





## A importância do psicodiagnóstico em professores universitários portadores da Síndrome de Burnout

The importance of psychodiagnosis in university professors with Burnout Syndrome

Leandra dos Santos Gonçalves<sup>1</sup> , Camila Santos de Santana<sup>2</sup> , Gabriel Coutinho Gonçalves<sup>3</sup> ,  
Dennys Ramon de Melo Fernandes Almeida<sup>4</sup> , Juliana Campos Pinheiro<sup>4\*</sup> 

<sup>1</sup>Unime, Itabuna, Bahia, Brasil. <sup>2</sup>Faculdade Santo Agostinho, Ipiaú, Bahia, Brasil. <sup>3</sup>Centro de Ciências Sociais, Universidade Estadual do Ceará, Fortaleza, Ceará, Brasil. <sup>4</sup>Centro de Biociências, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, Rio Grande do Norte, Brasil. \*Autor para correspondência. E-mail: julianapinheiroodonto92@gmail.com

**Resumo:** Introdução: O termo Burnout tem origem inglesa, costuma ser empregado para denotar um estado de esgotamento de energia, associado a uma intensa frustração com as situações de trabalho. Esse artigo buscou através de uma revisão integrativa da literatura abordar os aspectos psicodiagnósticos associados a síndrome de Burnout em professores universitários. Revisão: A síndrome de Burnout é uma resposta ao estresse laboral crônico, sendo definida como uma condição relacionada a exaustão física, emocional e comportamental, normalmente relacionada ao resultado do estresse prolongado ou frustração que estão vinculados ao trabalho, tendo em vista que na rotina de trabalho dos professores universitários existem fatores estressores psicossociais ligados tanto à essência da função, quanto a conjuntura organizacional e social em que neles estão inseridos. Discussão: Para a enumeração dos fatores de risco associados ao desenvolvimento do Burnout, são levadas em consideração quatro dimensões: a organização, o indivíduo, o trabalho e a sociedade. Ao que corresponde aos fatores de risco na organização para o desencadeamento da doença estão a falta de autonomia, falta de respeito entre os membros da equipe e o chefe, normas institucionais muito rígidas, sobrecarga de horário trabalhado. Considerações finais: A peculiaridade do indivíduo pode ter associação de menores ou maiores relação à doença, e o psicodiagnóstico é entendido como um processo sistemático e limitado no tempo, de conhecimento a respeito do funcionamento psicológico em situações específicas.

**Palavras-chave:** Burnout, professores universitários, psicodiagnóstico.

**Abstract:** Introduction: The term burnout has an English origin, usually used to denote a state of energy depletion, associated with intense frustration with work situations. This article sought through an integrative literature review to address the psychodiagnostic aspects associated with burnout syndrome in university professors. Review: The burnout syndrome is a response to chronic work stress, being defined as a condition related to physical, emotional and behavioral exhaustion, usually related to the result of prolonged stress or frustration that are linked to work, considering that in the routine of There are psychosocial stressors linked to the essence of the job, as well as the organizational and social context in which they work. Discussion: For the enumeration of risk factors associated with the development of burnout, four dimensions are taken into account: the organization, the individual, work and society. What corresponds to the risk factors in the organization for the onset of the disease are the lack of autonomy, respect for team members and the boss, very strict institutional rules, overload of working hours. Final Remarks: The individual's peculiarity may be associated with minor or major in relation to the disease, and psychodiagnosis is understood as a systematic and time-limited process of knowledge about psychological functioning in specific situations.

**Keywords:** Burnout, teachers university, psychodiagnosis.

### Introdução

A síndrome de Burnout é uma resposta ao estresse laboral crônico, sendo definida como uma condição relacionada à exaustão física, emocional e comportamental, normalmente relacionada ao resultado do stress prolongado ou frustração que estão vinculados ao trabalho. Tendo em visto que na rotina de trabalho dos professores universitários existem fatores estressores psicossociais ligados tanto à essência da função, quanto a conjuntura organizacional e social em que neles estão inseridos, a síndrome de Burnout acomete os profissionais que desenvolvem suas atividades de maneira direta e emocional com público (Barbosa et al.,

2018; Borba et al., 2017). A peculiaridade do indivíduo pode ter associação de menores ou maiores relação à doença. O psicodiagnóstico é entendido como processo sistemático e limitado no tempo, de conhecimento a respeito do funcionamento psicológico em situações específicas (Borba et al., 2017). O Burnout tem a etiologia de ordem ocupacional e qualificada modernamente a partir da década de setenta, é uma síndrome que se destaca pelo conjunto de sintomas físicos e psicológicos ligados à exaustão emocional das pessoas que se exaurem com a sensação de ter perdido a energia para vida. Tendo em vista o caráter multifatorial da síndrome, é considerável assimilar os fatores laborais e psicossociais que podem estar agregados ao processo de adoecimento (França et al., 2014).

