



Burnout, estresse, depressão e suporte laboral em professores universitários

Makilim Nunes Baptista^{1,a}, Thiago Francisco Pereira Soares^a, Alexandre José Raad^b, Luísa Milani Santos^c

Universidade São Francisco, Campinas, São Paulo, Brasil^a, Universidade Tiradentes Aracajú, Sergipe, Brasil^b, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, São Paulo, Brasil^c

Palavras-chave:

burnout;
psicopatologia;
docência.

Resumo

A síndrome de *burnout* é um conjunto de sintomas relacionados ao esgotamento, e afeta professores universitários. O objetivo do estudo foi investigar variáveis que se associam ao *burnout* em professores universitários, possíveis preditores e diferenças de média nos níveis de *burnout* entre docentes de universidades públicas e privadas. A amostra foi constituída por 99 professores universitários de instituições públicas e privadas do Estado de São Paulo. Os instrumentos aplicados avaliavam a SB, os eventos estressores no trabalho, a depressão e o suporte laboral. Foram realizadas correlações, regressões e o teste *t* para comparação de média. Idade, eventos estressantes, suporte laboral e depressão foram as variáveis que apresentaram correlações com a SB e suas categorias. De forma geral, os eventos estressores e a sintomatologia depressiva foram os preditores significativos da SB na amostra e professores de universidade pública demonstram maior nível de desgaste psicológico em comparação aos de universidades privadas.

Burnout, stress, depression, and job support in university professors

Keywords:

burnout;
psychopathology;
teaching.

Abstract

Burnout Syndrome (BS) is a set of symptoms related to emotional exhaustion, lack of personal fulfillment at work, and depersonalization. University professors are among the most vulnerable groups for BS. The objective of the study was to investigate variables associated with burnout in university professors, possible predictors and differences in mean burnout levels among teachers from public and private universities. The sample consisted of 99 university professors from public and private institutions in the state of São Paulo. The instruments applied evaluated BS, stressful events at work, depression, and work support. Correlations, regressions, and *t*-tests were performed to compare means. Age, stressful events, work support, and depression were the variables that presented correlations with BS and its categories. In general, stressors and depression symptoms were the significant predictors of BS in the sample, and public university professors demonstrated a higher level of psychological exhaustion compared to those from private universities.

Burnout, estrés, depresión y soporte laboral en profesores universitarios

Título abreviado: Burnout en profesores universitarios

Palabras claves:

burnout;
psicopatología;
docencia.

Resumen

El síndrome de burnout es un conjunto de síntomas relacionados con el agotamiento, y afecta a los profesores universitarios. El objetivo de este estudio fue investigar variables que se asocian al burnout en profesores universitarios, posibles predictores y diferencias de promedio en los docentes de universidades públicas y privadas. La muestra fue constituída por 99 profesores de instituciones del Estado de São Paulo. Los instrumentos aplicados evaluaban la SB, los eventos estresores en el trabajo, la depresión y el soporte laboral. Se realizaron correlaciones, regresiones y la prueba *t* para comparación de media. Edad, eventos estresantes, soporte laboral y depresión fueron las variables que presentaron correlaciones con la SB y sus categorías. En general, los eventos estresores y la sintomatología depresiva fueron los predictores significativos de la SB en la muestra; y profesores de universidad pública demuestran mayor nivel de desgaste psicológico en comparación con los de universidades privadas.

¹ Endereço para correspondência:

Universidade São Francisco, Departamento LAPSAM. Campus Swift, Rua Waldemar César da Silveira, Jardim Cura D'ars, 105, 13045-510, Campinas, São Paulo - Brasil.
E-mail: makilim01@gmail.com

Como citar este artigo:

Baptista, M. N., Soares, T. F. P., Raad, A. J., & Santos, L. M. (2019). Burnout, estresse, depressão e suporte laboral em professores universitários. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, 19(1), 564-570. doi: 10.17652/rpot/2019.1.15417

O estresse, a depressão e a ansiedade são as principais causas que interrompem as atividades trabalhistas e são responsáveis por 46% do absentismo. Uma recente pesquisa realizada no Reino Unido comparou o nível de estresse experimentado por profissionais em vários tipos de profissões e concluiu que os professores tinham duas vezes mais estresse, depressão e ansiedade do que a média dos outros profissionais (Naghieh, Montgomery, Bonell, Thompson, & Aber, 2015). No Brasil, professores ocupam o segundo lugar das categorias ocupacionais com doenças. Essa avaliação pode ser subestimada, uma vez que depressão, ansiedade e estresse podem ser resultado de *burnout* e não o principal diagnóstico (Batista, Carlotto, Coutinho, & Augusto, 2011).

Assim, a síndrome de *burnout* (SB) é, na maior parte das vezes, compreendida como um modelo teórico tridimensional que abarca as dimensões: esgotamento emocional, falta de realização pessoal no trabalho e despersonalização (Zanatta & Lucca, 2015). A exaustão emocional, dimensão individual da síndrome, é caracterizada pelo sentimento de falta de energia e recursos emocionais para lidar com situações cotidianas do trabalho. A redução da realização pessoal no trabalho ou o desapontamento no trabalho caracterizam-se pela tendência de os trabalhadores avaliarem-se de forma negativa, como incapazes, insuficientes, desmotivados e com baixa autoestima. Consequentemente, a despersonalização ou a desumanização apresentam-se como resultado do desenvolvimento de sentimentos e das atitudes negativas em que prevalece a dissimulação afetiva e o distanciamento em relação às pessoas que entram em contato direto com o profissional (Batista, Carlotto, Coutinho & Augusto, 2010; Massa et al., 2016).

