

AS DIFICULDADES DO EXERCÍCIO PROFISSIONAL DA EDUCAÇÃO FÍSICA E O APARECIMENTO DE SINTOMAS SUGESTIVOS PARA A SÍNDROME DE BURNOUT, NO MUNICÍPIO DE CABO FRIO, RJ

Carla Cristina Machado¹

Prof. Alexandre Motta de Freitas²

Prof. Claudia Cristina Machado de Figueiredo de Oliveira³

RESUMO: A síndrome de Burnout é uma doença do esgotamento profissional que atinge os professores. O objetivo deste estudo foi compreender de que forma as dificuldades encontradas no cotidiano escolar contribuem para a instalação dos sintomas da Síndrome de Burnout nos professores de Educação Física do Ensino Fundamental. Foi aplicado um questionário a 12 docentes. A Síndrome de Burnout não foi identificada em nenhum indivíduo da amostra, tal fato pode ser atribuído à prática de atividade física, maior relação afetiva e tipo de personalidade. Mesmo sem nenhum caso da Síndrome, suas subescalas puderam ser percebidas em quase todos os indivíduos estudados. Deste modo, é necessário que sejam adotadas medidas que visem melhorar as condições de trabalho e de vida dos profissionais licenciados em Educação Física.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout, Educação Física, Trabalho.

ABSTRACT: Burnout syndrome is a disease that affects the burnout teachers. The objective of this study was to understand how the difficulties encountered in everyday school life contribute to the onset of symptoms of Burnout Syndrome in Physical Education teachers of elementary school. A questionnaire was applied to 12 teachers. The Burnout Syndrome was not identified in any individual sample, this fact can be attributed to physical activity, higher affective relationship and personality type. Although no cases of syndrome, its subscales could be seen in almost all subjects studied. Thus, it is necessary that measures to improve the working conditions and lives of licensed professionals in Physical Education are adopted.

Keywords: Burnout Syndrome, Physical Education, Work.

¹ Graduanda em Educação Física – Bacharelado pela Universidade Veiga de Almeida, *campus* Cabo Frio

² Mestre em Ciência da Motricidade Humana pela Universidade Castelo Branco, professor e coordenador dos cursos de Licenciatura, Bacharelado e Pós-Graduação em Educação Física na Universidade Veiga de Almeida (*campus* Cabo Frio) e professor da rede municipal em Nova Iguaçu.

³ Mestre em Biologia, professora dos cursos da área de saúde na Universidade Veiga de Almeida, *campus* Cabo Frio

1. INTRODUÇÃO

A ideia deste estudo surgiu mediante a constatação de muitas pesquisas realizadas nessa área (BOTH, 2008; KRUG, 2008; CAPARROZ, 2001; BETTI *et al.*, 1997), nas quais se compara a atuação dos professores com uma situação ideal de ensino, desconsiderando, muitas vezes, o que acontece na sua realidade. Tal evidência torna-se bastante clara na fala de um dos professores entrevistados por Daolio (1995), ao relatar que os pesquisadores vão para a escola, usam os professores e depois os criticam em suas análises. Consideramos fundamental valorizar e conhecer as limitações e possibilidades que caracterizam o contexto do ensino-aprendizagem da disciplina de Educação Física na escola, de modo que seja possível construir e implementar uma intervenção significativa e de qualidade, a partir da realidade do professor. Dessa maneira, o conhecimento produzido através de pesquisas acadêmicas deixa de apresentar um caráter supremo e impositivo, passando a ser formulado a partir das necessidades concretas da realidade educacional.

Embora exista um consenso na literatura internacional de que a Síndrome de Burnout é uma resposta ao estresse laboral crônico, essa resposta não deve ser confundida com estresse, pois estresse, é um esgotamento pessoal com interferência na vida do indivíduo, e não necessariamente na sua relação com o trabalho (AGUIAR *et al.*, 2009). Nesse sentido, as diferenças entre estresse e Síndrome de Burnout estão no fato de que o estresse pode desaparecer após um período adequado de descanso e repouso, enquanto que a Síndrome de Burnout não regride com as férias e nem com outras formas de descanso (BOTH, 2008). É necessário, portanto, refletir sobre o fato da Síndrome de Burnout estar intimamente relacionada a outros conceitos já existentes, e é difícil estabelecer diferenças claras entre eles, como acontece com o estresse.