No universo do trabalho atual os formatos empregados de permissibilidade para o acréscimo da produtividade e da qualidade dos objetos podem trazer sérias consequências instantâneas à saúde do trabalhador. O ritmo exorbitante, precário suporte organizacional, muita exigência cognitiva, falta de autonomia em sala de aula, desinteresse/indisciplina dos alunos, governo de educação insatisfatórias, remuneração ofertada, a sobrecarga de trabalho, o baixo nível de controle das atividades ou acontecimentos, ambiguidade de papel, são fatores relevantes para o desencadeamento da doença (Ferreira et al., 2015; Dalcin & Carlotto, 2017). Ademais, o aumento de ambientes de trabalho hostis e exigentes diminuem a habilidade neurológica dos docentes, dificultando ainda mais o combate a outros fatores estressores, levando a mais estresse. Neste cenário, constata-se que o comparecimento de um quadro indicativo da síndrome de Burnout é excessivamente grave, na proporção em que acomete consideravelmente a prática acadêmica e social dos professores (Fernandes, Vandenbergue, 2018). Este estudo, teve como objetivo, identificar os principais sintomas do quadro clínico, assim como os fatores de risco e desencadeantes para o desenvolvimento da síndrome de Burnout em professores universitários, por meio de uma revisão integrativa da literatura.

## Revisão

O termo Burnout tem sua origem inglesa, o mesmo é uma composição a partir de burn (queima) e out (exterior), costuma ser empregado para denotar um estado de esgotamento de energia, associado a uma intensa frustração com as situações de trabalho (Corrêa, 2016). A definição desse termo foi descrita pela primeira em meados de 1970, referindo-se ao esgotamento emocional, perda de motivação e de comprometimento social decorrentes da submissão dos trabalhadores à estresse prolongado (Al-Asadi et al., 2018). No contexto da globalização, o trabalho não está necessariamente vinculado ao prazer, ao reconhecimento e crescimento profissional, sendo que este vem sendo percebido como uma fonte de sofrimento e adoecimento do trabalhador, que aparece muitas vezes quando o indivíduo passa a não modificar sua atividade no sentido de torná-la mais adequada às suas necessidades fisiológicas e aos seus desejos. Nesse sentido, assiste-se a desvalorização do exercício laboral e desestruturação dos laços de cooperação de solidariedade no trabalho (Lucena, Benito, 2015).

A síndrome de Burnout é uma resposta ao estresse laboral crônico, é a condição de alguém que se tornou fisicamente e emocionalmente cansado depois de fazer um trabalho por um longo período de tempo. Isso porque, o trabalho nem sempre possibilita realização profissional. Pode, ao contrário, causar problemas desde insatisfação até exaustão. Essa exaustão da força emocional, física e comportamental normalmente é o resultado do stress prolongado ou frustração que estão vinculados ao trabalho (Al-Asad et al., 2018). Enquanto fenômeno está mazela é constituída de três dimensões, a exaustão emocional representa o aspecto individual e é o fator central do esgotamento de recursos emocionais, bem como da falta de energia para enfrentar as situações inerentes ao trabalho; enquanto isso a despersonalização caracteriza-se pela insensibilidade emocional observada enquanto estratégia defensiva, também comum às situações em que o profissional trata seus clientes e colegas como objetos, prevalecendo a dissimulação afetiva, a indiferença e o distanciamento. Por último tem-se a falta de realização pessoal, uma vez que o indivíduo faz uma auto avaliação negativa de sua vida profissional e social, em que o sentimento de inadequação e incompetência, prevalecem (Lucena, Benito, 2015; Massa, 2016; Aranda et al., 2018).

O cenário educativo brasileiro apresenta um quadro bastante problemático no que se refere às questões relacionadas à saúde dos professores e às condições de trabalho, a prova disso é que professores ocupam o segundo lugar das categorias ocupacionais com doenças. Ensinar é uma atividade, em geral, altamente estressante, com repercussões evidentes na saúde física e mental e no desempenho profissional dos professores (Baptista et al., 2019). Segundo o Ministério da Saúde a partir da portaria nº 1339 de 18 de novembro de 1999, instituiu a lista de Doenças relacionadas ao Trabalho, e incluiu a Sensação de Estar Acabado (“Síndrome de Burn-Out”, “Síndrome do Esgotamento Profissional”) (Z73.0), nos transtornos mentais e do comportamento relacionados com o trabalho, tendo como agentes etiológicos ou fatores de risco

de natureza ocupacional o ritmo de trabalho penoso (CID10 Z56.3) e outras dificuldades físicas e mentais relacionadas com o trabalho (CID10 Z56.6) (Zorzanelli, Vieira, & Russo, 2016).