Atualmente, existe uma concordância generalizada na comunidade acadêmica trabalhando em saúde ocupacional no fato de que o *burnout* é uma questão de saúde e social de grande importância (Silva et al., 2015). A crescente incidência e prevalência desse fenômeno, os custos elevados que implica “em domínios ocupacionais de saúde ou social” e, não menos importante, a necessidade convincente de criar prevenções e propostas de intervenção destacam seriamente a necessidade de estudos com foco nessa questão (Massa et al., 2016). A esse respeito, e apesar do fato de que tentativas foram feitas para estudar esse fenômeno em outros grupos profissionais (Miró, Solanes, Martínez, Sánchez, & Rodríguez, 2007), evidências empíricas revelam professores e cuidadores de saúde como amostras de alto risco e consequentemente têm se tornado o foco de inúmeros projetos de pesquisa (Massa et al., 2016).

Dessa forma, a presença de estressores no trabalho exige dos indivíduos esforços para lidar com esse meio e suas cargas impostas (Tuten & Neidermeyer, 2004), isso os leva a tentar criar equilíbrio entre demandas concorrentes de domínios de trabalho e não trabalho. Apoiando essa posição, uma relação positiva entre o papel de estressores e o conflito trabalho-vida foi evidenciada em estudos anteriores (Crouter, Bumpus, Head, & McHale, 2001). Quando os indivíduos experimentam alto nível de estressores de função no trabalho, eles têm dificuldade em cumprir suas atividades laborais e compromissos não relacionados e tendem a apresentar sintomas depressivos (Allemand, Schaffhuser, & Martin, 2015), apesar do *burnout* e depressão poderem estar relacionados de diferentes formas.

Desde o trabalho de Hawkins, Davies e Holmes (1957) sobre eventos estressantes (EES) e a ligação destes com a depressão (Paykel, 2003), estudos longitudinais foram consistentemente mostrando essa relação (Estrada-Martínez, Caldwell, Bauermeister, & Zimmerman, 2012). Em amostra clínica, os EES são 2,5 vezes maiores em pacientes com depressão em comparação aos sem depressão,

esse estudo encontrou maiores EES anteriores a depressão em 80% dos pacientes com sintomatologia depressiva (Mazure, 1998).

Como os efeitos de EES, pelo menos em teoria, devem depender do contexto em que esse estresse está sendo experimentado (Kessler et al., 1994), uma ampla variedade de fatores contextuais (por exemplo, pessoal e social) têm sido propostos como potenciais moderadores do efeito de EES sobre a saúde mental (Ghafoori, Barragan, & Palinkas, 2013). Isso está em linha com a hipótese de efeito, o que sugere que as populações têm diferentes vulnerabilidades, fatores de risco e proteção para os EES (Slopen, Williams, Fitzmaurice, & Gilman, 2011).

Os conhecimentos ainda são limitados sobre os moderadores dos EES em associação com a depressão (Assari & Lankarani, 2015; Assari, Watkins, & Caldwell, 2015). Assim, há um crescente interesse em compreender as características e as condições que atenuam o efeito do estresse na depressão (Vogt, Rusak, Patoine, & Leavitt, 2011; Gleit, Goldman, Liu, & Weinstein, 2013). Com base nessas hipóteses, a associação EES-depressão é heterogênea dependendo de características contextuais (Slopen, Williams, Fitzmaurice, & Gilman, 2011), e existem muitas conceitualizações diferentes que relatam uma característica comum dos EES na constituição da síndrome de *burnout* (Bianchi, Boffy, Hingray, Truchot, & Laurent, 2013; Bianchi, Schonfeld, & Laurent, 2015).

Há um consenso na literatura de que o suporte laboral e sua percepção no trabalho têm um papel importante na redução do mal-estar, dos indicadores de depressão, do estresse, além de inibir o desenvolvimento de doenças (Cobb, 1976; Giurgescu et al., 2015; Sarason, Levine, Basham, & Sarason, 1983; Melrose, Brown, & Wood, 2015). Estudos posicionam o suporte laboral como um moderador que protege do efeito de estressores no equilíbrio trabalho-vida (Au & Ahmed, 2016). Outros postulam um efeito direto do suporte laboral no equilíbrio entre trabalho e vida (Thompson & Prottas, 2006). Há também pesquisas que exploram esse suporte laboral como mediador de estressores do trabalho e experiência de vida profissional (Carlson & Perrewé, 1999).

Brandão Junior (2003) afirma que as interações entre ambiente de trabalho, gestão e processo de trabalho, bem como as variáveis de natureza não física relativa ao indivíduo, como personalidade, estilo de vida, apoio social, e, ainda, vulnerabilidade e resistência ao estresse, contribuem para as percepções e experiências da atividade laboral, atuando sobre a saúde e/ou desempenho do trabalhador. Um estudo realizado por Cardoso, Baptista, Sousa e Júnior (2017) investigou a literatura científica de artigos empíricos sobre *burnout* publicados em duas bases de dados nacionais (SciELO e PePSIC) entre os anos de 2006 e 2015. Os autores apontam para construtos associados ao *burnout* tanto em variáveis consideradas de risco (estresse), como protetivas (enfrentamento de problemas) e contextuais (condições de trabalho), sendo o grupo de jovens adultos o mais pesquisado no que diz respeito ao desenvolvimento humano. As maiores frequências de amostras encontradas foram entre professores e profissionais da área da saúde.

Um estudo realizado com professores universitários brasileiros realizado por Massa et al. (2016) observou que um quarto dos participantes apresentou sintomas compatíveis com a SB. A desumanização foi a categoria com maior percentual de alto nível, reportada por 30,6% dos professores. Os autores ressaltam ainda que, tendo em vista o caráter multifatorial da SB, é importante compreender os fatores laborais e psicossociais que podem estar associados ao adoecimento, já que esses podem contribuir para a inserção dos docentes em intervenções voltadas para o bem-estar e qualidade de vida no trabalho.

