

7. Burnout em Professores Moçambicanos do Ensino Secundário Geral

Mussa Abacar¹⁸, Gildo Aliante¹⁹ & Fernando António²⁰

Resumo

Este estudo objectivou avaliar a incidência de *burnout* em professores moçambicanos do ensino secundário geral, verificando suas possíveis associações com variáveis sociodemográficas e laborais. O estudo envolveu 250 professores, que actuam em duas escolas secundárias da cidade de Nampula. Os dados foram colectados através do questionário sociodemográfico e do inventário *Maslach Burnout Inventory - Educador Survey*, versão em português. A análise estatística de dados indica que os professores apresentam nível moderado de Exaustão Emocional-EE e Despersonalização-DP e alto nível de Realização Profissional-RP. As variáveis “idade”, “números de filhos” e “experiência profissional” associaram-se positivamente com as dimensões de EE e DE. Apenas a variável “número de filhos” associou-se com a dimensão RP, mas no sentido inverso. Foram encontradas diferenças significativas entre professores solteiros, separados e viúvos. Sugere-se o desenho de programas de prevenção e intervenção em *burnout* nas escolas.

Palavras-chave: *Burnout*; Saúde ocupacional; Qualidade de Vida no Trabalho; *Maslach Burnout Inventory*; Professor.

Introdução

As mudanças que se operam na estrutura do sistema produtivo tornam as organizações mais complexas e repercutem nas relações de trabalho, implicando mais instabilidade nos empregos e renovando velhas angústias daqueles que trabalham (Borges, Argolo, & Baker, 2006). Essas configurações organizacionais têm demandado, em diferentes graus e por entre os diversos sectores produtivos, novas exigências de qualidade na execução das tarefas, mais qualificação e novas competências do trabalhador. Tais demandas incidem particularmente no sector de serviços, face às suas peculiaridades, como carácter directo do relacionamento do trabalhador com o cliente ou usuário e a diversidade das informações, como é o caso dos professores (Borges et al., 2006). Contudo, tais mudanças e transformações que se operam continuamente nos nossos dias no contexto da organização escolar aumentam cada vez mais a complexidade da profissão docente (Vasconcelos & Neves, 2010).

¹⁸Doutor em Psicologia Cognitiva pela Universidade Federal de Pernambuco - Brasil, docente da Universidade Pedagógica – Delegação de Nampula, Moçambique. abacarmussa@yahoo.com.br

¹⁹Mestre em Psicologia Social e Institucional, Doutorando do Programa de Pós-graduação em Psicologia Social e Institucional do Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul-Brasil

²⁰Licenciado em Psicologia Educacional com Habilitações em Educação e Assistência Social pela Universidade Pedagógica, Moçambique. Docente da EPC de Nchancha, Distrito de Muecate em Nampula

No contexto moçambicano as mudanças no Sector de Educação, têm afectado o ensino secundário geral (8^a a 12^a classes). Neste subsistema, além de se registar a introdução de novas disciplinas (e.g., Tecnologia de Informação e Comunicação, Agro-pecuária, Psicopedagogia, Noções de Empreendedorismo), assiste-se o aumento do número de alunos por turma, a falta de recursos didácticos, fraca qualidade de aprendizagem dos alunos. Tanto as inovações e mudanças introduzidas não tem sido acompanhadas pela capacitação de professores, provisão de recursos materiais e melhoria das condições de trabalho, o que possivelmente gera insatisfação e desmotivação dos professores e, por conseguinte, uma queda significativa de qualidade de ensino em Moçambique. É nesse contexto que vem se fazendo críticas contundentes sobre a qualidade de ensino e aprendizagem dos alunos nas escolas moçambicanas (Abacar, Roazzi, & Bueno, 2017).