A atividade docente tem sido alvo de muitas investigações, visto que no cotidiano de trabalho do professor estão presentes estressores psicossociais relacionados à natureza de sua função, quanto ao contexto institucional e social em que estão inseridos. No que tange ao exercício da docência, o profissional exerce papel de cuidador com os seus alunos, professando conhecimento difundido e expondo conceitos e interpretações para que haja desenvolvimento dos seus alunos. Vale ressaltar que o estresse no trabalho docente foi descrito pela primeira vez na literatura em 1997, como um produto das experiências difíceis vivenciadas no trabalho, que geram sentimentos de raiva, ansiedade, tensão e depressão (Dalagasperina & Monteiro, 2016). A destreza desse profissional tem passado por processos de modificações devidos consequências de alterações no ponto de vista de educação, a qual têm aumentado as responsabilidades e exigências que se projetam sobre os educadores, coincidindo com um processo histórico de uma rápida transformação do contexto social que tem sido traduzido em uma modificação do papel do professor (Dessbesell, Fabricio, & Kelm, 2018). Como causas de adoecimento encontram-se: ritmo intenso e precárias condições de trabalho, aumento da exigência cognitiva, perda de autonomia em sala de aula, falta de acompanhamento técnico, políticas de educação insuficientes salários insatisfatórios, não reconhecimento social do trabalho indisciplina/violência e desinteresse dos alunos (Fernandes & Vandenbergue, 2018). Neste sentido, as condições e organização do trabalho do professor apresentam características que o expõem a fatores estressantes, os quais, se persistentes, podem levar à síndrome de Burnout – SB, especialmente quando a rotina profissional é preenchida por excessiva pressão, conflitos, poucas recompensas emocionais e pouco reconhecimento. Aliado a isso se ressalta a ansiedade em fazer seu trabalho de modo que este seja coerente e responsável, mas também dinâmico a ponto de ser bem recepcionado pelos diferentes perfis de discentes (Slišković, Burić, & Sorić, 2019).

Tendo em vista o caráter multifatorial da síndrome, é considerável assimilar os fatores laborais e psicossociais que podem estar agregados ao processo de adoecimento. Assim, constata-se que o comparecimento de um quadro indicativo da síndrome de Burnout é excessivamente grave, na proporção em que acomete consideravelmente a prática docente, bem como interfere no bem-estar e qualidade de vida no trabalho. Ressalta-se ainda que a docência seja considerada pela Organização Internacional do Trabalho (OIT) como uma atividade de risco desde 1981, uma vez que os professores compõem a segunda categoria profissional mais acometida por doenças ocupacionais em nível mundial (Borba et al., 2017). Ainda nesse contexto, as atividades docentes por serem centradas no ser humano são respaldadas pela subjetividade, interatividade, cognição e pelo resultado sobre o outro indivíduo, de modo que são geradas incertezas, ansiedades, medos e conflitos que configuram a carga psíquica do trabalho. Somado a isso, observa-se a obrigatoriedade da titulação como fator hierárquico e a produção científica excessiva e quantificada como meio para alcançá-la (Forattini & Lucena, 2018).

O Burnout é um evento psicossocial associado a conjuntura laboral que acomete os profissionais que desenvolvem suas atividades de maneira direta e emocional com público. É subjetivo e instituído de cognições, emoções e atitudes negativas ligadas as pessoas e ao trabalho. Devido ao aumento de ambientes de trabalho hostis e exigentes o estresse crônico diminui a habilidade neurológica da pessoa o que dificulta ainda mais o combate a outros fatores estressores, levando a mais estresse (Slišković, Burić, & Sorić, 2019). Com base no apresentado, e diante dos fatores estressores ocupacionais, é sabido que existem treze principais sinais da doença. Segundo o autor, o primeiro sinal da doença é a exaustão que ocorre quando o indivíduo se sente cansado o tempo inteiro, sensação de não ter mais energia; seja ela de ordem física ou mental. O segundo sinal é a falta de motivação interna para fazer o seu trabalho, evita projeto e busca maneira de escapar de suas funções. O terceiro sinal é o cinismo, caracterizado pela desilusão com tudo e todos; tornando-se mais pessimista que o normal. O quarto sinal são os problemas cognitivos, sofre alteração na atenção, concentração, habilidades e capacidade de resolução de problemas. O quinto sinal é a performance diminuída e a falta de disposição para realizar o que era feito anteriormente. O sexto sinal são os problemas interpessoais no trabalho, e em casa passa a ter mais conflitos do que normalmente tinha com outras pessoas. Sensação de estar fisicamente presente, mas a mente desligada (Cunha, Silva & Falcão, 2017).

