maior das mulheres com cuidados, alimentação e preocupação com o bem-estar de outras pessoas¹⁵.

Verificou-se maior ocorrência de Burnout nos docentes que tinham maior número de disciplinas. A elevação no número de alunos corresponde ao aumento de demandas, tornando o

Tabela 1. Análise descritiva das dimensões da síndrome de Burnout. Caicó, Rio Grande do Norte, 2019 (n=100).

Variável	Média±DP	Mediana	Q25-Q75	Mínimo-máximo
Exaustão emocional	17,92±7,31	17,00	12,00-23,00	9,00-37,00
Despersonalização	6,82±2,78	5,00	5,00-7,75	5,00-20,00
Realização pessoal	31,46±5,19	32,00	28,00-35,75	19,00-40,00
Score final	56,23±8,88	56,50	50,25-63,00	38,00-72,00

DP: desvio padrão.

Tabela 2. Médias e desvio-padrão das dimensões do Burnout em relação as variáveis sociodemográficas, ocupacionais, psicossociais e de saúde geral. Caicó, Rio Grande do Norte, 2019 (n=100).

Variáveis	Média ± DP		
	Exaustão emocional	Despersonalização	Realização pessoal
Idade			
Até 37 anos	18,97±6,92	7,32±3,18	30,85±4,50
38 anos ou mais	17,12±7,74	6,41±2,31	32,06±5,48
Sexo			
Feminino	17,55±7,10	7,08±3,11	31,12±5,54
Masculino	18,58±7,65	6,66±2,57	31,79±4,45
Número de filhos			
Até 1 filho	18,24±7,20	6,80±2,53	31,23±4,87
2 ou mais filhos	17,68±7,78	7,03±3,34	31,90±5,36
Tempo de Profissão			
Até 10 anos	18,54±6,84	7,26±3,26	30,82±4,78
11 anos ou mais	17,55±7,91	6,46±2,18	32,1±5,22
Tempo de IES			
Até 5 anos	16,88±6,10	6,76±2,71	31,5±5,22
6 ou mais anos	19,31±8,38	7,00±2,93	31,40±4,85
Número de alunos			
Até 30 alunos	17,81±7,65	6,93±2,83	31,15±4,91
31 ou mais alunos	18,43±6,98	6,79±2,81	31,89±5,21
Exclusivo na IES			
Sim	18,50±7,93	6,62±2,53	30,87±4,74
Não	17,41±6,47	7,25±3,17	32,20±5,36
Ocupação principal			
Sim	17,91±7,23	6,57±2,40	31,62±4,89
Não	18,68±8,06	8,10*±3,92(0,033)	30,73±5,60
Reside onde trabalha			
Sim	17,27±6,53	6,85±2,39	31,20±4,88
Não	19,09±8,29	6,90±3,30	31,78±5,23
Atualização			
Sim	18,33±7,43	6,96±2,88*(0,016)	31,53±4,89
Não	14,57±5,59	5,71±0,95	30,42±6,90

Continua...

Tabela 2. Continuação.

Variáveis	Média ± DP		
	Exaustão emocional	Despersonalização	Realização pessoal
Atividade burocrática			
Sim	18,03±6,69	6,94±2,58	31,69±4,89
Não	18,10±8,39	6,76±3,16	31,07±5,25
Multiplicidade papéis			
Sim	18,30±7,13	6,85±2,22	31,38±4,97
Não	17,62±7,84	6,91±3,66	31,57±5,16
Muitas disciplinas			
Sim	19,45±7,41	7,95±3,40*(0,040)	30,59±5,63
Não	17,65±7,34	6,56±2,55	31,70±4,84
Acompanhamento			
Sim	17,96±8,22	6,96±3,79	30,03±5,90
Não	18,09±7,08	6,84±2,38	31,97±4,59
Salas adequadas			
Sim	18,32±7,49	6,89±3,00	31,48±5,36
Não	17,44±7,13	6,82±2,34	31,37±4,18
Recursos AV			
Sim	17,85±7,43	6,83±2,96	31,62±5,12
Não	18,53±7,31	6,96±2,48	31,06±4,84
Incentivo capacitar			
Sim	17,89±7,23	6,68±2,66	31,57±4,75
Não	18,39±7,70	7,24±3,08	31,21±5,57
Inclusão			
Sim	18,16±7,83	7,11±3,10	31,30±5,04
Não	17,82±6,23	6,31±1,87	31,79±5,03
Acessibilidade			
Sim	18,08±7,36	6,54±2,12	31,83±4,88
Não	18,05±7,42	7,08±3,15	31,21±5,13
Doença de base			
Sim	20,62±7,98*(0,049)	6,87±2,67	32,12±5,05
Não	17,21±7,00	6,87±2,87	31,23±5,02
Hipertensão			
Sim	22,14±7,76*(0,024)	6,71±2,86	31,14±4,75
Não	17,37±7,11	6,90±2,81	31,50±5,09