O objetivo deste estudo foi compreender de que forma as dificuldades encontradas no cotidiano escolar contribuem para a instalação dos sintomas da Síndrome de Burnout nos professores de Educação Física do Ensino Fundamental no Município de Cabo Frio, RJ. Os objetivos específicos foram verificar as dificuldades enfrentadas pelos profissionais de Educação Física durante seu exercício profissional, e identificar se haviam manifestações sugestivas da Síndrome de Burnout nos professores que fizeram parte deste estudo.

2. METODOLOGIA

A metodologia utilizada neste estudo foi a pesquisa quantitativa através de questionários aplicados ao objeto de estudo, com a finalidade de coletar dados, que permitiram a melhor compreensão do problema. É um trabalho descritivo, de estudo seccional. A natureza exploratória deste estudo deve-se ao fato de seu objetivo proporcionar maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito, visto que a Síndrome de Burnout é um problema cuja investigação local e regional é recente, necessitando ainda ser mais explorado.

Foram selecionados, como elementos da população a ser estudada, professores de Educação Física, para as séries do segundo ciclo do Ensino Fundamental, da rede pública municipal, atuantes no primeiro

distrito do Município de Cabo Frio, RJ. Fizeram parte do estudo 12 professores de Educação Física. Para inserir os professores no estudo foram elencados os seguintes critérios de inclusão dos sujeitos, quais sejam: professores com formação inicial em Educação Física, atuantes frente aos alunos, com vínculo empregatício na rede municipal de ensino. E como critérios de exclusão foram determinados: professores ministrantes da disciplina de Educação Física sem formação inicial na área, professores de Educação Física que não atuam frente a alunos (seja ocupando cargos administrativos, seja ministrando aulas para outros segmentos que não o segundo ciclo do Ensino Fundamental) e professores de Educação Física desvinculados da rede municipal de ensino.

Para a elaboração deste trabalho optou-se pelo questionário, com dados sócio-demográficos e onze perguntas fechadas, como instrumento de coleta de informações, pois este procedimento possibilita atingir a amostra da pesquisa de forma qualitativa. Cervo e Berviam (1996) consideram o questionário como "(...) a forma mais usada para coletar dados, pois possibilita medir com melhor exatidão o que se deseja".

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para melhor operacionalização das informações, os resultados do estudo foram organizados em três grupos, quais sejam: os dados sociodemográficos, as características sobre a atuação profissional e a Síndrome de Burnout. Dessa forma, no decorrer da análise, foram realizadas aproximações entre os itens abordados, no entendimento de que são complementares às informações.

3.1. PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO DOS PARTICIPANTES

A amostra do estudo foi composta por 12 professores do segundo ciclo do Ensino Fundamental do Município de Cabo Frio/RJ. Houve variação entre 2 e 23 anos de atuação com a docência. Desse total, 7 são do sexo masculino e 5 do sexo feminino. A idade média dos professores entrevistados foi de 39,6 anos, com o mais novo dos entrevistados tendo 28 anos e os mais velhos com 47 anos (dois entrevistados). Nesta amostra o tempo médio de magistério foi de 10,8 anos, sendo o professor menos experiente com dois anos de magistério e o mais experiente com 23 anos de prática docente. Os dados são relevantes, pois a experiência permite que o professor aprenda a ensinar melhor no ano seguinte o que ensinou no ano anterior. Mas, de acordo com estudos (BERNARDI, 2006; BETTI e MIZLIKAMI, 1997; CAPARROZ, 2001), a relação entre experiência e aprendizado tende a ser não linear. Acreditamos com base nos dados na tendência da não-linearidade, devido ao número de professores desmotivados. Quanto ao estado civil, 66,6% casados, 25% separados. Somente 1 viúvo (8,33%). Nenhum docente declarou-se solteiro. Esse resultado reflete a faixa etária dos entrevistados.

3.2. CARACTERÍSTICAS SOBRE A ATUAÇÃO PROFISSIONAL

Todos os professores entrevistados lecionam na rede municipal de ensino para turmas de 6º ano, 7º Ano,

8º Ano e 9º ano. Destes, 83,33% lecionam nos turnos da manhã e da tarde, e apenas 16,67% lecionam exclusivamente no turno da tarde. Todos os docentes entrevistados trabalham com as turmas de 6º ao 9º Ano do ensino fundamental, nos turnos da manhã e da tarde. Nenhum trabalha à noite, na rede municipal.