O sétimo sinal são os hábitos não saudáveis. Passam a viver uma vida sedentária, param de cuidar da saúde, começam a beber, fumar, não dormem o suficiente e se auto medicam com remédios para dormir. O oitavo sinal é a insônia, o indivíduo tem dificuldade de dormir e de permanecer dormindo, mesmo estando exausto. O nono sinal é a preocupação com o trabalho em excesso. Passa a pensar demais no trabalho quando não está nele ou nas suas horas de lazer; pode significar que o seu trabalho está interferindo na sua habilidade de se recuperar do estresse do dia. O décimo sinal é a satisfação pelas coisas diminuída, a infelicidade e insatisfação

com a correria e vida familiar. O décimo primeiro sinal é a ansiedade, tensão, preocupação, sensação de estar no limite. O décimo segundo sinal é o isolamento. Inicialmente, não quer sair e mantém os outros para fora. O décimo terceiro são os problemas de saúde. O estresse crônico pode desencadear problemas de saúde sérios, como: problemas cardiovasculares, gastrointestinais, depressão, obesidade, tontura e desmaios (Cunha, Silva & Falcão, 2017).

Para a enumeração dos fatores de risco associados ao desenvolvimento do Burnout, são levadas em consideração quatro dimensões: a organização, o indivíduo, o trabalho e a sociedade. Ao que corresponde aos fatores de risco na organização para o desencadeamento da doença estão a falta de autonomia, falta de respeito entre os membros da equipe e o chefe, normas institucionais muito rígidas, sobrecarga de horário trabalhado (Bicalho et al., 2019). Presume-se que a peculiaridade do indivíduo pode ter associação de menores ou maiores relação à doença. Dentro dos fatores de risco individuais, os mais importantes são: o estilo de vida, histórico pessoal ou familiar de transtornos mentais, se tem alguma atividade de lazer ou hobby e o nível de conexão interpessoal. Quanto ao trabalho destacam-se a sobrecarga, o baixo nível de controle das atividades ou acontecimentos, ambiguidade de papel e o precário suporte organizacional. Aliado a isso, os professores, por exemplo, realizam atividades complementares, reduzindo o tempo destinado para descanso, lazer, sono e alimentação saudável, bem como para atualização profissional, levando-os à insatisfação e à insegurança nas atividades desempenhadas (Bicalho et al., 2019; Kind et al., 2018).

Ressalta-se ainda a pressão física e psicológica inerente aos profissionais que lidam com alunos maus comportados, a falta de apoio de colegas e supervisores, regras e perfil sócio demográfico da escola, seja ela privada ou pública, além dos fatores pessoais como idade, sexo e anos de serviço (Al-Asadi et al., 2018; Aranda et al., 2018; Arvidsson et al., 2019). Ademais, o ensino é um exercício contínuo de interação com o aluno dotado de motivação, atitudes e empenho particulares, o que pode implicar sobre o emocional do docente, uma vez que esse devem demonstrar suas impressões com restrição, sendo submetido muitas vezes à ocultação de suas emoções (Pinho & Mattos, 2018). Nesse sentido, é notório que as causas do Burnout são multifatoriais, uma vez que reuni características pessoais, do perfil de atividade realizada e das variáveis pertencentes à instituição onde as atividades são desempenhadas. De modo que esses fatores em menor ou maior grau podem mediar ou fomentar o estresse ocupacional e possivelmente a síndrome de Burnout (Slišković, Burić, & Sorić, 2019). Dessa forma, verifica-se que tal condição afeta não só a subjetividade das vítimas, mas também tem consequências fisiológicas, ao comprometer a saúde física e mental dos trabalhadores. Bem como, têm implicações direta sobre a qualidade de vida e laboral dessas pessoas e até mesmo daquelas que o cercam (Aranda et al., 2018). Uma pesquisa desenvolvida por Andrade, Sousa e Andrade (2016) na Universidade Federal do Pará envolvendo 42 professores, mediante investigação exploratória e descritiva, concluiu que desses 69,05% encontravam-se exauridos emocionalmente, ao passo que 30,95% foram considerados eficazes no trabalho. Números esses que sugerem uma reflexão sobre as consequências da síndrome para os docentes e a necessidade de estratégias organizacionais mais efetivas para o combate ao Burnout, de tal forma a promover o bem-estar no trabalho e a saúde mental e física dos docentes (Andrade, Sousa, & Andrade, 2016).