Por sua vez, Oliveira (2017) concluiu que a docência em instituições; qualidade da relação com chefias, colegas e alunos; presença de recursos necessários para o trabalho; desejo de mudar de profissão e percepção de saúde foram algumas das características que estiveram relacionados com as dimensões do *burnout* em professores universitários de Minas Gerais. Esteves Ferreira, Santos e Rigolon (2014) avaliaram a presença de sintomas da SB em docentes de instituições públicas e privadas em um município de Minas Gerais. Foram encontrados resultados demonstrando que docentes de instituições públicas apresentam mais sintomatologia da SB, quando comparados aos profissionais que atuam em instituições privadas.

Desse modo, com o propósito de contribuir para a temática do *burnout* na população de professores universitários brasileiros, este estudo teve o objetivo de investigar variáveis que se associam ao *burnout* e preditores em uma amostra de professores, além das diferenças nos níveis de *burnout* entre docentes de universidades públicas e privadas.

Método

Participantes

Participaram do estudo 99 professores de instituições particulares e públicas de uma região metropolitana do Estado de São Paulo, de ambos os sexos, sem limites estabelecidos *a priori* de idade, estado civil ou titulação.

Instrumentos

Questionário para a Avaliação da SB (CESQT; Gil-Monte & Noyola Cortés, 2011)

O Questionário para a Avaliação da SB (CESQT) avalia o nível de sintomatologia relacionada ao *burnout*, entendido como uma resposta crônica ao estresse laboral que surge frequentemente em profissionais que trabalham diretamente com público ou outras pessoas (p. ex., enfermeiros, médicos e professores). O questionário é composto por 20 itens divididos em quatro subescalas, permitindo obter um escore geral e escores das subescalas de: entusiasmo face ao trabalho, desgaste psicológico, indolência e culpa. O questionário apresenta dados equacionais estruturais satisfatórios para população brasileira (Gil-Monte & Carlotto, 2010), sendo que os quatro fatores explicam 59,25% da variância e sua confiabilidade é de 0,81.

Escala de Suporte Laboral (ESUL; Baptista, Santos, Noronha, & Cardoso, 2008)

A Escala de Suporte Laboral (ESUL) avalia o suporte que o indivíduo percebe no seu local de trabalho e apresenta uma série de afirmações a respeito da percepção sobre esse suporte, possuindo quatro possibilidades de resposta: sempre, frequentemente, raramente e nunca. Os itens da escala se distribuem em quatro dimensões denominadas, relacionamento, comunicação na hierarquia, relacionamento entre pares, benefícios, e política e segurança no emprego. A soma dos fatores explicam 65,26% da variância total e o índice de confiabilidade é de 0,85.

Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho (EVENT; Sisto, Baptista, & Noronha 2007)

A Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho (EVENT) avalia o quanto as circunstâncias do cotidiano do trabalho influenciam a conduta da pessoa, a ponto de caracterizar certa fragilidade. O sujeito deve pontuar os itens que causam incômodo a partir de uma escala Likert com opções de intensidade que são: nunca (0), às vezes (1) e frequentemente (2). A escala divide-se em três fatores:

fator 1 corresponde ao clima e funcionamento organizacional; o fator 2 corresponde à pressão no trabalho; e o fator 3 corresponde à infraestrutura e rotina. O instrumento relaciona-se com medidas de estresse, e grupos profissionais podem se diferenciar em relação à intensidade com que percebem sua vulnerabilidade. Os três fatores da escala explicam 37,44 da variância total e sua confiabilidade é de 0,89.

Escala Baptista de Depressão - Versão Adulto (EBADEP-A; Baptista 2012).

Trata-se de um instrumento de rastreamento de sintomatologia depressiva construído no Brasil, direcionado tanto a amostras psiquiátricas quanto a não psiquiátricas. Sua construção teve como base indicadores sintomáticos de depressão derivados de teorias sobre a depressão, como a cognitiva (Beck, Rush, Shaw, & Emery, 1997) e a comportamental (Ferster, Culbertson, & Boren, 1977), além dos manuais internacionais de diagnóstico da Associação Americana de Psiquiatria, DSM-IV-TR e da Organização Mundial da Saúde, CID-10. A escala é constituída por 90 frases, as quais são apresentadas em pares, formando 45 itens. Cada item apresenta um indicador de sintomatologia com uma frase de cunho positivo e outra de cunho negativo. Ela é estruturada em formato Likert de quatro pontos, variando de zero a três. Para sua interpretação, considera-se quanto menor a pontuação, menor sintomatologia em depressão. Sua variância explicada é de 35,3% e a escala apresenta alta confiabilidade, de 0,95.

Procedimentos de coleta de dados e cuidados éticos

A coleta se deu por meio de formulários *online* do Google que foram enviados aos *e-mails* de professores universitários pela técnica de bola de neve. Inicialmente, foi obtida a concordância com o uso de Termo de consentimento livre e esclarecido. Após isso, o acesso à plataforma era liberado para o respondente. Os participantes iniciavam respondendo a um questionário de identificação e, em seguida, aos instrumentos do estudo que eram apresentados em sequência aleatória. O tempo médio de resposta foi de aproximadamente 30 minutos.

Procedimentos de análise de dados

Inicialmente foi realizada a análise descritiva da amostra. Posteriormente, para investigação do objetivo deste estudo, foram conduzidas análises inferenciais. Foram realizadas correlações entre os escores de *burnout* e as demais variáveis investigadas, sendo estas: idade, remuneração, tempo de profissão como professor universitário, carga horária semanal, número de alunos com quem tem contato na semana, percepção de suporte laboral, eventos estressores no trabalho, e depressão. Foi também realizado o teste *t* para comparação de médias em relação aos níveis de *burnout* entre professores de instituições privadas e públicas.