Em relação ao tipo de cliente (estudantes atendidos pelos professores) por gênero, chamou-nos a atenção para o número de turmas mistas (73,34%), contra 13,33% exclusivamente masculino e 13,33% exclusivamente feminino. Esses dados demonstram que a rede municipal aderiu à proposta dos Parâmetros Curriculares Nacionais - PCN's (BRASIL, 1997) quando se refere à Educação Física como a área do conhecimento que introduz e integra os alunos na cultura corporal do movimento, com as finalidades de lazer, expressão de sentimentos, afetos e emoção, manutenção e melhoria da saúde, evitando, dessa forma, relações sociais preconceituosas e estereotipadas. Aponta para a perspectiva metodológica de ensino e aprendizagem que busca o desenvolvimento da autonomia, cooperação, participação social e da afirmação de valores e princípios e valores democráticos. Estes princípios democráticos visam à recuperação de qualquer tipo de discriminação e exclusão social. Sobre isso o PCN afirma que:

No que tange a questão de gênero, as aulas mistas de educação física podem dar oportunidade para que meninos e meninas convivam, observem-se, descubram e possam aprender a ser tolerantes, a não discriminar e a compreender as diferenças, de forma a não reproduzir estereotipadamente relações sociais autoritárias. (BRASIL, 1997, p. 3)

Ainda segundo os PCNs, sobre o papel da escola e do professor de Educação Física, a escola configura-se como um espaço diferenciado aonde as diferentes competências com as quais as crianças chegam à escola deverão ser ressignificadas e ao professor é atribuída a função de oportunizar uma variedade de atividades em que diferentes competências sejam exercidas e as diferenças individuais sejam valorizadas.

Na questão sobre o tipo de vínculo com a Prefeitura Municipal, a maioria dos professores entrevistados é concursada (66,6%), sendo apenas 16,66% professores contratados e um professor (8,33%) não respondeu à questão. Segundo Nunes (2001), o vínculo empregatício efetivo pode ser considerado positivo para a valorização dos professores, medida em que agrega ao trabalho docente características como estabilidade, progressão na carreira, criação de vínculo com uma unidade escolar. Esses fatores também são relevantes para a construção de um ensino de qualidade (LIBÂNEO, 1985).

Em relação à formação continuada 58,33% fez (ou faz) algum curso, enquanto 41,66% não fizeram nenhum curso após a graduação. Os dados demonstram falta de motivação para o profissional qualificar-se. Em conversa com esses professores que não investem em formação continuada, ficaram claras duas questões: a econômica, pois os professores precisam investir parte de seus salários para participar de cursos e capacitações; e a questão da desmotivação. Mesmo quando são oferecidos cursos gratuitos, os profissionais relataram não ter interesse, devido à falta de retorno, seja social, econômico ou político.

Quando questionados se tem, ou se já tiveram, vontade de abandonar o magistério, 58,33% responderam afirmativamente. E observamos diversas falas quanto à velocidade das mudanças sociais e tecnológicas. Tani (1998), discute se a capacidade das pessoas de se desvencilharem de valores e conceitos enraizados e que determinam ações e comportamentos é também limitada pelo medo e pela incerteza que o novo,

de um modo geral, traz. Assim, torna-se difícil para os professores ensinar algo que não seja o que foi aprendido e da forma como foi aprendido. As mudanças ocorrem, sem dúvida, mas em um ritmo muito mais lento do que seria necessário para acompanhar as mudanças que ocorrem fora da escola. A percepção de que as coisas não estão funcionando bem, juntamente com a falta de meios e condições para alterar essa situação, leva os professores a um estado de insatisfação com o trabalho docente. Nesse sentido, uma frase muito pertinente, dita por um dos professores entrevistados, nos chamou a atenção: “Além de tudo, temos de aguentar esses alunos sem educação e desinteressados”. É possível que por trás dessa fala haja muito mais do que uma simples reclamação da falta de polidez e do desinteresse dos alunos. É provável que a satisfação/insatisfação com o trabalho docente esteja intimamente relacionada com o resultado, positivo ou negativo, de sua mediação no processo ensino-aprendizagem. Assim, podemos perguntar se os professores não perderam ou não estariam perdendo referências culturais que estariam gerando desajustamentos, a tal ponto de provocar a vontade de evadir-se da profissão docente (DARIDO, 2003).