Um instrumento importante para lidar com a síndrome de Burnout pode-se destacar o exercício do psicodiagnóstico. Caracterizado por sustentar as ações dos profissionais de psicologia, na perspectiva de reduzir os riscos de enganos e contribuir para um conhecimento mais acurado a respeito dos pacientes que procuram ajuda. A aplicação de tal metodologia é respaldada por quatro funções principais, a saber, a construção do diagnóstico por meio de entrevista, e se necessário, da aplicação de testes psicológicos; para avaliação do tratamento (re-testes); como meio de comunicação, favorecendo o autoconhecimento, conduzindo o sujeito a tomado de consciência do seu próprio sofrimento, e possivelmente a adotar atitudes que colaborem com o tratamento. Como quarta e última característica tem-se a investigação do sujeito e não de uma possível psicopatologia. Dessa forma, o psicodiagnóstico é um processo temporalmente limitado, que emprega métodos e técnicas psicológicas para compreender os problemas, avaliar, classificar e prever o curso do caso, culminando na comunicação dos resultados (Slišković, Burić, & Sorić, 2019).

Através da entrevista inicial é possível extrair informações para levantar as possíveis hipóteses diagnóstica. Ao decorrer do processo, deve-se considerar que para formular uma possível hipótese diagnóstica de Burnout é relevante que o professor universitário tenha os seguintes indícios: esgotamento emocional, cansaço, o grau de desesperança em relação ao trabalho, desmotivação, mudança da postura do profissional em relação ao seu trabalho, um distanciamento emocional tanto dos alunos em sala de aula, quanto dos outros colegas de profissão. Por vezes, isso impacta até no relacionamento com os familiares e uma insatisfação crônica com o trabalho (Melo & Carlotto, 2017). Muitos sintomas são semelhantes ao de um quadro depressivo; pode acontecer um cansaço, sentimento de tristeza, em quadros mais graves o isolamento e as



vezes até pensamento suicida. No entanto, a evolução é diferente de um quadro depressivo. No quadro depressivo, se a pessoa é afastada do trabalho, ela continua deprimida em casa; no Burnout, a mudança da organização do trabalho pode resolver ou diminuir os sintomas (Baptista et al., 2019). O Burnout é uma consequência de um longo período de estresse. O que difere do estresse é que esse pode apresentar aspectos tanto positivo, quanto negativo, assim como, tem um caráter, geralmente, episódico. Entretanto por conta da existência de muitos sintomas em comum, especialmente a ansiedade, o desânimo e sensação de desgaste podem confundir o diagnóstico, dessas duas condições. Porém, o Burnout tem sempre um caráter negativo, estando relacionado a fatores laborais; ou seja, está associado com o mundo do trabalho do indivíduo, o que não necessariamente ocorre com o estresse. Desse modo, estresse e Burnout não devem ser diferenciados com base em seus sintomas, mas sim em seu processo (Silva et al., 2019).

Diante da semelhança e características dos sintomas entre a depressão, o estresse e Burnout a aplicação dos testes psicológicos, como o inventário de sintomas de stress para adultos de LIPP (ISSL) e o questionário para a avaliação da síndrome de Burnout (CESQT) auxiliam para que se tenha um diagnóstico mais assertivo. O teste ISSL tem como objetivo medir qual o nível de estresse que se encontra o paciente. Existem quatro fases do estresse, sendo eles: fase de alerta, fase de resistência, fase de quase exaustão e fase de exaustão. Saber em qual fase o indivíduo se encontra, pode ser um fator determinante na detecção da síndrome. O CESQT é um novo instrumento de mensuração responsável por avaliar o nível de sintomatologia relacionada ao Burnout. É composto por três escalas de medida, relacionadas com aspectos pessoais, do trabalho e do paciente que pode ser utilizado em diferentes domínios. Teve por base um estudo prospectivo de Burnout em trabalhadores no setor de serviços humanos o projeto sobre Burnout, motivação e satisfação no trabalho. Avalia o indivíduo através de um questionário sendo relevante quatro dimensões; entusiasmo face ao trabalho, desgaste psicológico, indolência e culpa, permitindo obter resultados por escala e no total (Dalcin & Carlotto, 2018; Baptista et al., 2019).

## Discussão

O desfecho da síndrome de Burnout foi desdobrado 1974 nos Estados Unidos (EUA) pelo psiquiatra Herbert Freudenberger, que descreveu o fenômeno a partir da observação seus colegas, que apresentavam um quadro de exaustão profunda, perda de motivação e responsabilidade para com o trabalho. Após essa avaliação, o psiquiatra americano iniciou um estudo abrangente sobre o Burnout a partir do levantamento dos primeiros sintomas da exaustão profissional (Lucena & Benito, 2015). Burnout é definida como uma condição na qual o trabalhador perde o sentido da sua relação com o trabalho, de forma que as coisas já não importam mais e qualquer esforço lhe parece ser inútil. A síndrome recebeu essa definição devido ao real significado dessa palavra no seu original. Segundo um jargão da língua estrangeira como aquilo que deixou de funcionar por absoluta ausência de energia (Slišković, Burić, & Sorić, 2019). Essa condição é também reconhecida por representar um risco ocupacional para profissões que envolvem cuidados com saúde, educação e serviços humanos (Sakae et al., 2017).