As variáveis foram incluídas como preditoras em um modelo de regressão testado com o desfecho de nível de *burnout*. Os testes foram conduzidos considerando tanto o escore total de *burnout* como os quatro subescores que compõem o CESQT. Todos os testes estatísticos foram conduzidos tendo como nível de significância $\alpha = 0,05$, no *software* Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versão 21.0.

Resultados

A amostra apresentou idade média de 44,05 (DP = 10,18), sendo 61,6% do sexo feminino, e 41,4% com remuneração acima de 12 salários mínimos. A maioria apresenta traços depressivos mínimos (79,8%), seguido por 14,1% com sintomatologia depressiva leve,

e médio nível de *burnout* de 52%. As demais caracterizações da amostra estão descritas na Tabela 1.

Tabela 1
Caracterização da amostra (n = 99)

Características	M	DP	%
Maior titulação (%)	Graduação		7,1
	Especialização		26,3
	Mestrado		38,4
	Doutorado		28,3
Estado civil (%)	Solteiro		29,3
	Casado		58,6
	Separado		11,1
	Viúvo		1,0
Tempo de profissão como professor universitário	13,21	9,51	
Universidade Pública			58,6
Universidade Privada			41,4

A Tabela 2 apresenta os resultados das correlações entre *burnout* total, seus escores e demais variáveis. Como pode ser visto, o escore total de *burnout* apresentou correlações positivas significativas com eventos estressores no trabalho e depressão, e correlação negativa significativa com a idade e suporte laboral, ainda que em grande parte sejam baixas correlações.

O subescore *entusiasmo* demonstrou correlações significativas, sendo positiva com suporte laboral e negativa com eventos estressores no trabalho e depressão. O *desgaste* teve correlações negativas e significativas com idade e suporte laboral e positivas com eventos estressores no trabalho e pressão. A *indolência* seguiu o mesmo padrão do *desgaste*, sendo correlações positivas com eventos estressores no trabalho e depressão, e negativa com suporte laboral, todas significativas. Por fim, a *culpa* apresentou correlação significativa e positiva com a depressão.

Tabela 2
Correlações entre escores de *burnout* e demais variáveis

	Burnout [Total CESQT]	Burnout Entusiasmo	Burnout Desgaste	Burnout Indolência	Burnout Culpa
Remuneração	0,15	0,00	0,06	0,16	0,06
Carga horária	-0,16	0,04	-0,18	-0,12	-0,04
Idade	-0,20*	0,00	-0,21*	-0,04	-0,16
Aula em mais de uma instituição	-0,07	0,08	-0,10	-0,16	0,07
Eventos estressores no trabalho	0,54**	-0,32**	0,66**	0,48**	0,19
Suporte laboral	-0,35**	0,29**	-0,29**	-0,47**	-0,16
Depressão	0,43**	-0,44**	0,48**	0,45**	0,31**

Nota.: * nível de significância < 0,05

** nível de significância < 0,00

Foram realizadas regressões lineares tendo como variáveis dependentes o *burnout* e seus escores a fim de analisar possíveis construtos preditores nessa amostra.

As regressões foram feitas por desfechos, tendo como desfecho 1 o escore total de *burnout* e sendo incluídas como variáveis preditoras remuneração, carga horária, tipo de universidade, aula em mais de uma instituição, eventos estressores no trabalho, suporte laboral e depressão. As variáveis preditoras foram as mesmas em todos os desfechos, mudando apenas a variável de desfecho. Para o desfecho 2 o escore entusiasmo, desfecho 3 o escore desgaste psicológico, desfecho 4 indolência e desfecho 5 culpa.

Tabela 3
Regressão linear

Modelo b	Coeficiente não padronizado		Coeficiente padronizado		T	Sig.
	Std. Error	Beta				
Desfecho 1: <i>burnout</i> (escore total)						
Remuneração	0,42	0,53	0,08		0,79	0,43
Carga horária	-0,02	0,03	-0,07		-0,73	0,47
Tipo de universidade	0,07	1,46	0,00		0,05	0,97
Aula em mais de uma instituição	-0,47	1,84	-0,02		-0,26	0,47
Eventos estressores no trabalho	0,21	0,05	0,41		4,01	0,00**
Suporte laboral	-0,03	0,07	-0,05		-0,44	0,67
Depressão	0,07	0,03	0,27		2,96	0,00**
Desfecho 2: <i>burnout</i> entusiasmo						
Remuneração	-0,18	0,28	-0,07		-,64	0,53
Carga horária	0,00	0,02	0,02		0,14	0,89
Tipo de universidade	1,23	0,77	0,18		1,59	0,12
Aula em mais de uma instituição	1,22	0,97	0,12		1,25	0,21
Eventos estressores no trabalho	-0,04	0,03	-,18		-1,58	0,12
Suporte laboral	0,02	0,04	,06		0,55	0,59
Depressão	-0,05	0,01	-,40		-4,03	0,00**
Desfecho 3: <i>burnout</i> desgaste psi.						
Remuneração	-0,14	0,23	-0,05		-0,62	0,54
Carga horária	-0,01	0,01	-0,09		-1,19	0,24
Tipo de universidade	0,36	0,64	0,05		0,56	0,57
Aula em mais de uma instituição	-0,83	-0,80	-0,08		-1,04	0,30
Eventos estressores no trabalho	0,16	0,02	0,62		7,09	0,00**
Suporte laboral	0,06	0,03	0,15		1,75	0,09
Depressão	0,05	0,01	0,32		4,07	0,00**
Desfecho 4: <i>burnout</i> indolência						
Remuneração	0,52	0,31	0,17		1,69	0,09
Carga horária	0,00	0,02	0,00		0,04	0,97
Tipo de universidade	-0,44	0,84	-0,05		-0,53	0,60
Aula em mais de uma instituição	-1,33	1,06	-0,11		-1,26	0,21
Eventos estressores no trabalho	0,08	0,03	0,27		2,67	0,01*
Suporte laboral	-0,09	0,04	-0,21		-2,10	0,04*
Depressão	0,05	0,01	0,32		3,55	0,00**
Desfecho 5: <i>burnout</i> culpa						
Remuneração	0,22	0,26	0,10		0,88	0,38
Carga horária	-0,01	0,01	-0,07		-0,62	0,54
Tipo de universidade	-1,08	0,70	-0,19		-1,54	0,13
Aula em mais de uma instituição	0,47	0,88	0,06		0,54	0,59
Eventos estressores no trabalho	0,01	0,02	0,06		0,49	0,63
Suporte laboral	-0,02	0,04	-0,07		-0,55	0,58
Depressão	0,03	0,01	0,28		2,66	0,01**

