

Fatores de risco associados à síndrome de burnout em docentes de enfermagem

Risk factors associated with burnout syndrome in nursing teachers

Factores de riesgo asociados al síndrome de burnout en profesores de enfermería

RESUMO

O objetivo desse estudo foi compreender os fatores de risco associados a Síndrome de Burnout (SB) em docentes do curso de enfermagem. O método refere-se a uma pesquisa com abordagem qualitativa, tratando-se de um estudo exploratório descritivo, executado no município de Coroatá-MA com 14 enfermeiros docentes. Os dados foram coletados através do auxílio de um formulário com 16 perguntas relacionadas a saúde mental no âmbito do trabalho, devido ao período pandêmico foi enviado o link do formulário para os participantes. Os resultados foram divididos em categorias, de acordo com os questionamentos do instrumento de pesquisa e analisados à luz da articulação hermenêutica-dialética. Observou-se que a sobrecarga de trabalho afeta a saúde dos profissionais acarretando exaustão física e mental. Nesse contexto, a má remuneração, precarização do trabalho, relacionamentos interpessoais prejudicados dentro do ambiente de trabalho, pouco tempo para lazer e desvalorização do profissional docente, são fatores que propiciam o estresse ocupacional podendo gerar a SB.

DESCRIPTORES: Docentes de Enfermagem; Estresse Ocupacional; Esgotamento Profissional.

ABSTRACT

The objective of this study was to understand the risk factors associated with Burnout Syndrome (BS) in professors of the nursing course. The method refers to a research with a qualitative approach, being a descriptive exploratory study, carried out in the city of Coroatá-MA with 14 teaching nurses. Data were collected using a form with 16 questions related to mental health within the scope of work, due to the pandemic period, the form link was sent to the participants. The results were divided into categories, according to the questions of the research instrument and analyzed in the light of the hermeneutic-dialectical articulation. It was observed that work overload affects the health of professionals, causing physical and mental exhaustion. In this context, poor remuneration, precarious work, impaired interpersonal relationships within the work environment, little time for leisure and devaluation of the teaching professional, are factors that provide occupational stress and can generate BS.

DESCRIPTORS: Faculty Nursing; Occupational Stress; Burnout Professional.

RESUMEN

El objetivo de este estudio fue comprender los factores de riesgo asociados al Síndrome de Burnout (SB) en profesores del curso de enfermería. El método se refiere a una investigación con enfoque cualitativo, siendo un estudio exploratorio descriptivo, realizado en la ciudad de Coroatá-MA con 14 enfermeras docentes. Los datos fueron recolectados a través de un formulario con 16 preguntas relacionadas con la salud mental en el ámbito de trabajo, debido al período de pandemia, el enlace del formulario fue enviado a los participantes. Los resultados fueron divididos en categorías, de acuerdo con las preguntas del instrumento de investigación y analizados a la luz de la articulación hermenéutico-dialéctica. Se observó que la sobrecarga de trabajo afecta la salud de los profesionales, provocando desgaste físico y mental. En ese contexto, la mala remuneración, el trabajo precario, las relaciones interpersonales deterioradas dentro del ambiente de trabajo, el poco tiempo para el ocio y la desvalorización del profesional docente, son factores que brindan estrés ocupacional y pueden generar SB.

DESCRIPTORES: Docentes de Enfermería; Estrés Laboral; Agotamiento Profesional.

RECEBIDO EM: 22/08/2022 APROVADO EM: 26/09/2022

IdnaGlenda da Silva

Graduanda do Curso de Bacharelado em Enfermagem, Discente, Universidade Estadual do Maranhão
ORCID: 0000-0002-9538-9199

Maísa Ravenna Beleza Lino

Enfermeira, Mestre em Saúde e Comunidade, Docente, Universidade Estadual do Maranhão
ORCID: 0000-0003-2134-1608

Gleciane Costa de Sousa

Enfermeira, Mestre em Biodiversidade, Ambiente e Saúde, Docente, Universidade Estadual do Maranhão
ORCID: 0000-0001-9745-7645

Matheus Henrique da Silva Lemos

Enfermeiro, Mestre em Ciências e Saúde, Docente, Universidade Estadual do Maranhão.
ORCID: 0000-0002-3554-0141.