Um estudo feito por Aranda (2018), com 250 docentes de faculdades do curso de humanas, enfermagem, ciências contábeis e administração dos quais 170 eram homens e o restante mulheres, analisou as três dimensões associadas a síndrome de Burnout, ou seja esgotamento emocional, despersonalização e realização pessoal. No que refere a essa última variável os cursos das áreas de humanas e enfermagem apresentaram melhores índices, ao passo que em análise ao esgotamento e despersonalização, contábeis e administração revelaram os maiores números. Ao comparar essas mesmas dimensões entre os sexos, observou-se que os homens são mais acometidos pela SB do que as mulheres, uma vez que apresentaram uma média de 16.4 referentes ao comprometimento emocional, enquanto o sexo feminino 11.7; quanto à despersonalização o sexo masculino revelou uma média de 4.03 e as mulheres 1.8 (Aranda et al., 2018).

Além do comprometimento psicoemocional, algumas manifestações físicas são comuns aos que são diagnosticados com Burnout, a saber, nervosismo, dificuldade de concentração, intolerância a frustração, bem como dores de cabeça, insônia, alergias, alterações gastrointestinais, taquicardia, entre outras. Diante do exposto anteriormente, é imprescindível e essencial que medidas preventivas e de promoção à saúde sejam executadas, com a finalidade de restringir a incidência e reduzir os efeitos do Burnout. Aderindo estratégias individuais e organizacionais é possível combater e minimizar os efeitos da síndrome no educador. No que se refere às intervenções a nível individual, diversas técnicas psicológicas são úteis para melhorar as habilidades de enfrentamento e redução de Burnout. Complementarmente às ações individuais, as instituições também necessitam ser flexíveis para facilitar as circunstâncias em que se desenvolvem as atividades do trabalho. Dessa forma, as empresas devem criar maneiras a promover o bem-estar, ambiente adequado,

autonomia de participação, estratégia e planejamento, resolução de problemas de forma justa e incentivos ao trabalhador (Aranda et al., 2018).

O programa de prevenção tanto individual, quanto organizacional, devem ser de forma contínua. Diante da complexidade da Síndrome e de seu poder de comprometimento na vida pessoal, social e ocupacional do trabalhador, o indivíduo que já se encontra acometido pela síndrome, a busca de um atendimento profissional é o mais indicado. A psicoterapia e em alguns casos, os medicamentos farmacológicos podem ser efetivos para o tratamento do Burnout. Além do tratamento com profissionais de saúde, manter relacionamentos interpessoais de boa qualidade, suporte familiar, a prática de atividade física, alimentação balanceada, retomada de hobbies e de hábitos saudáveis de vida que trazem prazer é de fundamental importância (Kind et al., 2018).

### Considerações finais

A pressão estressante sobre o sujeito-professor advém de várias situações. A realidade da organização educacional - privada, estadual ou federal - pode não contemplar a profissão docente. Com o excesso de responsabilidades e exigências sobre esses educadores, levam esses profissionais que desenvolvem suas atividades de maneira direta e emocional com público a desenvolver um quadro de Burnout, que é uma resposta ao estresse laboral crônico. O teste psicológico Inventário de Sintomas de Stress para Adultos LIPP (ISSL) é um instrumento que mede em qual fase/nível de estresse se encontra o indivíduo, podendo assim, ser um fator determinante para um possível diagnóstico. O Questionário para Avaliação da Síndrome de Burnout (CESQT), é um instrumento que avalia o indivíduo através de um questionário que obtém resultados de quatro escalas; entusiasmo face ao trabalho, desgaste psicológico, indolência e culpa, o uso de tais instrumentos fornece subsídios que tem a intenção de auxiliar no processo do psicodiagnóstico. Os professores universitários exercem ocupações das quais suas atividades estão direcionadas aos alunos envolvendo um contato muito próximo, de caráter emocional. Podendo assim, constatar que é subjetivo e instituído de cognições, emoções e atitudes negativas estando associada diretamente as pessoas e ao trabalho. Verificou-se que essa exaustão da força emocional, física e comportamental normalmente é o resultado do estresse prolongado ou frustração vivida por essa classe de profissionais, estando vinculados ao setor ocupacional. Entende-se que todo profissional cuidador, de maneira geral, configura-se como um grupo de risco para desenvolvimento da síndrome de Burnout, sobretudo, o docente. Os instrumentos utilizados como forma de auxiliar o processo psicodiagnóstico, são de grande valia na definição do diagnóstico da síndrome.