Nota.: * nível de significância < 0,05

** nível de significância < 0,00

No desfecho 1, a predição do modelo foi de 32,6% tendo a depressão e eventos estressantes no trabalho como variáveis significativas. No desfecho 2, o modelo explicou 19,6% da predição, tendo apenas a depressão como construto significativo. No desfecho 3,

a predição foi de 50,5%, sendo a depressão e eventos estressantes construtos significativos. O modelo do desfecho 4 apresentou 35,3% de predição, tendo a depressão, eventos estressantes e suporte laboral como construtos significativos. Por fim, o desfecho 5 obteve apenas 9,9% de predição obtida a partir do seu modelo, tendo a depressão como construto significativo.

Os resultados do teste *t* comparando níveis de *burnout* entre professores de instituições privadas e públicas indicaram diferença significativa somente no que diz respeito ao desgaste psicológico. Os professores de universidades públicas apresentaram maior média, como apresentado na Tabela 4, sendo que no escore total houve um valor de *p* próximo ao da significância.

Tabela 4

Teste *t* de comparação dos escores de *burnout* entre professores de instituições públicas e privadas

Escore de <i>burnout</i>	Tipo de instituição	M	t	p
Total	Pública	37,41	-1,78	0,07
	Privada	34,97		
Entusiasmo	Pública	15,60	-0,39	0,69
	Privada	15,34		
Desgaste psicológico	Pública	8,65	-2,11	0,04*
	Privada	7,19		
Indolência	Pública	7,74	-1,49	0,14
	Privada	6,54		
Culpa	Pública	5,90	0,85	0,40
	Privada	5,41		

Nota.: * nível de significância < 0,05

Discussão

O *burnout* é resultado de um longo processo de contato com certas condições estressantes sem sucesso de enfrentamento. Ao contrário das reações de estresse agudo que se desenvolvem em resposta a determinados eventos críticos, a síndrome de *burnout* é uma resposta a fontes contínuas de estresse ocupacional que se acumulam. Ao falar sobre *burnout*, o foco não é apenas nas respostas físicas, mas também no processo de fadiga mental e no desgaste psicológico e sociais da exposição crônica (Souza & Mendonça, 2009).

De acordo com a Organização Internacional do Trabalho (OIT, 1981), a profissão docente é uma das mais estressantes e com forte incidência de SB. Um estudo que corrobora esses resultados foi realizado por Costa, Gil-Monte, Possobon e Ambrosano (2013) constatando que a prevalência nas dimensões do CESQT pode indicar uma tendência para o aparecimento dos casos de SB depois de um período de exposição a estressores. Por sua vez, Yong e Yue (2007) encontraram em professores universitário mudanças de hábitos normais, como falta de entusiasmo e criatividade, entre outros fatores que em longo prazo levam ao desenvolvimento de patologias mentais.

As correlações realizadas no presente estudo demonstram que a SB (*burnout* total CESQT) tem relação significativa e positiva com eventos estressores no trabalho e depressão, o que está em consonância com estudos que também demonstram relação entre estresse e *burnout* (Mealer, Burnham, Goode, Rothbaum, & Moss., 2009; Van der Colff & Rothmann, 2009), apontando que o crescimento do estresse no trabalho e sintomas depressivos aumentam a sintomatologia relacionada à SB. Também foi evidenciada relação negativa significativa com suporte laboral, o que vai ao encontro de Leite (2007), que, em estudo realizado com professores da rede básica de ensino, confirmou que o *burnout* é afetado diretamente pelas relações sociais no trabalho e pelo suporte laboral. Por sua

vez, Betoret (2006) aponta a falta de suporte laboral e o sentimento de baixa autoeficácia para administrar a sala de aula como importantes variáveis relacionadas ao *burnout*.

Profissionais que lidam com eventos estressantes são mais propensos a condições que afetam seu bem-estar físico, mental e emocional (Rioli & Savicki, 2012). Estressores profissionais, se persistentes, são considerados importantes preditores de resultados na saúde mental desses profissionais e a SB é apresentada como uma das possíveis consequências (Meyer et al., 2012). Os modelos de regressão deste estudo mostram que o estresse no trabalho é um preditor na amostra estudada.

Sintomas depressivos também foram preditores de SB significativa encontrado, resultado também visto por Baptista, Moraes, Carmo, Souza e Cunha (2005), que realizaram uma pesquisa com bombeiros avaliando a depressão, a SB e a qualidade de vida em 101 desses profissionais do interior de São Paulo. Os resultados encontrados apresentaram sintomatologia depressiva em 13,86% com nível leve, 3,96% nível moderado e 1,0% com nível severo, demonstrando também associação direta entre a sintomatologia depressiva e as dimensões de exaustão emocional e despersonalização, do *burnout*.