IES: instituição de ensino superior; AV: audiovisuais; DP: desvio padrão; *p<0,05.

Tabela 3. Frequências, teste do χ^2 , p valor, razão de prevalência e intervalos de confiança do desfecho associado a variáveis socio-demográficas, ocupacionais, psicossociais e de saúde geral. Caicó, Rio Grande do Norte, 2019 (n=100).

Variável	Presença de síndrome de Burnout (escore 56 e mais)					
	n	%	χ^2	p	RP _{naj}	IC95%
Gênero						
Masculino	24	50,0	0,252	0,616	0,857	0,558–1,317
Feminino	21	42,9				
Idade						
Até 37 anos	25	51,0	0,518	0,472	1,224	0,794–1,888
38 anos e mais	20	41,7				
Número de filhos						
Até 1 filho	27	41,5	1,866	0,172	0,738	0,485–1,124
2 filhos e mais	18	56,2				
Tempo de experiência profissional						
Até 10 anos	26	52,0	1,305	0,253	1,286	0,831–1,992
11 anos e mais	19	40,4				
Tempo de experiência universidade						
Até 5 anos	23	46,0	0,000	1,000	0,983	0,641–1,507
6 anos e mais	22	46,8				
Número de alunos						
Até 30 alunos	22	37,9	4,152	0,042	0,643	0,422–0,979
31 alunos e mais	23	59,0				
Exclusivo (a) na IES						
Sim	22	37,9	3,349	0,067	0,643	0,422–0,979
Não	23	59,0				
Ocupação principal						
Sim	35	44,9	0,124	0,725	0,853	0,521–1,395
Não	10	52,6				
Reside onde trabalha						
Sim	23	41,8	0,686	0,408	0,798	0,522–1,221
Não	22	52,4				
Atualização profissional						
Sim	43	47,8	0,346	0,556	1,672	0,508–5,503
Não	2	28,6				
Atividades burocráticas						
Sim	29	49,2	0,222	0,638	1,1671	0,741–1,839
Não	16	42,1				
Multiplicidade de papéis						
Sim	29	46,8	0,000	1,000	1,023	0,654–1,602
Não	16	45,7				
Elevado número disciplinas						
Sim	14	63,6	3,416	0,065	1,540	1,016–2,332
Não	31	41,3				

Continua...

Tabela 3. Continuação.