### Referências

- Al-Asadi, J., Khalaf, S., Al-Waaly, A., Abed, A., & Shami, S. 2018. Burnout among primary school teachers in Iraq: prevalence and risk factors. *Eastern Mediterranean Health Journal*, 24(03), 262-268.
- Andrade, E. P., Sousa, P. A., & de Andrade, E. P. 2016. A construção do psicodiagnóstico: seus processos e as interferências sofridas. *Encontro Internacional de Formação de Professores e Fórum Permanente de Inovação Educacional*, 9(1), 1-10.
- Aranda, G. I. P., Gutiérrez, A. K. A., Vela, A. G. C., & Carmona, S. E. 2019. Síndrome de burnout en el profesorado de la Universidad Autónoma de Campeche (México). *Apuntes de Psicología*, 36(3), 129-134.
- Arvidsson, I., Leo, U., Larsson, A., Håkansson, C., Persson, R., & Björk, J. 2019. Burnout among school teachers: quantitative and qualitative results from a follow-up study in southern Sweden. *BMC Public Health*, 19(1), 655.
- 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.
- Barbosa, A. L. K. H., Grossi-Milani, R., Silva, E. S., da Silva Macuch, R., & Cortez, L. E. R. 2018. Síndrome de burnout em docentes universitários de instituições privadas. *Revista Interdisciplinar de Estudos em Saúde*, 7(2), 70-80.
- Bicalho, C. C. F., Carvalho, M. V., Andrade, N. C. L., & Guimarães, J. B. (2019). O estilo de vida influência nos índices de burnout em professores. *Brazilian Journal of Development*, 5(10), 19160-19169.
- Borba, B. M. R., Diehl, L., dos Santos, A. S., Monteiro, J. K., & Marin, A. H. 2017. Síndrome de Burnout em professores: estudo comparativo entre o ensino público e privado. *Psicologia Argumento*, 33(80).
- Corrêa, J. S. (2015). Direito do trabalho e a saúde mental do trabalhador: considerações sobre a síndrome de burnout. *Revista de Estudos Jurídicos*, 2(25), 56-71.
- Cunha, R. V., Silva, F. R., & Falcão, M. 2017. Escuta e Síndrome de Burnout: uma estratégia para um ambiente de trabalho mais saudável. *REASU-Revista Eletrônica de Administração da Universidade Santa Úrsula*, 2(1), 1-5.