As situações acima mencionadas associadas a outros vários constrangimentos enfrentados pelos professores moçambicanos no seu dia-a-dia, tais como: *formação profissional nula ou inadequada*; *atrasos de integração nas carreiras profissionais na alteração de categoria* (o professor moçambicano precisa de 38 anos para chegar ao topo da carreira e, paradoxalmente, só trabalha 35 anos e chega a reforma, falta de nomeações, progressões, promoções e mudança de carreira); *precariedade das condições de deslocação, de habitação* (aquando da sua afectação ou transferência para uma escola, o professor não recebe ajudas de custo, não tem dinheiro para o transporte, chega sozinho a uma escola onde, na maior parte dos casos, não recebe habitação) e de *trabalho* (alunos sentados no chão, a escassez de material didáctico, turmas numerosas com 50 alunos em média e, escolas superlotadas); *baixos salários, salários pagos com atrasos sistemáticos, falta de benefícios materiais e financeiros* (e.g., horas a mais não remuneradas ou indevidamente remuneradas, irregularidade na assistência médica e medicamentosa, embora o professor seja descontado para o efeito, dificuldades no pagamento de subsídio funerário em caso de morte, mesmo legalmente estabelecidos); *falta de apoio profissional* (acompanhamento, monitoria, motivação e avaliação da qualidade do seu trabalho) e *desvalorização docente* (CIP, 2015), propiciam a ocorrência de doenças profissionais.

Corroborando com esse pensamento, Cruz, Lemos, Welter e Guisso (2010) esclarecem que as condições e as múltiplas exigências feitas ao papel do professor, têm sido cada vez mais associadas aos problemas de saúde física e mental apresentados por estes trabalhadores, tais como a fadiga psicológica, o stress e o *burnout*. Esses aspectos

comprometem o seu bem-estar, a longevidade na profissão e a qualidade de suas interações com os alunos (Lhospital & Gregory, 2009).

Para Maslach, Schaufeli e Leiter (2001), *burnout* é um fenómeno psicossocial que surge como uma resposta crónica aos estressores interpessoais ocorridos na situação de trabalho, que acomete profissionais que mantêm uma relação constante e directa com outras pessoas (e.g., professores, médicos, enfermeiros, psicólogos, assistentes sociais, policiais, bombeiros, dentre outros). Como descrevem Maslach e Jackson (1981), o *burnout* constitui um stress laboral crónico que conduz a um tratamento frio e indiferente ao cliente, caracterizado por três componentes: Exaustão Emocional, Despersonalização e baixo sentimento de Realização Profissional no trabalho.

A *Exaustão Emocional* - EE caracteriza-se pela sensação de esgotamento emocional e físico. Trata-se da constatação de que não se dispõe mais de nenhum resquício de energia para levar adiante as actividades laborais. O quotidiano no trabalho passa a ser penoso e doloroso. A *Despersonalização* - DP é marcada pelo desenvolvimento de atitudes e sentimentos negativos e de cinismo em relação a clientes e usuários. É caracterizada pela ausência de sensibilidade, manifestada pelo endurecimento afectivo, “coisificação” das relações interpessoais, levando o indivíduo a ter um contacto frio e impessoal com os usuários de seus serviços, passando a ter atitudes de ironia em relação às pessoas, mostrando-se indiferente ao que possa acontecer aos demais; o profissional passa a tratar os clientes, os colegas e a organização como objectos.

Por fim, a *baixa realização no trabalho* - RP é sentimento de insatisfação com as actividades laborais que vêm realizando e com seu desenvolvimento emocional, sentimento de insuficiência, de baixa auto-estima, de fracasso profissional e de desmotivação. Portanto, o trabalhador sente-se infeliz consigo mesmo e insatisfeito com as suas realizações no trabalho, sentindo algumas vezes o desejo de abandonar o emprego, caracterizando-se por uma auto-avaliação negativa.

Estudos empíricos realizados em diversos países sugerem a existência de uma multiplicidade de stressores, que quando persistentes podem levar a *burnout* em professores, (Gasparini, Barreto, & Assunção, 2006). Numa revisão da literatura de extrema importância sobre as causas de *burnout* entre professores do ensino médio e fundamentos e estratégias de prevenção, Yong e Yue (2007) apontam cinco razões para a ocorrência do *burnout* do

professora China, que têm sido encontradas por pesquisadores da área em diferentes países:

- 1) *Factores do aluno*: a) indisciplina dos alunos, b) falta de motivação para os estudos e c) pressão em entrar no nível seguinte de educação;
- 2) *Factores de trabalho*: a) salários excessivamente baixos, b) falta de autoridade e *status* social e, c) classes numerosas;
- 3) *Factores organizacionais da escola*: a) tensas relações interpessoais, b) sobrecarga de trabalho e demais responsabilidades não educativas, c) falta de apoio e de reconhecimento da liderança dos colegas, d) pressão de tempo, e) ineficácia das reformas educacionais, confusão e conflito de papéis, f) mau clima escolar e de classe, g) pressão dos supervisores e inspetores e, h) más condições de trabalho;
- 4) *Factores pessoais*: a) altas expectativas pessoais, b) incapacidade e c) exigências de trabalho;
- 5) *Factores extra-escolares*: a) pressão da sociedade e dos pais e b) redução de pessoal.

