

Relação entre nível geral de saúde, dor musculoesquelética e síndrome de *burnout* em professores universitários

Relationship between general level of health, musculoskeletal pain and occurrence of burnout syndrome in college teachers

Eneida Yuri Suda¹, Ana Tereza Coelho¹, Alynne Cristina Bertaci², Bianca Balbe dos Santos²

Estudo desenvolvido na Universidade do Grande ABC – Santo André (SP), Brasil.

¹Professora do Curso de Fisioterapia da Universidade do Grande ABC – Santo André (SP), Brasil.

²Fisioterapeuta graduada pela Universidade do Grande ABC – Santo André (SP), Brasil.

ENDEREÇO PARA CORRESPONDÊNCIA

Eneida Yuri Suda – Rua Dom João Batista Neri, 147 – Jardim Itapura – CEP: 04467-050 – São Paulo (SP), Brasil – E-mail: yurisuda@usp.br

APRESENTAÇÃO

dez. 2010

ACEITO PARA PUBLICAÇÃO

jul. 2011

FONTES DE FINANCIAMENTO

nenhuma

CONFLITO DE INTERESSES

nada a declarar

Parecer de aprovação do Comitê de Ética da Universidade do Grande ABC (nº87/08).

RESUMO: O objetivo desse estudo foi verificar a relação entre nível de saúde geral, dor musculoesquelética, frequência de sintomas musculoesqueléticos e a síndrome de *burnout* em professores universitários. Foram avaliados 50 professores de uma universidade privada. O nível de saúde geral foi verificado pela versão em português da *Personal Health Scale* (PHS-Pt), a dor musculoesquelética pelo Questionário Nórdico de Sintomas Osteomusculares (QNSO) e a presença da síndrome de *burnout* pelo questionário *Maslach Burnout Inventory – Human Services Survey* (MBI-HSS). A maioria dos professores apresentou comprometimento do nível de saúde (escore total PHS-Pt=6,7±3,8), sendo que 70% apresentaram dor no pescoço e 64% na região lombar nos últimos 12 meses. Houve correlação positiva entre nível geral de saúde e a dimensão exaustão emocional do inventário de *burnout*. Porém, não houve correlação entre as dimensões do MBI-HSS e dor musculoesquelética.

DESCRIPTORES: nível de saúde; docentes; esgotamento profissional.

ABSTRACT: The aim of this study was to verify the relationship between general level of health, musculoskeletal pain and occurrence of burnout syndrome in college teachers. Fifty teachers from a private university were evaluated. The level of general health was evaluated by the Portuguese version of the Personal Health Scale (PHS-Pt), musculoskeletal pain was verified by Nordic Musculoskeletal Questionnaire (NMQ) and the occurrence of burnout syndrome was evaluated by the Portuguese version of the Maslach Burnout Inventory – Human Services Survey (MBI-HSS). The majority of the sample presented some compromising of general health level (total score PHS-Pt=6.7±3.8) with 70% presenting neck pain and 64% presenting lower back pain in the last year. Positive correlation occurred between burnout exhaustion dimension and level of general health. There were no correlation between MBI-HSS dimensions and musculoskeletal pain occurrence in the last year.

KEYWORDS: health status; faculty; burnout, professional.

INTRODUÇÃO

O conceito de saúde é complexo por sofrer interferências sociais, econômicas, políticas e culturais. Portanto, a concepção de saúde depende, dentre outras coisas, de valores individuais¹. Desta maneira é possível mensurar o nível de saúde pessoal a partir de uma perspectiva individual dos aspectos físicos e emocionais utilizando-se de questionários padronizados como o *Personal Health Scale* (PHS), um instrumento unidimensional desenvolvido para esta finalidade e validado em português como Escala de Saúde Pessoal (PHS-Pt)².

O nível de saúde de uma pessoa pode ser afetado por diversos fatores, dentre eles o estresse. Este é considerado um problema mundial de saúde que tem sido objeto de pesquisas descritivas e funcionais com o objetivo de identificar as causas do estresse e as soluções para ele³.

O estresse está presente no quadro de problemas de saúde de várias profissões, inclusive em professores. Isto ocorre devido a um aumento da tensão no exercício do trabalho docente frente à presença de violência nas salas de aula, esgotamento físico, deficiências nas condições de trabalho e escassez de recursos materiais, associados a um aumento das responsabilidades³⁻⁵.