Frente à relação dos diversos sintomas sugestivos para a Síndrome de Burnout, 75% indicaram esgotamento físico, 66,6% esgotamento mental, 33,3% desânimo, 33,3% dores musculares, 75% tem irritabilidade, 50% identificaram distanciamento dos alunos, 25% acusaram sofrer com dores de cabeça 3 vezes ou mais por semana; um professor disse sentir mal-estar generalizado, 16% afirmaram ter perdido ou ganhado peso de forma involuntária, 41,6% tem dores na coluna, 75% dificuldade de concentração e 50% indicaram perda da libido. Embora o resultado seja preocupante, nenhum professor pediu afastamento por algum dos sintomas desenvolvidos.

Quanto à motivação do profissional para a atuação em aulas, 66,6% classifica como mediano, 25% dos professores estavam com alta motivação para o exercício profissional e 8,33% com baixa motivação. Talvez esse resultado seja devido à percepção de baixa valorização profissional demonstrada, aonde 66,6% dos entrevistados acredita que a disciplina de Educação Física não é valorizada pelos alunos da mesma forma que as demais, 16,6% crê ser tão valorizado quanto as demais disciplinas e 16,6% acha que só às vezes, os alunos valorizam as aulas de Educação Física.

Em relação às dificuldades encontradas para a realização de suas aulas, 91,66% dos entrevistados destacaram a ausência dos pais na vida escolar dos filhos, como parte das características sociais, o que resulta na indisciplina dos alunos. Os professores percebem claramente a diferença em termos de educação dos filhos ao longo do tempo. Por outro lado, o perfil desses professores, em especial, é de uma classe cuja maior parte dos integrantes já tem uma história no magistério. A maioria tem mais de seis anos de regência, e sendo assim, eles identificam com mais propriedade as diferenças que vêm apresentando as sucessivas gerações de alunos. Decorrente da vivência nesse contexto, os professores vêm se sentindo exaustos, sendo que referem a um sentimento que extrapola o que poderíamos considerar como “normal” após um dia de trabalho. Além disso, apontam sentimentos de tristeza quanto à rotina de aula e não manifestam satisfação em educar, mas sim, um cansaço sem retorno. Relataram que esse comportamento vem acontecendo atualmente depois de um algum tempo de magistério e que no início da atividade docente o desgaste era diferente, pois eles acreditavam que o esforço era válido, que seus alunos os respeitavam e os valorizavam em sua profissão. Em síntese, poderíamos dizer que os professores que

participaram deste estudo manifestam comportamentos sugestivos de exaustão emocional, os quais são expressivos de uma categoria que se mostra esgotada e sem um sentimento de reconhecimento profissional, o que problematiza ainda mais essa situação.

A maioria dos professores entrevistados (58,33%) afirmou não receber, em sua formação inicial, informações sobre o cotidiano escolar e as dificuldades existentes na prática pedagógica inerentes ao exercício profissional. Apenas um professor respondeu positivamente a esta questão. Claro Jr. e Filgueiras (2009) em seu trabalho para identificar as dificuldades enfrentadas pelo professor de Educação Física no início de carreira, sugerem que os cursos de formação devem contemplar técnicas de gestão de aula e de comunicação que ajudem o egresso. O conhecimento adquirido na formação inicial se reelabora e se especifica na atividade profissional, por isso esta é considerada como etapa insuficiente para atender as exigências impostas pela sociedade atual. Assim sendo, para atender a complexidade e a diversidade das situações que solicitam intervenções adequadas do profissional da educação, este deve possuir uma formação inicial sólida e de boa qualidade. Contudo Betti (1991) alerta que o exercício da profissão docente, no mundo atual, tem se mostrado de forma complexa; neste sentido o educador deve procurar alternativas que aprimorem sua prática. É necessário que o profissional da educação reconheça a importância da formação inicial, mas que encare esta apenas como a primeira etapa para uma vida profissional recheada de significações. Assim, a formação inicial vai levar o indivíduo que não possui nenhuma experiência profissional a uma formação, dandolhe a base para o desenvolvimento de um profissional comprometido com as exigências sociais, sendo que esta desenrola-se na etapa introdutória para a vida adulta, na qual o indivíduo assume seu papel na sociedade, requerendo autonomia econômica, independência social e afetiva.

Quanto a análise do panorama atual da Educação Física Escolar no Município de Cabo Frio, 33,3% dos professores avaliaram como bom, 66,6% como regular e 0% como ruim ou péssimo.