Vanessa de Jesus Guedes Dias

Graduanda do Curso de Bacharelado em Enfermagem, Discente, Universidade Estadual do Maranhão
ORCID: 0000-0002-1032-6624

Yasmim da Silva Souza

Graduanda do Curso de Bacharelado em Enfermagem, Discente, Universidade Estadual do Maranhão
ORCID: 0000-0001-9388-2337

INTRODUÇÃO

As atividades desempenhadas pelos docentes demandam bastante atenção e responsabilidade, ensinar é uma prática social complexa. Portanto, os professores não consideram e realizam apenas ações de ensino, pelo contrário, envolve ocupação, relação de trabalho e como refletir sobre a autonomia e o sentido de responsabilidade dos professores, individual e coletivamente⁽¹⁾.

Há uma precariedade no processo de trabalho, e isso provoca um impacto na saúde dos trabalhadores, observa-se portanto, a importância da criação de novas formas saudáveis e prazerosas de trabalho, principalmente no processo laboral do docente de enfermagem, que apresenta-se como uma das categorias mais acometidas por estresse crônico⁽²⁾.

A Síndrome de Burnout (SB) é conceitualmente considerada como estresse laboral, que caracteriza-se pela exaustão emocional e física do trabalhador. Burnout é definido como “burn” = queimar e “out” = exterior, ou seja, o termo refere-se a queimar a energia física e emocional de um trabalhador, é considerada um risco para os profissionais, principalmente os professores⁽³⁾.

No Brasil, cerca de 30% dos trabalhadores sofrem de estresse crônico e síndromes, sendo este, o segundo motivo para solicitações de licença. Os docentes também podem adquirir essa síndrome, pois

muitos são os fatores que podem causar o adoecimento psicofísico, entre eles: longas jornadas de trabalho, atendimento ao público, baixos salários e pouca valorização⁽⁴⁾.

Devido aos fatores sociais e econômicos, os mesmos ficam suscetíveis a desenvolver alterações emocionais, transtornos de comportamento mental e o desejo de fuga que pode ter um impacto negativo em sua vida pessoal e profissional⁽⁵⁾. Dessa forma, surge o seguinte questionamento: Quais são os fatores de risco que caracterizam a Síndrome de Burnout em profissionais docentes de enfermagem?

O presente estudo teve como objetivo geral: compreender os fatores de risco da Síndrome de Burnout, em docentes do curso de Enfermagem, objetivos específicos: Identificar como estes fatores podem interferir na vida desses profissionais; Relatar a visão dos profissionais quanto a suscetibilidade de desenvolver a síndrome e Conhecer os principais sintomas relatados pelos docentes que podem estar relacionados a síndrome.

MÉTODO

Refere-se a uma pesquisa com abordagem qualitativa, tratando-se de um estudo exploratório descritivo. A análise de dados foi realizada a luz da articulação hermenêutica-dialética. A pesquisa foi realizada no município de Coroatá no Estado do Maranhão, com os docen-

tes atuantes na Universidade Estadual do Maranhão (UEMA) no Centro de Estudos Superiores de Coroatá (CESCOR), e a Faculdade Evangélica do Meio Norte (FAEME).

A população do estudo foi constituída por todos os 17 docentes de enfermagem, atuantes nas respectivas instituições UEMA e FAEME. No entanto, a amostra constituiu-se de 14 docentes que se enquadraram nos critérios de inclusão e aceitaram participar da pesquisa. Os critérios de inclusão da pesquisa foram: Profissionais docentes do curso de Enfermagem Bacharelado, com formação em enfermagem. Foram excluídos os docentes que estavam iniciando o seu contrato no período do estudo.

A coleta de dados compreendeu os meses de janeiro a março de 2022. Os dados foram coletados através do auxílio de um formulário com 16 perguntas relacionadas a saúde mental no âmbito do trabalho e dados sociodemográficos usando a plataforma do Google Forms. Devido ao período pandêmico, a coleta de dados ocorreu através do envio do link com o formulário juntamente com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para os participantes.