Assim, tanto na natureza do trabalho do professor quanto no contexto em que exerce suas funções, existem fatores estressores que podem levar à síndrome de *burnout*. A síndrome de *burnout* é um tipo de estresse de caráter duradouro vinculado a situações de trabalho, sendo resultante da constante e repetitiva pressão emocional associada ao intenso envolvimento com pessoas por períodos prolongados. A concepção etiológica mais utilizada é a sociopsicológica, que explica o aparecimento dos fatores da síndrome como uma consequência das características individuais associadas às do ambiente e do trabalho. Os fatores que caracterizam a síndrome são a exaustão emocional, o distanciamento afetivo e a baixa realização profissional^{6,7}.

Professores de ensino superior, além de executar atividades administrativas, conciliam atividades de ensino, pesquisa e extensão. Essas inúmeras fontes de

pressão têm comprometido a qualidade de vida dessa categoria de profissional. Carlotto⁸ verificou que a severidade do *burnout* tem se mostrado maior em profissionais da área da educação do que em outras, influenciando, com isso, o nível de saúde desta população. Além disso, a presença de dores osteomusculares é um fator que predispõe o indivíduo a uma percepção negativa em relação à sua saúde. A mensuração do relato de sintomas osteomusculares pode ser feita pelo Questionário Nórdico de Sintomas Musculoesqueléticos (QNSO)⁹, um instrumento que consiste em múltiplas escolhas quanto à ocorrência de sintomas nas diversas regiões anatômicas e sua versão em português foi validada por Pinheiro et al.¹⁰

Assim, o objetivo desse estudo foi verificar a relação entre o nível de saúde geral, a ocorrência de dor musculoesquelética, a frequência de sintomas musculoesqueléticos e a presença da síndrome de *burnout* em professores universitários.

METODOLOGIA

Este estudo epidemiológico foi realizado em uma instituição privada de nível superior, sendo aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade do Grande ABC (parecer nº 87/08). Foram avaliados 50 professores desta, independente do exercício de outra atividade profissional ou de apresentarem vínculo com outra instituição de ensino superior. Para a realização do estudo, todos os participantes assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido.

O levantamento de dados sociodemográficos foi realizado com o auxílio de um questionário contendo questões referentes à idade, sexo, estado civil, número de filhos, carga horária de trabalho, titulação, se trabalha em outra instituição de ensino, turno de trabalho e tempo de docência.

A avaliação do nível geral de saúde foi feita com a versão em português da *Personal Health Scale* (PHS-Pt), que consiste em uma escala ordinal que mede a frequência de dez dimensões e classifica cada uma numericamente de zero a dois. O nível de escore de cada domínio apresenta uma disfunção ou um

sintoma correlacionado. Assim, quanto maior o escore total do instrumento, menor o nível de saúde do indivíduo^{2,11}. A ocorrência de dor musculoesquelética foi verificada pelo QNSO¹⁰.

Para a avaliação da ocorrência da síndrome de *burnout* foi usado o *Maslach Burnout Inventory – Human Services Survey* (MBI-HSS), que é o instrumento mais considerado para avaliar o *burnout* em trabalhadores que necessitam manter contato direto com outras pessoas. Esse questionário avalia como o indivíduo vivencia seu trabalho, sendo composto por 22 questões distribuídas em 3 dimensões – 9 itens na dimensão de exaustão emocional, 5 na de despersonalização e 8 na dimensão diminuição da realização pessoal no trabalho. Cada pergunta apresenta uma escala de pontuação que varia de um a sete, mas comumente utiliza-se na versão em português uma pontuação que varia de um a cinco¹².

Carlotto e Palazzo⁶, para avaliar a síndrome de *burnout* e fatores associados em um estudo epidemiológico com professores, utilizaram a pontuação mais comum – um para nunca, dois para algumas vezes ao ano, três para indicar algumas vezes, quatro para algumas vezes na semana e cinco para diariamente. A presença de altos escores em exaustão emocional e despersonalização e de baixos escores em realização pessoal indicam alto nível de *burnout*.