Recentemente, uma revisão de literatura feita por Aliante e Abacar (2018) sobre as fontes de stress no trabalho docente em professores do ensino básico e secundário de Moçambique, de Portugal e do Brasil apontou que a sobrecarga no trabalho, o mau comportamento de alunos, o maior número de alunos por turma e o desinteresse, a desmotivação dos alunos pela aprendizagem, eram os estressores comuns na docência. Nos três países, os factores de stress que tiveram maiores pontuações em relação à média foram: a sobrecarga no trabalho, o mau comportamento de alunos, os baixos salários e condições de trabalho inadequadas.

Estudos realizados envolvendo amostras de professores moçambicanos do ensino secundário geral sugerem a existência de vários factores que contribuem para a ocorrência de stress e, se crónicos, podem desencadear *oburnout* numa classe profissional (Abacar, Roazzi, & Bueno, 2017). Abacar e Aliante (2016), revelaram como fontes de stress no trabalho do professor, o baixo salário, o fraco rendimento académico dos alunos, a falta dos alunos às aulas, a falta de concentração dos alunos às orientações para as tarefas e o mau comportamento dos alunos. Também pesquisas revelam que as condições de trabalho dos professores, o clima organizacional, as características do trabalho e o desenvolvimento na carreira são fontes primárias de stress ocupacional de professores moçambicanos (*e.g.*, Abacar & Amade, *no prelo*).

Esse cenário pode estar a afectar a saúde mental dos professores do ensino secundário geral e evoluir para *oburnout*. Ainda assim, devido ao desconhecimento da doença, os

professores e os órgãos de gestão não têm consciência das manifestações da doença, suas causas e seus efeitos (Abacar, 2015), bem como das estratégias de prevenção e intervenção.

Oburnout gera diversas consequências na saúde e vida dos trabalhadores. Tamayo e Trócoli (2009) aludem que desde o início da década de 1970 as investigações sobre a doença têm revelado entre seus correlatos, concomitantes e possíveis consequências, nos seguintes aspectos: *distúrbios individuais* (depressão, queixas psicossomáticas, problemas de saúde e uso de drogas), *atitudes inadequadas* (insatisfação no trabalho, falta de comprometimento organizacional e intenção de abandonar o trabalho) e *problemas no trabalho* (absenteísmo, licença médica, alta rotatividade, baixo desempenho e má qualidade dos serviços prestados).

Uma revisão sistemática da literatura recentemente conduzida por Salvagioni et al. (2017) demonstra que o *burnout* é um preditor significativo das seguintes consequências: *físicas* (hipercolesterolemia, diabetes tipo 2, doença de insuficiência cardíaca, doença cardiovascular, dor músculo-esquelética, alterações nas experiências de dor, fadiga prolongada, dores de cabeça, problemas gastrointestinais, problemas respiratórios, lesões graves e mortalidade abaixo dos 45 anos); *psicológicas* (insónia, sintomas depressivos, uso de medicações psicotrópicas e antidepressivas, hospitalização por transtornos mentais) e *ocupacionais* (insatisfação no trabalho, absenteísmo, nova aposentadoria por invalidez, demanda por trabalho, recursos para o trabalho e presenteísmo).

No caso particular dos seus efeitos em professores, o *burnout* afecta o ambiente educacional e interfere na obtenção dos objectivos pedagógicos, levando-os a um processo de alienação, cinismo, apatia, problemas de saúde e intenção de abandonar a profissão (Guglielmi & Tatrow, 1998). Concomitantemente, Youg e Yue (2007) alertam que o *burnout* afecta gravemente a saúde física e mental dos professores, reduz a qualidade de seu trabalho e, por sua vez, prejudica a saúde física e mental de seus alunos e compromete o desenvolvimento saudável da educação.