Variável	Presença de síndrome de Burnout (escore 56 e mais)					
	n	%	χ^2	p	RP _{naj}	IC95%
Acompanhamento médico						
Sim	10	38,5	0,515	0,473	0,780	0,454–1,339
Não	35	49,3				
Salas de aula adequadas						
Sim	33	48,5	0,180	0,671	1,173	0,713–1,929
Não	12	41,4				
Recursos AV suficientes						
Sim	32	47,8	0,034	0,854	1,102	0,682–1,781
Não	13	43,3				
Incentivo à capacitação						
Sim	31	48,4	0,121	0,728	1,142	0,713–1,829
Não	14	42,4				
Inclusão						
Sim	35	51,5	1,725	0,189	1,493	0,859–2,593
Não	10	34,5				
Acessibilidade						
Sim	18	48,6	0,020	0,888	1,081	0,701–1,668
Não	27	45,0				
Diabetes (familiar)						
Sim	14	46,7	0,000	1,000	1,009	0,636–1,600
Não	31	46,3				
Hipertensão (familiar)						
Sim	25	51,0	0,518	0,472	1,224	0,794–1,888
Não	20	41,7				
Doenças cardiovasculares (familiar)						
Sim	16	48,5	0,007	0,935	1,070	0,687–1,666
Não	29	45,3				
Doença (base)						
Sim	16	66,7	4,244	0,039	1,678	1,125–2,503
Não	29	39,7				
Diabetes (base)						
Sim	2	50,0	0,000	1,000	1,081	0,396–2,952
Não	43	46,2				
Hipertensão (base)						
Sim	9	64,3	2,107	0,147	1,482	0,934–2,351
Não	36	43,4				
Doenças cardiovasculares (base)						
Sim	5	62,5	0,341	0,559	1,391	0,776–2,494
Não	40	44,9				

IES: instituição de ensino superior; AV: audiovisuais; RP: razão de prevalência; naj: não ajustado; IC95%: intervalo de confiança de 95%.

trabalhador mais vulnerável ao Burnout. Ao longo do exercício profissional, se o docente tem elevada carga horária diária, com muitas disciplinas a ministrar, elevado número de alunos, se a cobrança pela qualidade do ensino é maior (por se tratar de uma instituição de nível superior) e se as relações interpessoais entre aluno/docente se intensificam, o desgaste profissional é aumentado, o que pode desencadear a síndrome¹⁵.

A maioria dos professores exerce dupla jornada de trabalho, tem número elevado de horas trabalhadas e vínculo com mais de uma instituição, caracterizando-se como sobrecarga de trabalho³. Ao longo do exercício profissional, uma elevada carga horária diária aumenta o desgaste profissional, possibilitando o desenvolvimento da síndrome. A sobrecarga de trabalho pode ocorrer por falta de competências ou tendência para determinadas tarefas, apesar de a carga exigida não ser anormal nos dias atuais⁵.

A despersonalização é o resultado do desenvolvimento de sentimentos e atitudes negativas, por vezes indiferentes e cínicas em torno daquelas pessoas que estão em contato direto com o profissional em seu ambiente de trabalho. É um fator de proteção, mas pode representar um risco de desumanização, constituindo a dimensão interpessoal de Burnout. Os docentes que relataram que essa não era sua ocupação principal, que relataram necessidade de atualização profissional, bem como os que referiram elevado número de disciplinas tiveram médias significativamente maiores de exaustão emocional.

A existência de qualquer doença de base nos professores foi também condição associada significativamente com a síndrome de Burnout. Santos¹⁷, ao avaliar os determinantes do processo saúde/doença em professores do ensino básico da cidade de São Paulo, observou que o tempo prolongado no exercício do magistério, o número excessivo de alunos em classe, as jornadas extenuantes, o acúmulo de responsabilidades transferidas à escola, o desgaste na capacidade de trabalho e a desvalorização do magistério — características relacionadas às dimensões do Burnout — são fatores que, de maneira cumulativa,

desencadeiam adoecimento no professor, principalmente no que diz respeito à elevação da pressão arterial.

A exaustão emocional é caracterizada por um forte sentimento de tensão emocional, que produz uma sensação de esgotamento, de falta de energia e de recursos emocionais próprios para lidar com rotinas da prática profissional, representando a dimensão individual da síndrome, é a primeira a surgir. No presente estudo, as médias dos escores dessa dimensão foram significativamente maiores nos indivíduos com presença de doença de base e hipertensão.

A identificação do perfil e dos sinais precoces de desenvolvimento do Burnout é de fundamental importância para intervenções preventivas¹¹. O adoecer e morrer por causa do trabalho gera situações evitáveis, e não se pode aceitar passivamente que o trabalho seja causador de doenças ao trabalhador, produzindo interferências na quantidade e na qualidade de vida¹⁸.