3.3 SÍNDROMES DE BURNOUT

A maioria dos professores (58,3%) afirmou já ter ouvido falar da Síndrome de Burnout, embora não acreditasse possuir nenhum dos sintomas dessa síndrome. A exaustão emocional foi relatada pelos professores como resultado do desgaste que vivenciam, rotineiramente no cotidiano escolar. Benevides-Pereira (2002), coloca que os sintomas da Síndrome de Burnout não são universais e dependem das características individuais de cada pessoa e das circunstâncias em que ela se encontra. Esses professores têm suas particularidades e alguns desenvolvem mais problemas de ansiedade, dores musculares, entre outros, dependendo de suas características individuais e do tipo de trabalho que realizam. Por sentir-se frustrado e esgotado, o professor encontra-se, internamente, incapaz de estabelecer melhores relações com seus alunos. Contudo, esse fato pode estar refletindo um processo, uma situação dramática que enfrentam muitos professores de Educação Física, pois aos professores cabe uma sobrecarga de papéis e tarefas que assumem, além daquelas inerentes aos seus ofícios, como a missão de transmitir valores e regras sociais que competem à família.

Decorrente da vivência nesse contexto, os professores se sentem demasiadamente cansados.

O acúmulo de papéis também foi mencionado em conversa com os professores, como fator de extrema relevância para o aparecimento de sintomas relacionados à exaustão emocional. Esse acúmulo, sem dúvida, gera um desgaste diário para os professores, fazendo com que se sintam emocionalmente exaustos e desenvolvam sintomas psicológicos e comportamentais que afetam sua vida profissional e pessoal. Soma-se ainda o aparecimento de sintomas físicos como dores de cabeça, insônia e dores musculares. No estudo realizado por Krug (2008), podemos constatar que a maioria dos professores de Educação Física da rede pública de ensino de Santa Maria relata um sentimento de insatisfação com a docência na escola. O peso da desvalorização social faz-se presente e, com certeza, afeta o clima de trabalho dos professores.

O quadro da educação no país frente às demandas de modernização do mundo atual, segundo Bernardi (2006), busca traduzir a qualidade do ensino pelos seus índices de produtividade, que representam: maior número de alunos por turma; enxugamento do número de profissionais; capacidade da escola em produzir conhecimentos práticos e objetivos. Quanto aos dados sobre a situação de maior estresse, fica evidenciado, no trabalho de Krug (2008), que os professores de Educação Física da rede pública de ensino de Santa Maria, declararam, em sua quase totalidade, uma insatisfação com o relacionamento com seus pares, devido aos atritos de opiniões, ao surgimento de inimizades, e a formação de grupos isolados de professores que rejeitam outros colegas. Em nossa pesquisa observamos uma sensação de desvalorização do professor de Educação Física pelos demais colegas.

O contexto em que está inserido o professor nos dias atuais contribui fortemente para desenvolver um sentimento de frustração e a manifestação de sinais que levam a pensar em exaustão emocional (ZARAGOZA, 1999). O cansaço sem retorno, somado às características individuais do professor, gera a sensação de não ter mais como continuar, como sair dessa situação. Durante as entrevistas os participantes enfatizaram a dificuldade de manter o interesse dos alunos pela escola, pois estes trabalham sem vontade de aprender, sem interesse pelos assuntos referentes à escola, e principalmente com a desvalorização, por parte do aluno e de sua família, pelo trabalho do professor. Para lidar com tal situação, cada professor, dependendo das suas características biopsicológicas e da forma como reage com as interações que acontecem diariamente, desenvolve comportamentos únicos e pessoais, como vimos no referencial adotado.

No entanto, Benevides-Pereira (2002) afirma que não existe consenso em relação a essa questão, pois enquanto alguns autores descrevem o Burnout como uma síndrome com maior incidência nos que ingressam há pouco tempo na profissão, outros defendem a posição de que a síndrome acomete os profissionais mais antigos, resultado do processo que vai se instalando ao longo do tempo de trabalho. No caso deste estudo, poderíamos dizer que a segunda possibilidade é a que mais se evidenciou, tendo em vista as falas dos sujeitos que dele participaram. Os professores referem exaustão em decorrência do acúmulo dos anos de profissão somado às condições em que trabalham.

A despersonalização vivenciada pelos professores entrevistados manifesta-se através de comportamentos específicos, como a diminuição da afetividade e da paciência com seus alunos, além da dificuldade com relação aos outros colegas. De modo geral, consideram essa maneira de agir como

uma forma de proteção que os ajuda a suportar a rotina em sala de aula. Relataram, também, que além de manterem suas posturas distantes por proteção, têm medo de proporcionar um diálogo aberto com seus alunos e estes extrapolarem os limites. Então, se restringem a ensinar apenas o necessário e não se expor além do que consideram “seguro” e “permitido”, conforme suas próprias falas. Esse tipo de comportamento dos professores pode dificultar ou mesmo impedir a construção de uma relação mais próxima entre professor e alunos, o que precisa acontecer para que o processo ensino-aprendizagem seja efetivado de maneira mais eficaz.