Procedimentos

A coleta dos dados foi feita contatando-se os professores durante a sua jornada de trabalho. Os instrumentos de avaliação foram preenchidos pelos próprios professores. Somente os questionários respondidos adequadamente foram analisados para a obtenção dos resultados.

Análise estatística

Os dados obtidos foram analisados de forma descritiva. Para o questionário PHS calculou-se o escore total levando em conta a soma das respostas, além da frequência das respostas para cada um dos itens do questionário. Considerou-se como ponto de corte para determinação da presença de alguma desordem mental o valor seis, determinado durante o processo de validação do questionário

na língua portuguesa². Para o MBI-HS obteve-se o índice de cada dimensão (exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal no trabalho) somando-se as respostas referentes a cada uma dessas dimensões, além do escore total, considerando-se a soma de todas as respostas. A escolha dos pontos de corte que denotam altos níveis de alteração foi feita pela determinação do percentil 75 para as dimensões exaustão emocional e despersonalização, e do percentil 25 para a última dimensão (escore reverso). Esse cálculo foi escolhido por não haver um consenso para a determinação de um ponto de corte ideal. Além disso, foi testada a normalidade na distribuição das variáveis provenientes das três dimensões do MBI-HSS e do PHS por meio do teste de Shapiro-Wilks. Como todas as variáveis apresentaram distribuição normal, utilizou-se o teste de correlação de Spearman para verificar a relação entre o escore total do PHS e cada uma das dimensões do *burnout*. Foi adotado o nível de significância de 0,05.

RESULTADOS

Foram contatados para a presente pesquisa 80 professores da instituição estudada, sendo que 20 deles não devolveram os questionários respondidos, e 10 se recusaram a participar da pesquisa.

A Tabela 1 mostra os dados demográficos da amostra que foi constituída predominantemente por indivíduos casados, a maioria do gênero feminino e com um número de filhos relativamente baixo. Observou-se também que a maior parte dos docentes trabalha em todos os turnos de aulas, são mestres e atuam em outra instituição.

A Tabela 2 apresenta os percentuais referentes aos itens do nível de saúde geral dos professores avaliados pelo PHS. Os que apresentaram maior frequência de repostas e denotaram maior grau de comprometimento foram “você tem se sentido nervoso ou tenso”, “você tem tido problemas para aproveitar atividades diárias” e “você tem se sentido cansado”. Nesta amostra encontrou-se escore total médio de $6,7 \pm 3,8$. Além disso, observou-se que 56% da amostra tiveram um escore ≥ 6 .

A Tabela 3 descreve os resultados obtidos para cada uma das dimensões do MBI-HSS.

A distribuição da ocorrência de dor musculoesquelética nos últimos 12 meses está apresentada no Gráfico 1.

Tabela 1. Dados demográficos da amostra estudada (n=50)

Variável	Grupo estudado	
Idade (anos)		42,5±8,1
Gênero (%)	Feminino	60,0
	Masculino	40,0
Estado civil (%)	Casado(a)	64,7
	Solteiro(a)	17,6
	Divorciado(a)	15,7
Nº de filhos		0,8±0,9
Turno de trabalho (%)	Matutino	3,9
	Vespertino	3,9
	Diurno	3,9
	Noturno	5,9
	Dois turnos	39,2
	Três turnos	41,2
Tempo de docência (anos)		13,3±7,4
Carga horária semanal na instituição estudada (horas)		29,0±12,6
Trabalho em outra instituição (%)	Sim	60,0
	Não	40,0
Titulação (%)	Graduado	2,0
	Especialista	19,6
	Mestre	60,0
	Doutor	15,7
Carga horária semanal em outra instituição (horas)		10,6±11,9

Tabela 2. Escala de saúde pessoal (n=50)

Itens	Raramente (%)	Às vezes (%)	Quase sempre (%)
1. Você tem tido dificuldade para pegar no sono?	36	50	14
2. Você tem se sentido assustado ou alarmado?	50	44	6
3. Você tem se sentido nervoso ou tenso?	14	62	24
4. Você tem se sentido triste?	46	36	18
5. Você tem tido problemas para aproveitar atividades diárias?	16	60	24
6. Você tem se sentido cansado?	14	50	36
7. Você tem faltado ao trabalho ou não feito bem seu trabalho?	76	22	2
8. Você tem tido dificuldade de se relacionar com sua família?	78	22	0
9. Você tem tido dificuldade de se relacionar com amigos e vizinhos?	76	20	4
10. Você tem sentido que tem problemas emocionais e precisa de ajuda profissional?	58	38	4