A equipe acadêmica deve saber sobre estressores e seu impacto no desempenho. Isso permitirá a tomada de medidas apropriadas para minimizar esses aspectos e também reorganizar suas ações¹⁹. Nesse contexto, a multiplicidade de tarefas dos professores universitários se resume a: ensino, administração e pesquisa. O valor atribuído a cada um deles é muito diferente e, às vezes, uma fonte de conflito, tendo em vista que as tarefas relacionadas ao ensino não recebem reconhecimento o suficiente²⁰.

Nesse sentido, novas pesquisas devem ser desenvolvidas no Brasil para continuar explorando a influência de variáveis que envolvam processos entre indivíduos e o ambiente, com a finalidade de estabelecer a sua participação no desenvolvimento de fenômenos que atingem a saúde do trabalhador.

CONCLUSÃO

Este estudo demonstrou que a prevalência da síndrome de Burnout nos professores universitários no município de Caicó, Rio Grande do Norte, é relativamente alta. O número

Tabela 4. Modelo de regressão logística entre ocorrência de Burnout e variáveis ocupacionais e de saúde geral. Caicó, Rio Grande do Norte, 2019 (n=100).

Variáveis	Referência	Exposição	RP _{naj}	IC95%	RP _{ajustado}	IC95%
Doença	Sim	Não	1,678	1,125–2,503	3,561	1,235–10,273
Número aproximado de alunos	30 alunos e mais	Até 30 alunos	0,643	0,422–0,979	0,602	0,242–1,498
Elevado número de disciplinas	Sim	Não	1,540	1,016–2,332	2,998	1,042–8,622
Exclusivo no IES	Não	Sim	0,643	0,422–0,979	0,481	0,196–1,181

RP: razão de prevalência; naj: não ajustado; IC95%: intervalo de confiança de 95%.

elevado de disciplinas ministradas e a existência de qualquer doença de base nos professores foram as condições associadas significativamente com a síndrome de Burnout.

As médias de despersonalização foram destaques nas variáveis: ocupação principal, atualização profissional e número elevado de disciplinas. As médias de exaustão foram maiores diante da presença de doença de base e hipertensão. A detecção precoce de níveis sintomáticos de Burnout pode ser um bom

indicador de possíveis dificuldades, possibilitando intervenções preventivas e elaboração de medidas de enfrentamento.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos a todas as instituições de ensino superior envolvidas neste estudo.