A análise desta pesquisa foi delineada a partir da articulação hermenêutica-dialética. Esta, se estabelece nas práxis e na busca pela compreensão da realidade⁽⁶⁾.

Esse método inclui dois níveis de inter-

pretação. O primeiro denominado “Nível das determinações fundamentais”, este relacionado ao contexto sócio-histórico do grupo em questão. O segundo nível de interpretação denominado “Encontro com os fatos empíricos” divide-se em três etapas: “Ordenação dos dados”, relacionado a organização do material empírico, envolvendo transcrição e anotações das observações realizadas durante a pesquisa de campo; “Classificação dos dados”, associada a leitura do material organizado, para serem construídas as categorias empíricas; “Análise final”, compreende a síntese entre o empírico e o teórico, tem a finalidade de encontrar fundamentos às questões e objetivos formulados⁽⁷⁾.

O estudo foi submetido à Plataforma Brasil e apreciado pelo Comitê de Ética em Pesquisa tendo como resposta a aprovação para realização da pesquisa, número do parecer: 5.185.518 e CAAE: 53665021.9.0000.5554. Todos os participantes foram orientados sobre os procedimentos do estudo e convidados a assinar o TCLE.

RESULTADOS

Participaram do estudo 14 docentes das respectivas instituições, 09 participantes da UEMA/CESCOR e 05 participantes da FAEME, tendo faixa etária entre 23 e 35 anos, em maior predominância o gênero feminino, a maioria encontra-se solteira(a), mais da metade dos participantes relatam não ter filhos.

Dentre os profissionais do estudo, grande parte trabalha na docência e na assistência de enfermagem tendo em média 4 anos de serviço, uma predominância em comum nas instituições, é que um expressivo número de profissionais trabalha em outras cidades, bem como em outras instituições. As falas dos participantes foram divididas em categorias, de acordo com os questionamentos do instrumento de pesquisa. As categorias estão dispostas na Figura 1.

Realização profissional

[A realização profissional compreende



Fonte: Elaborado pelo autor (2022).

muitas visões e diferentes perspectivas no meio profissional, pois cada um expôs sua percepção sobre a satisfação profissional, sobre como o ensino remoto afetou sua saúde mental e consequentemente as relações no trabalho, para os entrevistados a desvalorização no trabalho docente ainda é evidente].

Vejo meu trabalho como algo promissor, mesmo diante da desvalorização que ainda nos deparamos. Me sinto satisfeita com as relações interpessoais no meu ambiente de trabalho. (V1)

Não vejo que possa vir algum “reconhecimento” ou “promoção de cargo”, mas me sinto satisfeita em poder promover o restabelecimento da saúde dos meus clientes. (V2)

[O profissional docente compreende

que a pandemia trouxe muitas limitações e com isso teve que se adaptar rapidamente as mudanças e novas metodologias de trabalho e comunicação, para alguns a adaptação a essa mudança foi satisfatória, mas para outros houve uma sobrecarga de trabalho e assim gerando mais estresse].

Por incrível que pareça demandou muito tempo em readequar as aulas e materiais, mas em contrapartida me possibilitou passar um período maior em casa e nesse quesito foi bom. (V3)

Pois esse processo de mudança e adaptação traz consigo muitas das vezes insegurança e aumento das atividades, provocando a sobrecarga e estresse. (V7)

Consequências da sobrecarga de trabalho

[De fato, foi reconhecido pelos profissionais que a sobrecarga de trabalho afeta o padrão de sono e faz com que os profissionais tenham dificuldades em ter momentos de lazer com seus familiares. Foi evidenciado que alguns sentem-se esgotados mentalmente e muitos planejam-se antecipadamente para tentar conseguir um momento com a família].