Outra situação vivenciada pelos participantes deste estudo que remete à possibilidade de despersonalização desses integrantes, é a diminuição da tolerância e do carinho em relação aos alunos. Os professores relataram que com o tempo de trabalho vão perdendo a paciência com os alunos e culpabilizam o comportamento dos mesmos, que não valorizam seu trabalho como profissional e não correspondem ao empenho do professor. Relatam, também, a diferença do tratamento com os alunos no início de suas carreiras e nos dias de hoje. A maioria dos professores se encontra nesta situação depois de já terem tentado várias formas de desenvolver seu trabalho de uma maneira melhor e chegaram a esse ponto, sem paciência, sem interesse, como resposta ao comportamento do aluno, também desinteressados.

A despersonalização se mostra muito presente na fala dos profissionais que participaram deste estudo. Observa-se que o sentimento de distanciamento do professor em relação ao seu aluno ocorre também com o tempo de serviço, uma vez que com as dificuldades diárias, o comportamento dos alunos leva o professor a se distanciar para tentar se preservar, além de tratar seu aluno de forma não ideal, com cinismo e sem afeto.

Uma atitude referida pelos professores deste estudo que também caracteriza a despersonalização é o afastamento deles no que se refere ao tratamento com seus colegas de trabalho. Deve ser mencionado, todavia, que esse comportamento pode ser atribuído à realidade atual de trabalho dos professores. Antigamente os professores tinham mais tempo de convívio na escola. Hoje, a carga horária de trabalho é bem maior, fazendo com que estes apenas confraternizem rapidamente, no intervalo das aulas e no recreio escolar. É o fator tempo novamente que sustenta a diferenciação desse contexto através dos anos. Com a necessidade de diversos vínculos em escolas diferentes, o tempo usado para as reuniões de planejamento em conjunto e de avaliação perderam espaço na agenda dos profissionais. Devemos considerar que a maior parte dos professores deste estudo trabalha em mais de uma escola e leciona uma carga horária excessiva, limitando o tempo de convívio não apenas com seus colegas, mas também com a família. A carga horária e o número de escolas em que lecionam os professores é um fator relevante para a Síndrome de Burnout (MOREIRA et al., 2008).

Outro aspecto apontado pelos professores é a indisciplina dos alunos, o que está diretamente relacionado com a falta de realização profissional. O professor sente que seu trabalho não está sendo bem aproveitado, o que gera frustração. Esses fatores que segundo Benevides-Perreira (2002) reduzem a satisfação do professor, evidenciam o sentimento de insuficiência, de baixa auto-estima, revelando baixa eficiência no trabalho e, por conseguinte, insatisfação profissional

Outra importante fonte de desvalorização profissional é o desprestígio do papel do professor, no

âmbito da sociedade em geral, dos pais e dos próprios alunos. Esta atitude se constitui em uma fonte inesgotável de insatisfação em relação ao trabalho do professor e está presente nas falas e nos comportamentos dos entrevistados. Zaragoza (1999) afirma que atualmente a carreira de professor não é mais vista como bela e cobiçada como nos anos de 1940 e 1950. A percepção depreciativa do próprio professor faz com que ele se sinta realizando um trabalho sem importância, sem reconhecimento. Porém, mesmo com todos esses argumentos negativos, muitos professores que participaram deste estudo disseram sentir-se realizados profissionalmente, embora as condições de trabalho não sejam adequadas. Esse sentimento pode ser explicado ao verificar que estes professores atribuem ao seu trabalho um significado e uma importância que os outros não vislumbram, e que justifica a escolha por uma profissão tão mal vista e mal remunerada atualmente (ZARAGOZA, 1999).

Os resultados deste estudo possibilitaram detectar as três dimensões clássicas da Síndrome de Burnout entre os sujeitos participantes. Através das entrevistas dos professores observou-se que estes não manifestaram, necessariamente, características peculiares a todas as dimensões da síndrome, apresentando maior ênfase em uma ou outra dimensão, conforme descrito acima.

Os indivíduos jovens com menos de 40 anos representaram 50% da amostra, diferentemente dos números encontrados em alguns autores em que prevaleciam os indivíduos com mais de 40 anos (TIERA *et al.*, 2011). Nesse estudo não foi demonstrada uma relação entre idade e a prevalência de sintomas sugestivos da Síndrome de Burnout.