O suporte laboral também mostrou ser um preditor significativo nos desfechos da SB, resultado também apontado em alguns estudos, ou seja, há uma relação inversa entre percepção de suporte e os sintomas de SB. Os resultados do estudo de Oliveira, Tristão e Neiva (2006) com profissionais da área da saúde reforçam a ideia de que o *burnout* é o resultado das dinâmicas entre a organização e o indivíduo, portanto, o suporte e a valorização percebidos afetam a vivência dessa síndrome. Schmidt, Paladini, Biato, Pais e Oliveira (2013), por sua vez, também constataram em seu estudo que quanto menor o suporte no trabalho maior a exaustão emocional percebida por profissionais da saúde.

No que diz respeito à comparação entre grupos de professores que ministram aula em universidades públicas e privadas, o desgaste psicológico se apresentou maior em professores de instituições públicas. Oliveira, Pereira e Lima (2017) buscaram investigar as modalidades de adoecimento e sintomas que acometem docentes de universidades públicas, com o intuito de verificar se há predominância de adoecimento físico ou psíquico. Os resultados encontrados pelas autoras demonstraram predominância de adoecimento psicológico, sendo o desgaste psicológico um desses.

Lima e Lima-Filho (2009) verificaram as relações entre o processo de trabalho docente e o possível adoecimento físico e mental em professores de uma universidade pública. Os resultados mostram que os docentes apresentam desgaste psicológico, exaustão emocional, entre outros. Os dados obtidos por meio de depoimentos analisados constituem importantes indicativos sobre como os processos de trabalho, atualmente em universidades públicas brasileiras, interferem na saúde de professores(as), tanto em termos físicos, psíquicos quanto interpessoais.

Por sua vez, Carlotto (2012) objetivou identificar a prevalência da SB em professores da rede pública e privada na região metropolitana de Porto Alegre, Rio Grande do Sul. Os resultados demonstraram que 5,6% dos professores estavam com alto nível de exaustão psicológica e emocional, 0,7% em despersonalização e 28,9% com baixa realização profissional. Neste e em outros estudos foi demonstrado que professores que têm maior carga horária, que atendem a um maior número de alunos e que trabalham em escolas públicas apresentaram maior risco de desenvolvimento de *burnout* (Carlotto & Câmara, 2017). No presente estudo, a variável maior número de alunos não apresentou correlação significativa com SB, apenas o desgaste psicológico. Os resultados de outros estudos

aqui percorridos corroboram os encontrados no presente trabalho, demonstrando um maior desgaste e sintomatologia relacionada a SB em professores de instituições públicas em comparação a privadas. Vale ser ressaltado que na dimensão geral do *burnout* houve uma tendência limítrofe na diferenciação de professores de universidades públicas e privadas, o que vai ao encontro da maioria dos estudos.

Apesar de apresentar limitações metodológicas, como o tamanho da amostra, os resultados podem ser relevantes para a reflexão dos fatores estressores relacionados ao *burnout*, assim como a implementação de medidas preventivas e de promoção de saúde que podem ser adotadas nesse contexto. Salienta-se que futuros estudos multicêntricos, com maior número e diversidade de participantes, utilizando ferramentas de medidas fisiológicas são necessários para melhor compreender o *burnout* em professores universitários no Brasil.