[Quanto a insônia]:

Quase sempre. (V2)

Sim. Esgotamento principalmente mental. (V3)

[Quanto ao lazer e família]:

Tenho tentado, porém sinto que preciso me organizar melhor quanto a isso. (V6)

Através de planejamentos antecipados. (V7)

Estressores do ambiente de trabalho

[Sabe-se que o estresse no trabalho é algo bastante comum principalmente quando há uma convivência entre pessoas de diferentes pensamentos, hábitos de vida e cultura. Quanto as relações no ambiente de trabalho e as dificuldades durante a pandemia observa-se na fala de um dos participantes como isso afeta no desempenho no processo laboral]:

Devido o período de pandemia, essas relações se tornaram limitadas, precisando assim de mais esforço, dedicação e empatia. (V1)

[Os demais deram respostas como “sim” ou “não”, mas foi observado que a maioria já estiveram em situações desconfortáveis com os colegas de trabalho].

Alívio do estresse ocupacional

[Diante de todos os fatores estressores que os professores estão submetidos no dia a dia no trabalho. Alguns recorrem para uma válvula de escape como forma de aliviar o estresse. Segundo os profissio-

nais entrevistados diante do questionário aplicado, evidencia-se o uso de álcool e drogas (medicamentos) como forma de minimizar o estresse]:

Sim. Medicamentos fitoterápicos. (V1)

Algumas vezes. (V6)

[Os outros entrevistados deram resposta vagas, mas foi observado que maior parte dos participantes da pesquisa faz uso de álcool para aliviar o estresse. A figura 2 expõe no formato de nuvem de palavras os fatores de risco que podem estar associados à Síndrome de Burnout em docentes de enfermagem que foram levantados pelo estudo].

DISCUSSÃO

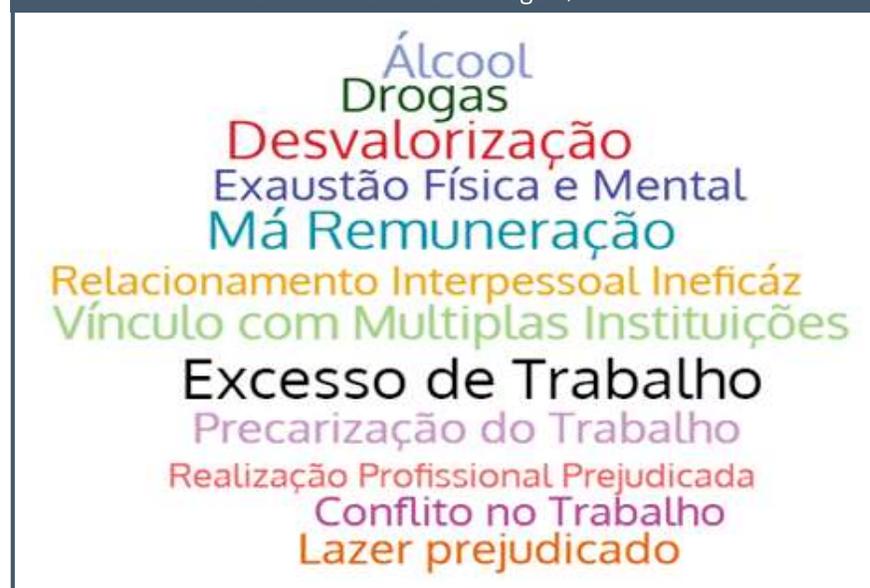
De acordo com os resultados, notamos alguns hábitos de vida citados pelos participantes sobre o uso de substâncias para desestressar e jornada de trabalho extensa, impossibilitando a prática de atividades físicas e lazer. Ressalta-se que a

incorporação a um estilo de vida saudável é condição relevante para preservação do estado de saúde. No entanto, apontou-se que não há comportamentos positivos no controle do estresse e atividade física, sugerindo que estes são uns dos principais fatores que afetam o padrão de saúde dos docentes⁽⁸⁾.

Fatores como exaustão física e mental por falta de apoio e sobrecarga de trabalho colaboram para o desgaste emocional dos docentes. Situações como estas causarão inseguranças no trabalho, para lidar com essas emoções e muitas vezes não saber lidar com os conflitos. No entanto, quando os professores se privam de praticar hábitos saudáveis integrados ao seu estilo de vida podem estar colocando em risco a sua saúde mental. Adotar um estilo de vida saudável é essencial para a promoção da saúde e redução do risco de Burnout⁽⁹⁾.