Chamou a atenção o fato de nenhum professor pedir afastamento por algum dos (vários) motivos já listados. A maioria dos profissionais entrevistados relata que já ouviu falar da Síndrome de Burnout, mas não crê possuir algum sintoma da mesma. Cabe ressaltar que o surgimento de alguns dos sintomas relatados, não significa, necessariamente, que os professores participantes deste estudo estão desenvolvendo Burnout, mas que tal possibilidade não pode ser descartada, uma vez que ao analisar o contexto do profissional, podemos perceber os indícios desta síndrome. Além disso, um fator determinante é a ligação desses sintomas ao trabalho e à conduta que os profissionais em estudo têm manifestado com seus alunos. Benevides-Pereira (2002) conclui que professores com Burnout sentem-se emocional e fisicamente exaustos, estando frequentemente irritados, ansiosos, com raiva e tristes, o que pôde ser observado também entre alguns dos participantes deste estudo.

Na amostra estudada nenhum indivíduo apresentou a Síndrome de Burnout, e esse dado pode estar relacionado ao fato de que, segundo Moreira *et al.* (2008) professores que tem um bom relacionamento com a comunidade escolar e com os alunos, além de terem como característica pessoal a extroversão, estão menos sujeitos a Síndrome de Burnout. Outra característica seria a personalidade resistente, indivíduo que usa os agentes estressores como estímulo para o crescimento pessoal (Benevides-Pereira, 2002). Mesmo sem apresentar nenhum caso da Síndrome de Burnout, alguns de seus preditores já puderam ser notados em todos indivíduos (100%) da amostra, devendo-se tomar cuidado para que esses sintomas iniciais não se somem e acabem se agravando a ponto do estabelecimento da referida Síndrome.

Outra possível causa, talvez a mais importante, para o não surgimento da Síndrome de Burnout é a atividade física, ela seria útil porque quando o indivíduo se adapta ao aumento da pressão arterial,

da frequência cardíaca e dos hormônios do estresse que ocorrem durante a execução de exercícios, ele estaria preparando e treinando o corpo a reagir de forma mais calma quando as respostas são desencadeadas por um estresse mental. Todos esses fatores podem contribuir para a melhoria da saúde mental (TIERA *et al.*, 2011).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Observamos que a Síndrome de Burnout, embora seja objeto de muitos outros discursos e estudos, ainda é pouco conhecida e raramente estudada em certos contextos, mesmo sendo um tema pertinente ao âmbito de várias profissões, principalmente às ligadas à educação e à saúde.

O objetivo deste estudo foi atingido, a situação problema confirmada, e a partir de suas manifestações que poderiam ser nomeadas de sintomas, foram apontadas algumas situações que podem contribuir fortemente para que esses professores venham a desenvolver a síndrome de Burnout. Foi possível observar, em conversas com esses profissionais, um sentimento de perda de “status” social, com consequente desvalorização de seu trabalho.

Torna-se importante analisar uma das categorias, em especial a despersonalização, por ser essa um elemento essencial da Síndrome de Burnout, enquanto a exaustão emocional e a baixa realização profissional podem estar associadas a outros tipos de doenças laborais. O elemento se torna importante na avaliação, pois revela a possibilidade do distanciamento do professor com relação ao aluno. Ademais, esse fato também pode estar associado ao conteúdo das perguntas remetidas para avaliar esta categoria, pois segundo Benevides-Pereira (2002), algumas questões do inventário causam certo impacto, uma vez que demonstram uma contradição na postura do que esperamos de um bom profissional. Pode ser difícil para o professor revelar sua postura no trabalho, no que se refere à afetividade, uma vez que essa é uma das expectativas dos pais e da comunidade escolar.

O estudo das relações entre as reais condições de trabalho docente e o possível adoecimento físico e mental dos professores constitui um desafio e uma necessidade para se entender o processo saúde-doença do trabalhador docente, bem como para encontrar possíveis associações com o afastamento do trabalho por motivos de saúde. Em virtude de este estudo ser uma pesquisa que contempla apenas uma parte do professorado municipal, não foi possível, ainda, apresentar respostas que satisfaçam certas inquietações, quais sejam: existe uma problemática latente que se traduz em professores inseguros e desanimados diante das questões ainda não resolvidas pelos gestores da educação, no que se refere às condições de trabalho; a sociedade tem ignorado ou, simplesmente, esquecido de inserir no contexto de suas discussões a problemática da saúde do professor; a adoção de práticas de atenção à saúde do professor no contexto escolar ainda é pouco considerada; a qualidade do ensino depende de fatores que dizem respeito à saúde e dignidade do professor.