Apesar do *burnout* atingir trabalhadores de diferentes países, o que leva a ser considerado uma epidemia mundial (Gil-Monte, 2008) e um problema de saúde pública (Batista, 2010), bem como de existir inúmeros estudos empíricos sobre a síndrome em professores, pouca sensibilização a respeito do assunto e pesquisa tem sido realizada na África (Amimo, 2012), particularmente em países em desenvolvimento (Badawi, 2015), como é o caso de Moçambique. Tanto quanto é do conhecimento e a partir da revisão de

literatura realizada, não foi identificado qualquer estudo sobre o fenómeno de *burnout* em professores moçambicanos do ensino secundário geral.

Os resultados e as conclusões das pesquisas empíricas sobre o fenómeno *burnout* em professores realizadas a nível mundial são convergentes, independentemente do país e nível de desenvolvimento socioeconómico, tecnológico e cultural (Aliante, 2018). A título ilustrativo, em Portugal os resultados obtidos no estudo de Gomes et al. (2006) com uma amostra de professores do ensino secundário sugerem uma percentagem assinalável de profissionais com elevados níveis de *burnout*. Cerca de 14,0% dos docentes evidenciaram problemas ao nível da exaustão emocional, 17,9% em termos da despersonalização e 6,0% demonstraram baixos índices de realização pessoal. Os achados indicam que um número significativo de profissionais parece estar em estado de *burnout*, marcado essencialmente por sentimentos de baixa realização pessoal e/ou elevados níveis de exaustão emocional e de despersonalização. A combinação simultânea dos resultados nas três dimensões aponta para uma percentagem média de 13% de professores que parecem encontrar-se claramente em situação de *burnout*. Por sua vez, Patrão (2016), evidenciou que 30,0% dos 1000 professores estudados apresentavam sinais de *burnout*.

No Brasil, a pesquisa de Carlotto (2011), envolvendo 881 professores que exercem a actividade docente em escolas públicas e privadas de médio porte localizadas na zona urbana de três cidades localizadas na região metropolitana de Porto Alegre, evidenciou que 5,6% de professores com alto nível de Exaustão Emocional, 0,7% em Despersonalização e 28,9% com baixa Realização Profissional. Por seu turno, Almeida et al. (2011), concluíram que os professores pesquisados obtiveram índices medianos de sentimentos de Despersonalização, Exaustão Emocional e Realização Profissional. Resultados idênticos foram achados por Souza et al. (2016), onde 59 participantes (N=220) manifestaram níveis altos em exaustão emocional. Quanto à Despersonalização, observa-se que 18 participantes revelaram níveis elevados e na Realização Profissional, verificou-se que 34 professores apresentaram baixos níveis nesta dimensão.

O objectivo geral deste artigo foi avaliar a incidência de *burnout* em professores moçambicanos do ensino secundário das escolas de rede pública, localizadas na cidade de Nampula, verificando suas possíveis associações com as variáveis sociodemográficas e laborais. Em função desse objectivo foi formulada a seguinte hipótese de pesquisa: a incidência de *burnout* difere entre os professores em função das variáveis, nomeadamente:

idade, sexo, estado civil, tempo de serviço, níveis de escolar e profissional, número de alunos, classe que lecciona e carga horária semanal.

Método e materiais

Tipo de pesquisa

Esta pesquisa é de natureza descritiva, com enfoque quantitativo, pois recorreu à instrumentos de mensuração e técnicas estatísticas para a colecta, classificação e análise dos dados. Ela procurou verificar as associações entre as variáveis sociodemográficas e laborais (e.g., sexo, idade, estado civil, número de filhos, nível de escolarização, número de alunos atendidos, carreira/categoria, anos de experiência profissional) com as dimensões da de *burnout*.

Procedimentos

Este estudo foi realizado em duas escolas do Ensino Secundário Geral localizadas na cidade de Nampula, Moçambique. A colecta de dados foi realizada pelo último autor, entre os meses de Abril e Junho de 2018. Inicialmente foram efectuados contactos com os gestores das escolas envolvidas no estudo tendo o mesmo sido formalizado por meio de carta que apresentava o objectivo da investigação e solicitava autorização para a sua execução. Após a autorização, foram contactados os professores e informados sobre os objectivos do estudo e, posteriormente, responderam individualmente o instrumento de pesquisa. O projecto teve aprovação da Direcção de Pós-graduação, Pesquisa e Extensão da Universidade Pedagógica-Delegação de Nampula, parecer nº 05/DPPE/UPN/2018.