Diante dessa perspectiva, o ambiente acadêmico é considerado um lugar que gera bastante estresse na carreira do profissional docente devido a fatores psicossociais e organizacionais do trabalho, a desvalorização, a baixa remuneração

Figura 2—Fatores de risco que podem estar associados à Síndrome de Burnout em docentes de enfermagem, 2022.



Fonte: Elaborado pelo autor (2022).

salarial, a constante exposição a agentes de risco, a falta de recursos humanos e materiais e o esgotamento físico devido ao aumento da intensidade e ritmo de trabalho⁽¹⁰⁾.

Tendo em consideração a primeira categoria dos resultados, visto que, os participantes não veem a docência como algo promissor e não se sentem satisfeitos com as relações interpessoais dentro do ambiente de trabalho, isso pode ser visto como um fator suscetível à ocorrência da síndrome. Identificar perfis e sinais precoces de desenvolvimento de Burnout é fundamental para intervenções preventivas⁽¹¹⁾.

A SB atinge profissionais que tem maior interação com pessoas, inicialmente foi bastante investigada nos profissionais que trabalham na área da saúde, porém evidenciou-se um crescimento dos sintomas dessa síndrome em profissionais da área da educação que foi constatado por longos anos de pesquisa⁽¹²⁾.

Os resultados do presente trabalho mostram alguns fatores que colaboram para o início da síndrome de burnout e os mesmos são apresentados nas falas dos participantes. A desvalorização profissional e a sobrecarga de trabalho são citadas pelos participantes e isso foi evidenciado por causa avanços tecnológicos e as mudanças no mercado de trabalho, que corroboram para o aumento da competitividade e exigências por qualificação. Nesse contexto, os profissionais sentem-se sujeitos a aceitarem longas jornadas de trabalho e baixas remunerações contribuindo para o aumento do estresse ocupacional⁽¹³⁾.

A maioria dos docentes exercem dupla jornada de trabalho, a partir dos resultados podemos observar que há relatos de insônia, consumo de álcool e medicamentos para alívio do estresse causado pelo trabalho, isso dada as conexões com outras instituições e a relação interpessoal entre professores e alunos que são desgastantes, esses são escores altos que desencadeiam estressores que levam ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout⁽¹⁴⁾.

Outro fator encontrado nos resultados é o pouco tempo de lazer com os familiares que são fragilizados e é constatado nos relatos dos docentes. O tempo dedicado ao trabalho excede-se e na maioria das ve-

CONCLUSÃO

Diante dos resultados pode-se considerar que os professores universitários da cidade de Coroatá são um grupo vulnerável para adquirir um quadro de Síndrome de Burnout (SB). Deve-se destacar que professores jovens, solteiros, do gênero feminino e sem filhos representam um grupo com maior probabilidade de desenvolver SB.

Diante da questão que norteou o estudo, evidencia-se que o excesso de trabalho, exaustão física e mental, má remuneração, precarização do trabalho, relacionamento interpessoais no trabalho prejudicados, pouco tempo para lazer, desvalorização do profissional docente, a não realização profissional, vínculos com múltiplas instituições são fatores geradores de estresse ocupacional nesses profissionais. Neste contexto, foi visto alguns sintomas como insônia e esgotamento mental relatado pelos participantes, assim, tornando esses profissionais vulneráveis ao desenvolvimento da SB.

No entanto, não devemos generalizar os resultados obtidos, portanto, não necessariamente se aplicam a outras localidades ou classes profissionais. Ademais, por ser algo novo é um assunto pouco abordado e poucas pesquisas são realizadas, espera-se que este estudo possa fornecer subsídio para o desenvolvimento de estratégias como apoio psicológico, práticas de atividades físicas e alimentação saudável, relações interpessoais fora do ambiente de trabalho que possam ajudar a proteger e prevenir a Síndrome de Burnout em docentes universitários nesse período pós-pandêmico.