Ao finalizar este estudo esperamos que o conhecimento gerado possibilite maior divulgação do assunto, especialmente no âmbito da cidade de Cabo Frio, nos meios acadêmicos e nos ambientes de trabalho, da mesma forma, maior comprometimento das instâncias sociais e políticas envolvidas. Para o futuro, faremos a comparação entre professores da rede pública com os da rede privada.

REFERÊNCIAS:

- AGUIAR, A.R.V; AGUIAR, J.R.V, SANDES, N.M.; MACEDO, E.M.A; ARAÚJO, S.N.M.; MOURA, E.C.C. **Caracterização da Síndrome de Burnout: uma revisão bibliográfica.** Disponível em: http://www.abeneventos.com.br/anais_61cben/files/01845.pdf, 2009. Consultado em 02/05/2014.
- BENEVIDES-PEREIRA, A.M. **Quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador.** 2ª. ed. São Paulo, Casa do Psicólogo, 2002
- BERNARDI, A.P. **O projeto político pedagógico: possibilidade de desenvolvimento profissional do professor de Educação Física.** 2006. 67f. Monografia (Especialização em Gestão Educacional) – Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, 2006.
- BETTI, I.C.R.; MIZUKAMI, M.G.N. **História de vida: trajetória de uma professora de Educação Física.** Motriz, Rio Claro, v.3, n.2, dez., 1997.
- BETTI, M. **Educação Física e sociedade.** São Paulo: Movimento, 1991.
- BOTH, J. **Qualidade de vida na carreira docente em Educação Física no magistério público estadual de Santa Catarina.** Florianópolis: UFSC, Dissertação de Mestrado, Centro de Desportos da UFSC, 2008.
- BRASIL. **Secretaria de Educação Fundamental. Parâmetros Curriculares nacionais: Educação Física.** Brasília: MEC: 1997
- CAPARROZ, F. E. **Discurso e prática pedagógica: elementos para refletir sobre a complexa teia que envolve a educação física na dinâmica escolar.** In. CAPARROZ, F. E. (Org.). Educação Física escolar: política, investigação e intervenção. Vitória: Proteoria, 2001.
- CERVO, A. L.; BERVAM, P. A. **Metodologia Científica.** 4 ed. São Paulo: MAKRON Books, 1996
- CLARO JR, R.S.FILGUEIRAS, I.P. **Dificuldades de gestão de aula de professores de Educação Física em início de carreira na escola.** Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte, no 8, volume 2, pág. 9-24, 2009
- DAÓLIO, J. **Da cultura do corpo.** Campinas: Papirus, 1995.
- DARIDO, S. C. **Educação Física na escola: questões e reflexões.** São Paulo: Guanabara Koogan, 2003.
- KRUG, H. N. **Vale a pena ser professor... de Educação Física escolar?** Revista Digital Lecturas: Educación Física y Deportes, Buenos Aires, a, 13, n.122, 2008. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd122/vale-a-pena-ser-professor-de-educacao-fisica-escolar.htm>. Consultado em 02/05/2014.
- LIBÂNEO, J. C. **Democratização da escola pública – A pedagogia crítico-social dos conteúdos.** São Paulo: Cortez, 1985.
- MOREIRA, H.R.; COLLET, C.; FARIAS, G. O.; NASCIMENTO, J. V. **Síndrome de Burnout em professores de Educação Física: um estudo de caso.** EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires - Ano 13 - Nº 123 - Agosto de 2008. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/>. 2008. Consultado em 02/05/2014.
- NUNES, F.S. **Educação Física frente ao processo de terceirização.** 2001. Trabalho Monográfico de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) - Universidade Estadual de Feira de Santana, Feira de Santana, 2001
- TANI, G. **Educação Física Escolar: Fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista** – São Paulo: EPU,

1998.

TIERA, V.L.; ULBRICHT, L.; RIPKA, W.L. **A prevalência da Síndrome de Burnout nos profissionais da Educação Física**, EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Ano 16, Nº 163, Diciembre de 2011. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/>, 2011. Consultado em 06/04/2014.

ZARAGOZA, J. M. E. **O Mal estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores**. São Paulo: EDUSC, 1999.