Referências

- Allemand, M., Schaffhuser, K., & Martin, M. (2015). Long-term correlated change between personality traits and perceived social support in middle adulthood. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 41(3), 420-432. doi: 10.1177/0146167215569492
- Assari, S., & Lankarani, M. M. (2015). Association between stressful life events and depression; intersection of race and gender. *Journal of Racial and Ethnic Health Disparities*, 3(2), 349-356. doi: 10.1007/s40615-015-0160-5
- Assari, S., Watkins, D. C., & Caldwell, C. H. (2015). Race Attribution Modifies the Association Between Daily Discrimination and Major Depressive Disorder Among Blacks: the Role of Gender and Ethnicity. *Journal of Racial and Ethnic Health Disparities*, 2(2), 200-210. doi: 10.1007/s40615-014-0064-9
- Au, W. C., & Ahmed, P. K. (2016). Relationships between superior support, work role stressors and work-life experience. *Personnel Review*, 45(4), 782-803. doi: 10.1108/PR-08-2014-0175
- Baptista M. N., Morais, P. R., Carmo, N. C., Souza, G. O., & Cunha, A. F. (2005). Avaliação de depressão, síndrome de burnout e qualidade de vida em bombeiros. *Psicologia Argumento*, 23(42), 47-54. Recuperado de <http://www2.pucpr.br/reol/pb/index.php/pa?dd1=176&dd99=view&dd98=pb>
- Baptista, M. N., Santos, A. A. A., Noronha, A. P. P. & Cardoso, H. F. (2008) *Escala de Suporte Laboral - ESUL*. Itatiba: Universidade São Francisco.
- Baptista, M. N. (2012). *Escala Baptista de Depressão (Versão Adulto)* - EBDEP-A. São Paulo: Vetor.
- Batista, J. B. V., Carlotto, M. S., Coutinho, A. S., & Augusto, L. G. S. (2010). Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 13, 502-512.
- Batista, J. B. V., Carlotto, M. S., Coutinho, A. S., & Augusto, L. G. S. (2011). Síndrome de burnout: Confronto entre o conhecimento médico e a realidade das fichas médicas. *Psicologia em Estudo*, 16(3), 429-433.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F. & Emery, G. (1997). *Terapia da depressão*. Rio de Janeiro: Zahar.
- Betoret, F. D. (2006). Stressors, self-efficacy, coping resources, and burnout among secondary school teachers in Spain. *Educational Psychology*, 26, 519-539.
- Bianchi, R., Boffy, C., Hingray, C., Truchot, D., & Laurent, E. (2013). Comparative symptomatology of burnout and depression. *Journal of Health Psychology*, 18(6), 782-787. doi: 10.1177/1359105313481079
- Bianchi, R., Schonfeld, I. S., & Laurent, E. (2015). Is it Time to Consider the "Burnout Syndrome"? A Distinct Illness? *Frontiers in Public Health*, 3(June), 1-3. doi: 10.3389/fpubh.2015.00158
- Brandão Júnior, P. S. (2003). *Biossegurança e Aids: as dimensões psicossociais do acidente com material biológico no trabalho em hospital*. Dissertação (Mestrado). Escola Nacional de Saúde Pública. Rio de Janeiro: FIOCRUZ, 2000.
- Cardoso, H. F., Baptista, M. N., Sousa, D. F. A., & Júnior, E. G. (2017). Síndrome de burnout: Análise da literatura nacional entre 2006 e 2015. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, 17(2), 121-128. doi: 10.17652/rpot/2017.2.12796
- Carlotto, M. S. (2012). *Síndrome de burnout em professores: avaliação, fatores associados e intervenção*. Porto, Portugal: LivPsic.
- Carlotto, M., & Câmara, S. (2017). Riscos psicossociais associados à síndrome de burnout em professores universitários. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 35, 447-457. doi: 10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.4036
- Carlson, D. S., & Perrewé, P. L. (1999). The role of social support in the stressor-strain relationship: An examination of work-family conflict. *Journal of Management*, 25(4), 513-540. doi: 10.1177/014920639902500403
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38, 300-314.
- Costa, L. S. T., Gil-Monte, P. R., Possobon, R. F. & Ambrosano, G. M. B. (2013). Prevalência da Síndrome de Professores Universitários Brasileiros.
- Crouter, A. C., Bumpus, M. F., Head, M. R., Mc Hale, S. M. (2001). Implications of overwork and overload for the quality of men's family relationships. *Journal of Marriage and Family*. 63, 404-416.
- Estrada-Martínez, L. M., Caldwell, C. H., Bauermeister, J. A., & Zimmerman, M. A. (2012). Stressors in Multiple Life-Domains and the Risk for Externalizing and Internalizing Behaviors Among African Americans During Emerging Adulthood. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(12), 1600-1612. doi: 10.1007/s10964-012-9778-3
- Ferster, C. B., Culbertson, S. & Boren, C. P. (1977). *Princípios do comportamento*. (Trad: Maria Ignez Rocha e Silva, Maria Alice de Campos Rodrigues e Maria Benedita Lima Pardo). São Paulo: Hucitec.
- Ghafoori, B., Barragan, B., & Palinkas, L. (2013). Gender disparities in the mental health of urban survivors of Trauma. *Journal of Aggression, Maltreatment and Trauma*, 22(9), 950-963. doi: 10.1080/10926771.2013.835016
- Gil-monte, P. R., & Carlotto, M. S. (2010). Validação da versão brasileira do " Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo " em profesores Validation of the Brazilian version of the " Spanish Burnout Inventory ." *Rev. de Saúde Pública*, 44(1), 140-147. doi: 10.1590/S0034-89102010000100015
- Gil-Monte, P. R., & Noyola Cortés, V. S. (2011). Estructura factorial del Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo en maestros mexicanos de educación primaria. *Revista Mexicana de Psicología*, 28(1).
- Giurgescu, C., Misra, D. P., Sealy-Jefferson, S., Caldwell, C. H., Templin, T., Slaughter-Acey, J. C., & Osypuk, T. L. (2015). The impact of neighborhood quality, perceived stress, and social support on depressive symptoms during pregnancy in african american women. *Social Science & Medicine*, 130, 172-180. doi: 10.1016/j.socscimed.2015.02.006
- Glei, D. A., Goldman, N., Liu, I. W., & Weinstein, M. (2013). Sex differences in trajectories of depressive symptoms among older Taiwanese: the contribution of selected stressors and social factors. *Aging and Mental Health*, 17(6), 773-783. doi: 10.1080/13607863.2013.781119
- Hawkins, N. G., Davies, R., & Holmes, T. H. (1957). Evidence of psychosocial factors in the development of pulmonary tuberculosis. *Am Rev Tuberc Pulmon Dis*. 75:768-80.
- Kessler, R., McGonagle, K., Zhao, S., Nelson, C., Hughes, M., Eshleman, S., et al. (1994). Lifetime and 12-month prevalence of DSM-III-R psychiatric disorders in the United States: Results from the National Comorbidity Survey. *Archives of General Psychiatry*, 51(1), 8-19.
- Leite, N. (2007). *Síndrome de burnout e relações sociais no trabalho: um estudo com professores*. Dissertação de mestrado. Brasília: Instituto de Psicologia.
- Lima, M. F. E. M. & Lima-Filho, D. O. (2009). Condições de trabalho e saúde do/a professor/a universitário/a. *Ciências & Cognição*, 14(3), 62-82. Recuperado de http://www.cienciasecognicao.org/pdf/v14_3/m253.pdf
- Massa, L. D. B., Souza Silva, T. S., Sá, I. S. V. B., Sá Barreto, B. C., Almeida, P. H. T. Q., & Pontes, T. B. (2016). Síndrome de Burnout em professores universitários. *Rev. Ter. Ocup. Univ. Sao Paulo (Impr.)*, 27(2), 180-189.
- Mazure, C. M. (1998). Life stressors as risk factors in depression. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 5(3), 291-313. doi: 10.1111/j.1468-2850.1998.tb00151.x
- Mealer, M., Burnham, E. L., Goode, C. J., Rothbaum, B., & Moss, M. (2009). The prevalence and impact of post traumatic stress disorder and burnout syndrome in nurses. *Depression and Anxiety*, 26(12), 1118-1126. doi: 10.1002/da.20631
- Melrose, K. L., Brown, G. D. A., & Wood, A. M. (2015). When is received social support related to perceived support and well-being? When it is needed. *Personality and Individual Differences*, 77, 97-105. doi: 10.1016/j.paid.2014.12.047
- Meyer, E. C., Zimering, R., Daly, E., Knight, J., Kamholz, B. W., & Gulliver, S. (2012). Predictors of posttraumatic stress disorder and other psychological symptoms in trauma-exposed firefighters. *Psychological Services*, 9(1), 1-15. doi: 10.1037/a0026414
- Miró, E., Solanes, A., Martínez, P., Sánchez, A. I., & Rodríguez, J. (2007). Relación entre el burnout o «síndrome de quemarse por el trabajo», la tensión laboral y las características del sueño. *Psicothema*, 19, 388-394.
- Naghieh, A., Montgomery, P., Bonelli, C. P., Thompson, M., Aber, J. L. (2015). Organisational interventions for improving wellbeing and reducing