Instrumentos de recolha de dados

A recolha dos dados da pesquisa foi por meio do questionário de dados sociodemográficos e laborais e do inventário de *Maslach Burnout Inventory - Educador Survey* (MBI-ES), traduzido e validado para português do Brasil (Carlotto & Câmara, 2004; Roazzi, Carvalho, & Guimarães, 2000) e de Portugal (Gomes et al., 2006), adaptado para profissionais de educação no contexto moçambicano (Abacar, Roazzi, & Bueno, no prelo; Abacar, Tarcisio, & Aliante, 2017).

O MBI-ES comporta 22 itens cuja frequência de resposta varia de 0 a 6 pontos para cada ocorrência, como se segue: 0 (nunca), 1 (algumas vezes por ano), 2 (uma vez por mês),

3 (algumas vezes por mês), 4 (uma vez por semana), 5 (algumas vezes por semana) e 6 (todos os dias). Na versão adaptada para professores moçambicanos, todas as dimensões do MBI-ES apresentaram boa consistência interna. A dimensão Exaustão Emocional apresentou o *alpha* de Cronbach 0,817, a de Despersonalização 0,801 e Realização Profissional de 0,756 (Abacar, Tarcísio, & Aliante, 2017). Os participantes foram convidados a avaliar o que sentiam acerca do seu trabalho, assinalando a alternativa que melhor correspondia ao seu caso.

Perfil da amostra

A amostra foi constituída por 250 professores moçambicanos de duas escolas do ensino secundário geral localizadas na cidade de Nampula, sendo 136 (54,4%) do sexo masculino, 114 (45,6%) do sexo feminino. Com relação ao estado civil, 126 (50,4%) em solteiros, 51 (20,4%) casados ou em união de facto, 44 (17,6%) separados e 29 (11,6%) viúvos.

Quanto ao nível de formação 121 (48,4%) professores possuíam o nível de licenciatura, 83 (33,2%) nível médio, 36 (14,4%) mestrado e apenas 10 (4,0%) o nível básico. A maior parte dos professores, 173 (69,2%), leccionava o 1º ciclo (8ª a 10ª classe) e 77 (30,8%) leccionava no 2º ciclo (11ª a 12ª classe). A idade média dos professores era de, aproximadamente, 39 anos (D.P. = 9,19 anos), numa variância de 25 a 67 anos. O número médio de filhos é de 4 (D.P. = 2,61). A média de anos de experiência profissional de docência é de 10 anos (D.P. = 7,12 anos), num intervalo de 1 a 35 anos.

Técnica de análise de dados

A análise de dados foi com base no programa *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS versão 22.0). Foram feitas análises estatísticas descritivas (Média e Desvio-padrão), para o levantamento dos dados do questionário sociodemográfico e laboral. A frequência de *burnout* analisou-se segundo o procedimento dos pontos de referência da escala de frequência de respostas, tendo o ponto de corte de 3 (algumas vezes ao mês). Foi realizado o teste *t-student* para comparar as médias das três subescalas em relação à variável sexo, e para as variáveis nível de formação, estado civil e classe leccionada foi usado o teste de análise de variância (Anova).

Resultados e Discussão

Nesta parte são analisados e discutidos os resultados obtidos. Os resultados são apresentados em forma de tabelas, acompanhadas de descrição e discussão.

Médias das dimensões do *Maslach Burnout Inventory-Educador Survey*(MBI-ES)

Com objectivo de avaliar a incidência de *burnout* em professores estudados foram calculadas as médias e desvio-padrão para cada dimensão, com base na frequência das respostas dos respondentes. A tabela 1 ilustra os resultados encontrados.

Tabela 1: Incidência de *burnout* nos professores estudados (N=250)

Subescalas	Itens	M	DP
Exaustão emocional	9	2,69	1,21
Despersonalização	5	2,51	1,27
Realização profissional	8	3,26	1,26

Na tabela 1 são apresentadas as médias e o desvio-padrão das três dimensões do *burnout*. A análise das médias permite observar que houve diferenças significativas. A dimensão Exaustão Emocional - EE apresenta uma média de 2,69 + DP=1,21, na Despersonalização - DP a média é de 2,51 + DP=1,27 e, por fim, a dimensão Realização Profissional - RP tem o valor da média igual a 3,26 + DP=1,26. Estes resultados indicam que os professores pesquisados apresentam nível moderado de EE e DP e alto nível de RP.