Dentre as limitações da pesquisa, pode ser citado o fato de os participantes terem mostrado uma certa dificuldade em abordar e discorrerem nas respostas, alguns optaram por respostas vagas como “sim” ou “não” sobre a temática, dificultando na análise e nos resultados da pesquisa, nesse sentido, poderiam ter sido abordados outros fatores que podem estar associados à síndrome nessa classe.

No Brasil, cerca de 30% dos trabalhadores sofrem de estresse crônico e síndromes, sendo este, o segundo motivo para solicitações de licença. Os docentes também podem adquirir essa síndrome, pois muitos são os fatores que podem causar o adoecimento psicofísico, entre eles: longas jornadas de trabalho, atendimento ao público, baixos salários e pouca valorização

zes o profissional leva trabalho para casa, aumentando o estresse e tornando-se fonte de desgaste físico, mental e insatisfação ocupacional. Esses elementos estressantes fazem com que a profissão docente tenha forte incidência de fatores que levam ao Burnout⁽⁸⁾.

REFERÊNCIAS

1. Oliveira CAFB, Almeida CM, Souza NVO, Pires AS, Madriaga LCV. Prazer e Sofrimento no Trabalho: Perspectivas de Docentes de Enfermagem. *Revista Baiana de Enfermagem*. 2017;31(3):e20297.
2. Castro MRD, Sousa KHJF, Nascimento FPB, Tracera GMP, Santos KMD, Zeitoun RCG. Desafios para a humanização no trabalho do docente de enfermagem. *Revista Gaúcha de Enfermagem*. 2020;41:e20190390.
3. Oliveira RF, Lima GG, Vilela GS. Incidência da Síndrome de Burnout nos profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa. *Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro*. 2017;7:e1383.
4. Dias BVB, Silva PSS. D. Síndrome de Burnout em docentes: revisão integrativa sobre as causas. *Revista CuidArte, Enferm*. 2020;14(1):95-100.
5. Carvalho LOTD, Melo RL. Síndrome de Burnout: Fatores de Risco aos Docentes De Enfermagem em uma Instituição de Ensino Superior. *Revista Interfaces do Conhecimento*. 2020;2(2):31-41.
6. Minayo MCS. Pesquisa social: teoria, método e criatividade. 28ª ed. Rio de Janeiro: Vozes; 2009.
7. Oliveira MM. Metodologia Interativa: um processo hermenêutico dialético. *Revista Interfaces Brasil/Canadá*. 2001;1(1):67-80.
8. Bicalho CCF, Carvalho MV, Andrade NCL, Guimarães JB. O estilo de vida influencia nos índices de burnout em professores. *Revista Brazilian Journal of Development*. 2019;5(10):19160-19169.
9. Asencios MV. Síndrome de Burnout y estilos de vida en docentes de la facultad de salud de una universidad privada. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*. 2021;14(1):19-26.
10. Soares MB, Mafra SCT, Farias ERD. Fatores associados à percepção de estresse em docentes universitários em uma instituição pública federal. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*. 2019;17(1):90-98.
11. Leite TIA, Fernandes JPC, Araújo FLC, Pereira XBF, Azevedo DMD, Lucena EES. Prevalência e fatores associados da síndrome de Burnout em docentes universitários. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*. 2019;17(2):170-179.
12. Silva LP, Santos JSPD, Silva LLD, Cezar IS, Abreu JSDD, Cerqueira VPD, Reis IS, Santos JR, et al. Prevalência da síndrome de burnout e fatores associados aos professores universitários atuantes na cidade de Salvador, estado da Bahia. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*. 2021;19(2):151-156.
13. Quintero JIP, Vergara PNM, Hernández RMP, Osorio FYB, Orozco EAR. Prevalencia del Síndrome de Burnout en docentes: Factores asociados al estatuto de vinculación laboral en Colombia. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional*. 2018;37(2):119-133.
14. Jesus CS, Santos RMC, Dias AK, Couto BF, Pereira RA, Markus GWS. Síndrome de Burnout: Incidência em docentes Universitários no interior do Estado do Tocantins. *Revista Amazônia: Science & Health*. 2021;9(3):68-80.