- Dalagasperina, P., & Monteiro, J. K. (2016). Estresse e docência: Um estudo no ensino superior privado. *Revista Subjetividades, 16*(1), 37-51.
- Dalcin, L., & Carlotto, M. S. 2017. Síndrome de burnout em professores no Brasil: considerações para uma agenda de pesquisa. *Psicologia em Revista, 23*(2), 745-770.
- Dalcin, L., & Carlotto, M. S. 2018. Avaliação de efeito de uma intervenção para a Síndrome de Burnout em professores. *Psicologia Escolar e Educacional, 22*(1), 141-150.
- Dessbesell, V. H., Fabricio, A., & Kelm, M. L. 2018. Incidência da Síndrome de Burnout em docentes do ensino superior no noroeste do Rio Grande do Sul. *Revista Brasileira de Administração Científica, 9*(2), 50-61.
- Fernandes, G. C. P. S. & Vandenbergue, L. 2018. O estresse, o professor e o trabalho docente. *Revista Labor, 1*(19), 75-86.
- Ferreira, R. C., Silveira, A. P. D., Sá, M. A. B. D., Feres, S. D. B. L., Souza, J. G. S., & Martins, A. M. E. D. B. 2015. Trastorno mental y estresores en el trabajo entre profesores universitarios en el área de la salud. *Trabalho, Educação e Saúde, 13*(1), 135-155.
- Forattini, C. D., & Lucena, C. 2015. Adoecimento e sofrimento docente na perspectiva da precarização do trabalho. *Laplage em Revista, 1*(2), 32-47.
- França, T. L. B., Oliveira, A. C. B. L., Lima, L. F., Melo, J. K. F., & Silva, R. A. R. 2014. Síndrome de Burnout: características, diagnóstico, fatores de risco e prevenção. *Revista de Enfermagem UFPE, 8*(10), 3539-46.
- Kind, N., Eckert, A., Steinlin, C., Fegert, J. M., & Schmid, M. 2018. Verbal and physical client aggression—A longitudinal analysis of professional caregivers' psychophysiological stress response and burnout. *Psychoneuroendocrinology, 94*, 11-16.
- Lucena, T. I., & Benito, L. A. O. 2015. Síndrome de burnout em profissionais de enfermagem em um pronto socorro do Distrito Federal. *Universitas: Ciências da Saúde, 13*(1), 1-7.
- Massa, L. D. B., de Souza Silva, T. S., Sá, I. S. V. B., de Sá Barreto, B. C., de Almeida, P. H. T. Q., & Pontes, T. B. 2016. Síndrome de Burnout em professores universitários. *Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo, 27*(2), 180-189.
- Massa, L. D. B., de Souza Silva, T. S., Sá, I. S. V. B., de Sá Barreto, B. C., de Almeida, P. H. T. Q., & Pontes, T. B. 2016. Síndrome de Burnout em professores universitários. *Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo, 27*(2), 180-189.
- Melo, L. P., & Carlotto, M. S. 2017. Programa de prevenção para manejo de estresse e Síndrome de Burnout para bombeiros: Relato de experiência de uma intervenção. *Estudos de Psicologia, 22*(1), 99-108.
- Pinho, J. F., & de Mattos, C. A. C. (2018). A síndrome de burnout em professores: uma investigação na escola de aplicação da Universidade Federal do Pará. *Caderno de Administração, 26*(2), 136-150.
- Sakae, T. M., Schaefer, J. C. F., Pereira, M. S., Sakae, G. R. F. M., Goulart, A. P., & Schaefer, T. F. 2017. Prevalência da síndrome de burnout em funcionários da estratégia da Saúde da família em um município no sul do Brasil. *Arquivos Catarinenses de Medicina, 46*(1), 43-54.
- Silva, R. R. V., Moreira, A. D., Magalhães, T. A., Vieira, M. R. M., & Haikal, D. S. A. 2019. Fatores associados à prática de atividade física entre professores do nível básico de ensino. *Journal of Physical Education, 30*.
- Slišković, A., Burić, I., & Sorić, I. (2019). The relations between Principal support and work engagement and burnout: Testing the role of teachers' emotions and educational level. *Work, 1*-13.
- Zorzanelli, R., Vieira, I., & Russo, J. A. (2016). Diversos nomes para o cansaço: categorias emergentes e sua relação com o mundo do trabalho. *Interface-Comunicação, Saúde, Educação, 20*, 77-88.

## Minicurrículo

**Leandra dos Santos Gonçalves.** Psicóloga graduada pela Unime, especialização em andamento em neuropsicologia, tem experiência profissional com adolescentes, gestantes e idosos.

**Camila Santos de Santana.** Bacharel em História pela Faculdade Santo Agostinho, Pós-graduada em Língua brasileira de sinais (Libras).

**Gabriel Coutinho Gonçalves.** Fisioterapeuta. Especialista em Residência Multiprofissional em Saúde da Família. Especialista em Micropolítica na Gestão e no Trabalho em Saúde. Mestrando em Planejamento e Políticas Públicas (UECE). Centro de Estudos Sociais Aplicados - Programa de Políticas Públicas.

**Dennys Ramon de Melo Fernandes Almeida.** Possui especialização em Micropolíticas da Gestão e do Trabalho em Saúde pela Universidade Federal Fluminense (UFF). É mestre em Patologia pela Universidade Federal do Ceará (UFC) e doutorando em Ciências Odontológicas pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN). Tem experiência na área de Odontologia atuando principalmente nos seguintes temas: atenção primária em saúde, ensino superior, lesões periapicais e neoplasias de cavidade oral. Atualmente é membro da Sociedade Brasileira de Estomatologia e Patologia Oral.

**Juliana Campos Pinheiro.** Cirurgiã-Dentista graduada pela Universidade Tiradentes em Sergipe (2010-2015). Mestre em Patologia Oral pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN) (2016-2018); Doutorado em Ciências Odontológicas (andamento)- área de concentração: Biologia Experimental- UFRN (2018-2022); Membro da Sociedade Brasileira de Estomatologia e Patologia Oral (2016-atualmente).

**Como citar:** Gonçalves, L.S., Santana, C.S., Gonçalves, G.C., Almeida, D.R.M.F., & Pinheiro, J.C. 2020. A importância do psicodiagnóstico em professores universitários portadores da síndrome de Burnout. *Pubsaúde*, 3, a034. DOI: <https://dx.doi.org/10.31533/pubsau3.a034>

**Recebido:** 9 mai. 2020.

**Revisado e aceito:** 13 mai. 2020.

**Conflito de interesse:** os autores declaram, em relação aos produtos e companhias descritos nesse artigo, não ter interesses associativos, comerciais, de propriedade ou financeiros que representem conflito de interesse.

**Licenciamento:** Este artigo é publicado na modalidade Acesso Aberto sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 (CC-BY 4.0).