Os resultados deste estudo são similares aos de Almeida et al. (2011) e Souza et al. (2016) com amostras de professores. Almeida et al. (2011) revelaram os seguintes resultados: a média do factor Exaustão Emocional foi de 2,80 (DP = 0,87); para Realização Profissional a média foi de 3,65 (DP = 0,59); finalmente, a média do factor Despersonalização foi 1,98 (DP = 0,72). Já Souza et al. (2016), apontaram que a média da dimensão de Exaustão Emocional foi de 2,05; na Despersonalização foi igual a 1,49 e na Realização Profissional foi 1,57.

As pontuações encontradas na análise realizada chamam especial atenção, em virtude de os escores das dimensões Exaustão Emocional e Despersonalização situarem-se próximos do valor 3. Há indicativos de *burnout* quando são obtidos escores elevados nas dimensões de exaustão emocional e despersonalização e baixo escore na dimensão realização profissional (Maslach & Jackson, 1981).

Correlações entre as dimensões de *burnout* e variáveis sociodemográficas e laborais quantitativas

Com o intuito de avaliar a relação entre as dimensões de *burnout* com os dados sociodemográficos e laborais dos docentes, inicialmente optou-se em averiguar se haveria diferença da incidência da doença com variáveis laborais quantitativas, nomeadamente: idade, número de filhos e experiência profissional. Os resultados das análises realizadas são ilustrados na tabela que se segue.

Tabela 2: Correlações entre as dimensões de *burnout* e variáveis sociodemográficas e laborais quantitativas (N=250)

Variáveis	Dimensões de <i>burnout</i>		
	EE	DE	RP
Idade	0,341**	0,199**	-0,082
Número de filhos	0,380**	0,334**	-0,154*
Experiência profissional	0,371**	0,276**	-0,102

* $p < 0,05$ ** $p < 0,01$

Na tabela 2, os valores dos coeficientes de correlação mostram que a subescala “Exaustão Emocional” apresentou uma correlação positiva e significativa com as variáveis idade ($r = 0.341, p < 0.01$), número de filhos ($r = 0.380, p < 0.01$) e experiência profissional ($r = 0.372, p < 0.01$), com a proporção de variância entre 11.6% a 14.4%. Igualmente, a subescala Despersonalização teve correlação positiva e significava com as três variáveis sociodemográficas examinadas. A proporção da variância foi de 4.0% a 11.2%. A dimensão de Realização Profissional correlacionou-se inversamente com as três variáveis, sendo a

única diferença estatisticamente significativa observada com a variável número de filhos ($r = -0.154, p < 0.05$).

Ou seja, os professores com filhos tendem a manifestar maior Exaustão Emocional e Despersonalização e, por conseguinte, menor Realização Profissional. Esta situação pode estar associada ao sistema de gratificações que são mediante o nível acadêmico e categoria do professor. Assim, os professores com filhos, pouco escolarizados, podem se sentir menos realizados profissionalmente, pois estes necessitam de mais recursos financeiros para fazer face as despesas básicas de casa e da família (*e.g.*, luz, água, produtos alimentícios, renda de casa), bem como, despesas de saúde, educação e de transporte.

Estes resultados corroboram parcialmente com os de Carlotto (2011), ao evidenciar que professores que têm filhos possuem menor realização no trabalho. Estes achados, não estão de acordo com o argumento de Maslach, Schaufeli e Leiter (2001) segundo o qual a paternidade equilibra o profissional, permitindo melhores estratégias de enfrentamento das situações conflituosas e dos agentes geradores de *stress* ocupacional.

Quanto à variável “idade”, resultados deste estudo mostram que esta variável foi estatisticamente significativa e positiva com duas dimensões de *burnout* (Exaustão Emocional e Despersonalização), isto é, quanto maior for a idade maior é a tendência dos professores experienciarem a exaustão emocional e a despersonalização e menor realização no trabalho. Carlotto (2011) também constatou que quanto maior for a idade dos professores, maior é o sentimento de distanciamento e menor é a realização no trabalho.

