

O impacto da síndrome de Burnout na qualidade de vida e saúde mental dos profissionais da área da educação.

Brayan Mateus da Silva de Souza¹, Samuel Gouvêa Bezerra da Silva², Vanessa Monteiro³

¹Campus Paranavaí - Instituto Federal do Paraná (IFPR)
Paranavaí- PR – Brasil

{mateusbrayan73,gouveas047}@gmail.com, vanessa.monteiro@ifpr.edu.br

A Síndrome de Burnout (SB) tem sido um tema cada vez mais relevante no mundo do trabalho, já que afeta a saúde física e mental dos trabalhadores, a qualidade do trabalho e a produtividade das organizações. É uma reação ao estresse crônico no ambiente de trabalho que se caracteriza pelo esgotamento emocional, despersonalização e baixa realização pessoal no trabalho, fazendo com que a pessoa se afaste de sua vida, por simplesmente não conseguir ser ela mesma.

Desde o início de 2022, a Organização Mundial de Saúde(OMS) classifica a SB como uma doença de trabalho. A síndrome, que afeta a saúde mental dos colaboradores, também está presente na área da educação e em sala de aula, atingindo muitos professores e demais profissionais.

Atualmente, o ofício de professor, independente do nível de ensino em que atua, pública ou privada, está se configurando como uma profissão alvo de inúmeros estressores psicossociais presentes na área de atuação. A atividade docente, entendida em tempos passados como uma vocação de grande satisfação pessoal e profissional tem dado lugar ao ensino excessivamente atrelado a questões tecnoburocráticas. A carga horária acaba se tornando excessiva, as aulas tendem a se tornar mais teóricas do que práticas, há menos tempo para a execução do trabalho, para formação contínua, lazer e convívio social, bem como, escassas as oportunidades de elaborar instrumentos didático-pedagógicos diversificados.

Claramente, é vista a existência do acúmulo de responsabilidades com maior distanciamento entre a execução, realizada pelos professores, e o planejamento da atividade proposta dentro do planejamento de trabalho, elaborado por outras pessoas (Kelchtermans, 1999). “Os professores são mais técnicos do que profissionais. A esses aspectos somam-se os baixos salários e as precárias condições de trabalho” (Leite & Souza, 2007,).

Tendo em vista todos esses aspectos é importante a busca por estratégias que facilitem a disseminação da informação sobre a SB. A busca por essas informações tem se tornado cada vez mais acessíveis e utilizadas pela população

nos meios digitais. Sendo assim, a criação de um website para a divulgação de informações sobre a SB, tem o objetivo de interagir com especialistas na área, por meio de podcasts e documentários que dialoguem sobre os sinais e sintomas comuns, fatores desencadeantes, estratégias de prevenção, melhoria das condições de trabalho e apresentem os recursos para enfrentar e superar essa condição desafiadora, que tem afetado a saúde mental dos educadores.

Considerando as consequências provocadas pelo Burnout na docência, o trabalho teve por objetivo discutir o fenômeno da SB, suas causas, consequências e medidas preventivas, bem como a sua relação com os fatores organizacionais e individuais através da pesquisa na literatura e criação de um website informativo.

Para o desenvolvimento da pesquisa, foram realizados estudos, análises de artigos científicos, como por exemplo a SciELO, Google Acadêmico, PubMed, Pepsic; Interações com professores e profissionais da área de psicologia com experiência na SB.

Na área da informática, foi realizada a criação do Website de divulgação sobre os principais aspectos da SB, possíveis tratamentos, prevenções e apresentações de relatos reais de pessoas que desenvolveram a SB.

Como resultados o tema ganhou maior notoriedade, com a possibilidade de maior repercussão e orientação sobre essa síndrome, tendo em vista a vasta gama de desinformação presente na internet.

Com a criação desta fonte de informação, foram minimizadas as dúvidas dos educadores de maneira responsável, contribuindo para a compreensão do fenômeno do burnout e desenvolvimento de estratégias de intervenção que possam promover a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida dos trabalhadores e das organizações.

Referências

CARLOTTO, Mary Sandra . Síndrome de Burnout em professores: prevalência e fatores associados: The Burnout syndrome in teachers: prevalence and associated factors. **SciELO**, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/B6dwZJD6LLTM5QBYJYfM6gB/?lang=pt#>. Acesso em: 20 out. 2023.

DE CASTRO, Fernando Gastal. Burnout e complexidade histórica: Burnout and historical complexity. **Pepsic**, 2013. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-6657201300010005#:~:text=O%20fen%C3%B4meno%20de%20burnout%2C%20portanto,de%20pr%C3%A1xis%20que%20as%20engendram.. Acesso em: 20 out. 2023.