REFERÊNCIAS

1. Brasil. Ministério da Fazenda. 1º Boletim Quadrimestral sobre benefícios por Incapacidade. Adoecimento Mental e Trabalho: A concessão de benefícios por incapacidade relacionados a transtornos mentais e comportamentais entre 2012 e 2016 [Internet]. Brasília: Ministério da Fazenda; 2017 [acessado em 17 dez. 2018]. Disponível em: <http://sa.previdencia.gov.br/site/2017/04/1%C2%BA-boletim-quadrimestral.pdf>
2. Borsoi ICF. Trabalho e produtividade: saúde e modo de vida de docentes de instituições públicas de Ensino Superior. *Cad Psicol Social Trabalho*. 2012;15(1):81-100. <http://doi.org/10.11606/issn.1981-0490.v15i1p81-100>
3. Carlotto MS. Síndrome de Burnout em Professores: Prevalência e Fatores Associados. *Psic Teor Pesq*. 2011;27(4):403-10. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722011000400003>
4. Tabeleão VP, Tomasi E, Neves SF. Qualidade de vida e esgotamento profissional entre docentes da rede pública de Ensino Médio e Fundamental no Sul do Brasil. *Cad Saúde Pública*. 2011;27(12):2401-8. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2011001200011>
5. Maslach C. Understanding Job Burnout. In: Rossi AM, Perrewe PL, Sauter SL. *Stress and quality of working life. Current perspectives in Occupational Health Psychology*. Greenwich, Connecticut: Age Publishing; 2006. p.37-51.
6. Llorent VJ, Ruiz-Calzado I. Burnout and its relation to sociodemographic variables among education professionals working with people with disabilities in Córdoba (Spain). *Ciênc Saúde Coletiva*. 2016;21(10):3287-95. <http://dx.doi.org/10.1590/1413-812320152110.00732015>
7. Rajak R, Chandra B. Exploring Predictors of Burnout and Work Engagement among Teachers - A Review on Higher Educational Institutions of India. *JIAAP*. 2017;43(1):145-56.
8. Maslach C, Jackson SE, Leiter MP. *Maslach burnout inventory manual*. 3ª ed. Palo Alto, Califórnia: Consulting Psychologists Press; 1996.
9. Brasil. Ministério da Saúde. Resolução nº 466/12, sobre pesquisa envolvendo seres humanos. Conselho Nacional de Saúde. Brasília; 2012.
10. Lima CRC, Sepúlveda JLM, Lopes PHTNP, Farjado HSR, de Sousa MM, Ferreira Júnior MC, et al. Prevalence of burnout syndrome among military physicians at a public hospital in Rio de Janeiro, Brazil. *Rev Bras Med Trab*. 2018;16(3):287-96. <http://dx.doi.org/10.5327/Z1679443520180297>
11. Wang Y, Ramos A, Wu H, Liu L, Yang X, Wang J, et al. Relationship between occupational stress and burnout among Chinese teachers: a cross-sectional survey in Liaoning, China. *Int Arch Occup Environ Health*. 2015;88(5):589-97. <http://dx.doi.org/10.1007/s00420-014-0987-9>
12. Sobral RC, Stephan C, Bedin-Zanatta A, De-Lucca SB. Burnout and work organization in Nursing. *Rev Bras Med Trab*. 2018;16(1):44-52. <http://dx.doi.org/10.5327/Z1679443520180127>
13. Gonçalves TB, Leitão AKR, Botelho BS, Marques RHCC, Hosoume VSN, Neder PRB. Prevalence of burnout syndrome in physicians professors of a Brazilian public university. *Rev Bras Med Trab*. 2011;9(2):85-9.
14. Batista JBV, Carlotto MS, Coutinho AS, Augusto LGS. Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais. *Rev Bras Epidemiol*. 2010;13(3):502-12. <http://dx.doi.org/10.1590/S1415-790X2010000300013>
15. Costa LST, Gil-Monte PR, Possobon RF, Ambrosano GMB. Prevalência da síndrome de Burnout em uma amostra de professores universitários brasileiros. *Psicol Reflex Crít*. 2013;26(4):636-42. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-79722013000400003>
16. Gavish B, Friedman IA. Novice teachers' experience of teaching: A dynamic aspect of burnout. *Soc Psychol Educ*. 2010;13(2):141-67. <http://dx.doi.org/10.1007/s11218-009-9108-0>
17. Santos R. O professor e a produção do conhecimento numa sociedade em transformação. *Rev Espaço Acadêmico*. 2004;35:28-36.
18. Andrade PS, Cardoso TAO. Prazer e Dor na Docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout. *Saúde Soc*. 2012;21(1):129-40. <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-12902012000100013>
19. Yusoff R, Khan F. Stress and Burnout in the Higher Education Sector in Pakistan: a Systematic Review of Literature. *Res J Recent Sci*. 2013;2(11):90-8.
20. Rodríguez-García AM, Sola-Martínez T, Fernández-Cruz M. Impacto del Burnout en el desarrollo profesional del profesorado universitario. Una revisión de la investigación. *Rev Elect Interuniversitaria Formación Profesorado*. 2017;20(3):161-78. <http://dx.doi.org/10.6018/reifop.20.3.275121>

Endereço para correspondência: Eudes Euler Souza Lucena - Rua Terezinha Leite, 1.740 - Bairro Penedo - CEP: 59300-000 - Caicó (RN), Brasil - E-mail: eudeseuler@hotmail.com