Por fim, maiores anos de experiência profissional associam-se positivamente com a síndrome de *burnout*. Abacar, Tarcísio e Aliante (2017) constataram também que a mesma variável (anos de experiência) apresentou correlação positiva com exaustão emocional e despersonalização, pois à medida que os professores vão tendo mais anos de serviço, também aumenta o nível de exaustão emocional e de despersonalização. Igualmente, Betoret e Artiga (2010) identificaram que à medida que professores espanhóis ganhavam mais experiência, revelavam autopercepção de menor eficácia no trabalho.

Associações das dimensões do *burnout* com variáveis sociodemográficas e laborais qualitativas

Para verificar as possíveis associações entre dimensões de *burnout* e variáveis sociodemográficas e laborais qualitativas (sexo, estado civil, habilitações literárias e classe leccionada) foi realizado um teste de comparações múltiplas. Os resultados obtidos constam na tabela 3.

Tabela 3: Associações das dimensões de *burnout* com variáveis sociodemográficas e laborais qualitativas (N=250)

Dimensões do <i>Burnout</i>		Variável categórica					
		Masculino		Feminino		t	d
	M	DP	M	DP			
EE	2,69	1,24	2,70	1,20	-0,04	-0,01	
DE	2,44	1,40	2,60	1,18	-0,92	-0,12	
RP*	3,42	1,31	3,08	1,16	2,11	0,27	

Estado civil										
Solteiros		Casados		Separados		Viúvos		F	η^2	
M	DP	M	DP	M	DP	M	DP			
EE*	2,26	0,95	2,80	1,36	3,30	1,20	3,40	1,25	9,84	0,11
DE*	2,14	1,14	2,56	1,45	3,30	1,24	2,84	0,94	10,70	0,12
RP*	3,56	1,27	3,14	1,37	3,11	1,03	2,45	0,85	7,16	0,08

Habilitações literárias										
Básico		Médio		Licenciatura		Mestrado		F	η^2	
M	DP	M	DP	M	DP	M	DP			
EE*	3,70	1,50	2,96	1,11	2,26	1,06	3,28	1,30	17,70	0,14
DE*		3,84		2,87		1,99		1,24		0,18
	0,82			1,17		1,17		3,06		13,22
RP*	2,96	0,62	3,18	1,22	3,43	1,35	3,02	1,12	1,42	0,02

Classe leccionada											
8ª classe		9ª classe		10ª classe		11ª classe		12ª classe		F	η^2
M	DP	M	DP	M	DP	M	DP	M	DP		
EE	2,64	1,22	2,72	1,11	2,66	2,68	1,35	2,82		0,147	0,002

				1,25				1,23			
				2,43				2,49			
DE	2,30	1,26	2,63	1,17	1,21	2,90	1,38	1,29	1,47	0,01	
			3,26	1,21	3,23						
RP3,26	1,30	1,28				3,27	1,29	3,35	1,26	0,064	0,002

Vê-se, na tabela 3, que o teste de correlação entre a variável “sexo” com as três dimensões de *burnout* apenas revelou diferença significativa na dimensão Realização Profissional ($t(248) = 2.11, p = 0.036$). A média dos professores é relativamente maior ($M = 3,42; DP = 1,31$) que a das professoras ($M = 3,08; DP = 1,16$), embora o tamanho de efeito dessa diferença esteja entre pequeno e moderado ($d = 0,27$). Portanto, as mulheres tendem a revelar menor realização profissional do que os homens. Abacar, Tarcisio e Aliante (2017) revelaram maior tendência de incidência de *burnout* em professoras moçambicanas que actuam no ensino superior.

Farber (1999) argumentou que embora sejam mais abertas para lidar com as várias pressões presentes na profissão de ensino, professores do sexo feminino são mais vulneráveis ao *burnout*, pois revelam menor flexibilidade que seus pares do sexo masculino. Também McMurray et al. (2000), demonstraram que os profissionais do sexo feminino relatavam menor controle do trabalho, maior pressão de tempo e tiveram 1,6 vezes mais chances de relatar esgotamento profissional do que seus colegas do sexo masculino.