Tabela 3. Análise descritiva do *Maslach Burnout Inventory – Human Services Survey* e valores de *r* e *p* para a correlação com o *Personal Health Scale* (n=50)

Dimensão	Média (\pm dp)	Ponto de corte	r	p
Exaustão emocional	19,7 \pm 6,3	>25	0,447	0,001
Despersonalização	9,0 \pm 3,2	>11	0,125	0,388
Diminuição da realização pessoal	31,4 \pm 5,7	<27	0,135	0,356

r=coeficiente de correlação; dp=desvio padrão

fatores desencadeantes para o aumento da exaustão emocional.

Portanto, a exaustão emocional pode comprometer o nível geral de saúde do indivíduo, pois influencia aspectos tanto físicos quanto emocionais da saúde. A presença de dores musculoesqueléticas pode ser proveniente de estresse emocional e colaborar para uma pior percepção do nível de saúde.

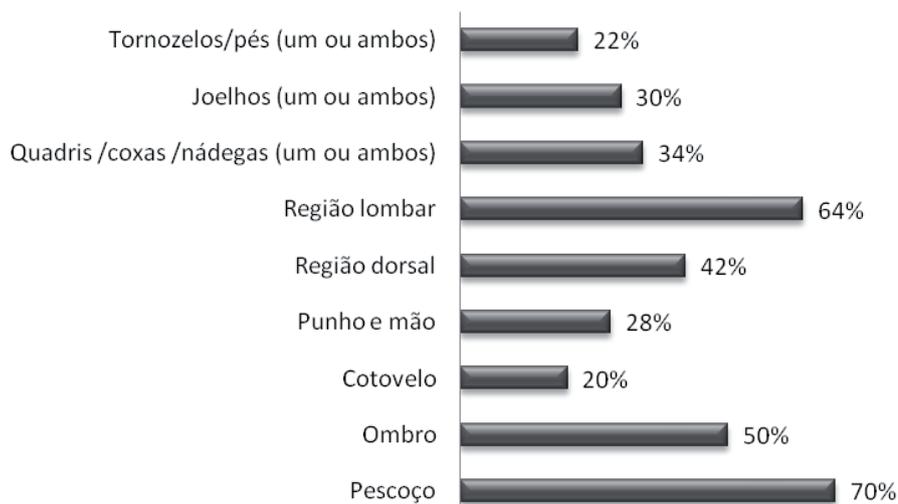
A maior parte da população estudada, apresentou dor nas regiões do pescoço e lombar, o que pode ter favorecido o comprometimento do nível geral de saúde. O PHS mostrou que a maioria desses indivíduos tem queixas de estar se sentindo nervoso ou tenso, cansado e ter problemas para aproveitar as atividades de vida diária. Araújo et al.⁴ observaram alta incidência de queixas relacionadas à saúde mental entre professores universitários de uma instituição particular, sendo o cansaço mental a queixa de saúde mais frequente. Os autores sugerem que essas queixas estão relacionadas ao aumento das responsabilidades docentes ao longo dos anos, desencadeadas pelo aumento do número de alunos e cursos, que não é acompanhada por um aumento de infraestrutura, recursos materiais e de pessoal.

Embora a população estudada não tenha apresentado altos níveis da síndrome de *burnout*, a exaustão emocional é o principal precursor para o seu desenvolvimento. A exaustão emocional tem como características a falta de energia, de entusiasmo e sentimentos de esgotamento, ou seja, o trabalhador acha que já não tem mais energia para atender as pessoas com quem trabalha^{5,6,8}. Assim, sugere-se que a população deste estudo apresente fator de risco para o desenvolvimento da síndrome.

A síndrome de *burnout* implica em acometimento da saúde física e mental do trabalhador, levando a um impacto em sua qualidade de vida no trabalho e sendo considerada uma questão de saúde pública⁵.