- work-related stress in teachers. *Cochrane Database Syst Rev.* (4): CD010306. doi: [10.1002/14651858.CD010306.pub2](https://doi.org/10.1002/14651858.CD010306.pub2)
- Oliveira, P. R., Tristão, R. M., & Neiva, E. R. (2006). Burnout e suporte organizacional em profissionais de UTI-Neonatal. *Educação Profissional: Ciência e Tecnologia*, 1(1), 27-37.
- Oliveira, A. D. S. D., de Souza Pereira, M., & de Lima, L. M. (2017). Trabalho, produtividade e adoecimento dos docentes nas universidades públicas brasileiras. *Psicologia Escolar e Educacional*, SP. Volume 21(3), Número 3; 609-619.
- OIT. (1981). *Emploi et conditions de travail des enseignants. Vail des enseignants*. Genova: Bureau International du Travail.
- Paykel, E. S. (2003). Life events and affective disorders. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 108(s418), 61-66. doi: [10.1034/j.1600-0447.108.s418.13.x](https://doi.org/10.1034/j.1600-0447.108.s418.13.x)
- Riulli, L., & Savicki, V. (2012). Firefighters' psychological and physical outcomes after exposure to traumatic stress: the moderating roles of hope and personality. *Traumatology*, 18(3), 7-15. doi: [10.1177/1534765611435565](https://doi.org/10.1177/1534765611435565)
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, M. B., & Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 127-139. doi: [10.1037/0022-3514.44.1.127](https://doi.org/10.1037/0022-3514.44.1.127)
- Schmidt, D. R. C., Paladini, M., Biato, C., Pais, J. D., & Oliveira, A. R. (2013). Qualidade de vida no trabalho e burnout em trabalhadores de enfermagem de Unidade de Terapia Intensiva. *Rev Bras Enferm.*, 66(1), 13-7. doi: [10.1590/S0034-71672013000100002](https://doi.org/10.1590/S0034-71672013000100002)
- Silva, S. C. P. S., Nunes, M. A. P., Santana, V. R., Reis, F. P., Machado Neto, J., & Lima, S. O. (2015). A síndrome de burnout em profissionais da Rede de Atenção Primária à Saúde de Aracaju, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20(10), 3011-3020. doi: [10.1590/1413-812320152010.19912014](https://doi.org/10.1590/1413-812320152010.19912014)
- Sisto, F. F., Baptista, M. N., Noronha, A. P. P., & Santos, A. A. A. (2007). *Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho*. São Paulo: Vetor Editora de Psicologia
- Sloven, N., Williams, D. R., Fitzmaurice, G. M., & Gilman, S. E. (2011). Sex, stressful life events, and adult onset depression and alcohol dependence: Are men and women equally vulnerable? *Social Science and Medicine*, 73(4), 615-622. doi: [10.1016/j.socscimed.2011.06.022](https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2011.06.022)
- Sousa, I. F., Mendonça, H. (2009). Burnout em Professores universitários: impacto de percepções de justiça e comprometimento afetivo. *Psicol Teoria Pesqui.* 25(4): 499-508. doi: [10.1590/S0102-37722009000400005](https://doi.org/10.1590/S0102-37722009000400005).
- Thompson, C. A., & Prottas, D. J. (2006). Relationships among organizational family support, job autonomy, perceived control, and employee well-being. *Journal of Occupational Health Psychology*, 11(1), 100-118. doi: [10.1037/1076-8998.10.4.100](https://doi.org/10.1037/1076-8998.10.4.100)
- Tuten, T. L., & Neidermeyer, P. E. (2004). Performance, satisfaction and turnover in call centers - The effects of stress and optimism. *Journal of Business Research*, 57(1), 26-34. doi: [10.1016/S0148-2963\(02\)00281-3](https://doi.org/10.1016/S0148-2963(02)00281-3)
- Van der Colff, J. J., & Rothmann, S. (2009). Occupational stress, sense of coherence, coping, burnout and work engagement of registered nurses in South Africa. *SA Journal of Industrial Psychology*, 35(1), 1-10. doi: [10.4102/sajip.v35i1.423](https://doi.org/10.4102/sajip.v35i1.423)
- Vogt, R. J., Rusak, J. A., Patoine, A., & Leavitt, P. R. (2011). Differential effects of energy and mass influx on the landscape synchrony of lake ecosystems. *Ecology*, 92(5), 1104-1114. doi: [10.1890/i0012-9658-92-5-1104](https://doi.org/10.1890/i0012-9658-92-5-1104)
- Yong, Z., & Yue, Y. (2007). Causes for burnout among secondary and elementary school teachers and preventive strategies. *Chinese Education and Society*, 40(5), 78-85.
- Zanatta, A. B., & De Lucca, S. R. (2015). Prevalence of Burnout syndrome in health professionals of an onco-hematological pediatric hospital. *Revista Da Escola de Enfermagem*, 49(2), 253-258. doi: [10.1590/S0080-623420150000200010](https://doi.org/10.1590/S0080-623420150000200010)