Desta maneira, a mesma deve ter uma abordagem multiprofissional, incluindo o atendimento fisioterapêutico para avaliar e tratar possíveis comprometimentos cinéticos funcionais.

Ocorrência de Dor

**Gráfico 1.** Distribuição da ocorrência de dor no último ano para os sujeitos estudados (n=50)

A ocorrência de dor foi mais predominante na região do pescoço, seguida pela lombar e pelos ombros.

A amostra não apresentou altos níveis de comprometimento para nenhuma das dimensões do MBI-HSS, porém, observou-se correlação positiva entre o nível geral de saúde e a dimensão exaustão emocional.

DISCUSSÃO

A maioria dos professores universitários da instituição estudada apresentou em média algum grau de comprometimento da saúde, percebida de forma subjetiva. Além disso, essa alteração está diretamente relacionada ao aumento da exaustão emocional verificado pelo MBI-HSS.

Neste estudo foi verificado que a maioria dos professores da amostra estudada apresenta dupla jornada de trabalho, número elevado de horas

trabalhadas e vínculo com mais de uma instituição, caracterizando-se sobrecarga de trabalho, o que pode contribuir para a exaustão emocional¹². Batista et al.⁵ observaram coerência entre o desenvolvimento da exaustão emocional e o perfil de trabalho dos professores, sendo que estes possuíam carga máxima de trabalho, percebiam a influência do trabalho na vida pessoal e a profissão como fator estressante. Carlotto e Palazzo⁶ também verificaram relação entre a exaustão emocional e o fato de que professores passam por fatores estressantes, se deparam com situações como deficiência de ensino, problemas no ambiente de trabalho e por muitas vezes se vêem impotentes perante a essas situações. Além disso, esses profissionais sofrem cobrança psicológica e não têm poder de decisão por se tratar de uma instituição particular de ensino, exigindo-se o cumprimento de ordens de superiores associado a pouca participação nas decisões, sendo

CONCLUSÃO

Na população estudada houve associação entre nível geral de saúde e exaustão

emocional, ou seja, quanto maior o comprometimento da saúde, maior o índice de exaustão. Embora não tenha sido encontrada correlação entre a ocorrência

de dor musculoesquelética nos últimos 12 meses e as dimensões do MBI-HSS, a maioria da população apresentou dor nas regiões do pescoço e lombar.

REFERÊNCIAS

1. Scliar M. História do conceito de saúde. *Physis*. 2007;17(1):29-41.
2. Zubaran C, Persch K, Tarso D, Ioppi AE, Mezzich J. The Portuguese version of the personal health scale: a validation study in southern Brazil. *Clinics*. 2007;62(4):419-26.
3. Witter GP. Professor-estresse: análise de produção científica. *Psicol Esc Educ*. 2003;7(1):33-46.
4. Araújo TM, Sena IP, Viana MA, Araújo EM. Mal-estar docente: avaliação de condições de trabalho e saúde em uma instituição de ensino superior. *Rev Baiana Saúde Pública*. 2005;29(1):6-21.
5. Batista JBV, Carlotto MS, Coutinho AS, Augusto LGS. Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. *Rev Bras Epidemiol*. 2010;13(3):502-12.
6. Carlotto MS, Palazzo LS. Síndrome de *burnout* e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. *Cad Saúde Pública*. 2006;22(5):1017-26.
7. Carlotto MS. A Síndrome de *Burnout* e o trabalho docente. *Psicol estud*. 2002;7(1):21-9.
8. Carlotto MS. Síndrome de *burnout* em professores de instituições particulares de ensino. *Aletheia*. 2003;17-18:53-61.
9. Crawford JO. The Nordic Musculoskeletal Questionnaire. *Occup Med (London)*. 2007;57(4):300-1.
10. Pinheiro FA, Tróccoli BT, Carvalho CV. Validação do Questionário Nórdico de Sintomas Osteomusculares como medida de morbidade. *Rev Saúde Pública*. 2002;36(3):307-12.
11. Trigo TR, Teng CT, Hallak JEC. Síndrome de *Burnout* ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. *Rev Psiquiatr Clín*. 2007;34(5):223-33.
12. Carlotto MS, Câmara SG. Análise fatorial do *maslach burnout inventory* (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. *Psicol estud*. 2004;9(3):499-505.