Em relação a variável “estado civil” e sua relação com o *burnout*, o teste de comparações múltiplas mostrou que as diferenças foram significativas entre os indivíduos solteiros e separados ($p < 0.01$) e viúvos ($p < 0.01$) para a Exaustão Emocional e Despersonalização e, apenas solteiros e viúvos ($p < 0.01$) para a Realização Profissional. Os profissionais solteiros apresentaram baixos níveis de Exaustão Emocional ($M = 2.26, DP = 0.95$) e Despersonalização ($M = 2.14, DP = 1.14$) em relação aos separados e viúvos cujas médias foram respectivamente de ($M = 3.30, DP = 1.20; M = 3.40, DP = 1.25$), em Exaustão emocional e ($M = 3.30, DP = 1.24; M = 2.84, DP = 0.94$) em Despersonalização. Na subescala Realização profissional os solteiros apresentaram elevadas pontuações ($M = 3.56, DP = 1.27$) que os viúvos ($M = 2.45, DP = 0.85$).

Esses achados sugerem que em comparação com os casados, os professores solteiros, viúvos ou separados são mais propensos em sofrer de *burnout*, visto que apresentaram maiores pontuações nas dimensões Exaustão emocional e Despersonalização. Abacar e Amade (*no prelo*) identificaram o ser divorciado ou solteiro, possuir fraca qualificação profissional e trabalhar em regime de contracto como o perfil de professores que tendem a ser mais stressados.

Tal como este estudo, pesquisas revelam que trabalhadores solteiros apresentam maiores níveis de *burnout*, comparativamente aos seus colegas casados (Abacar, Tarcísio, & Aliante 2017; Abacar, 2015; Aydemir & Icelli, 2013). Uma possível explicação do porquê o ser casado torna as pessoas menos vulneráveis ao *burnout* é o facto de, estas tenderem a ser mais velhas, mais estáveis e psicologicamente maduras (ter uma compreensão sólida e precisa da realidade social e ser mais construtiva e adaptável na natureza) e o envolvimento com o cônjuge e filhos torna-lhes mais experientes em lidar com problemas interpessoais e conflitos emocionais do dia-a-dia (Aydemir & Icelli, 2013).

No que diz respeito à correlação entre as três dimensões de *burnout* analisadas com a variável “nível de escolaridade”, apenas foram encontradas diferenças significativas nas subescalas Exaustão Emocional [$F(3, 246) = 13.22, p = 0.000$] e Despersonalização [$F(3, 246) = 17.70, p = 0.000$]. Os testes de comparações múltiplas para as subescalas Exaustão Emocional e Despersonalização indicam que as diferenças significativas foram observadas entre os indivíduos com o nível de Licenciatura em relação à demais níveis incluídos neste estudo ($p < 0.01$). Portanto, as médias mais baixas nas subescalas Exaustão Emocional ($M = 2.26, DP = 1.06$) e Despersonalização ($M = 1.99, DP = 1.17$) pertencem aos professores com o nível de licenciatura. Em termos gerais, os licenciados apresentaram níveis mais baixos de Exaustão Emocional ($M = 2,26; DP = 1,06$) e Despersonalização ($M = 1,99; DP = 1,17$) e nível alto em Realização Profissional ($M = 3,43; DP = 1,35$). Pelo contrário, professores com nível básico de escolaridade mostraram-se mais propensos em desenvolver a síndrome de *burnout*, pois apresentaram pontuações elevadas nas dimensões Exaustão Emocional e ($M = 3,70; DP = 1,50$) e Despersonalização ($M = 3,84; DP = 0,82$) e baixas na dimensão Realização Profissional ($M = 2,96; DP = 0,62$).

Isso deve-se, provavelmente, pelo facto de que a divisão da carga horária é mediante o nível de ensino que o professor lecciona. Para os professores que leccionam no 1º ciclo do ensino secundário geral (8ª, 9ª e 10ª classe) cumprem 24 aulas semanais e os do 2º ciclo (11ª e 12ª classe) têm a carga horária equivalente a 20 aulas semanais, independentemente da disciplina leccionada. Além do mais, professores habilitados com o nível de licenciatura recebem maior salário relativamente aos seus colegas com nível básico ou médio de escolaridade. Isso coincide com a ideia segundo a qual, a educação pode influenciar a realização pessoal, o que significa maior nível educacional poder ser interpretado como um factor de protecção contra o *burnout*, assim como, o aumento da idade (Milićević-Kalašić, 2013).

Quanto à associação entre as três dimensões (Exaustão Emocional, Despersonalização e Realização Profissional) e a variável classe leccionada, o teste de análise de variância não revelou qualquer diferença estatisticamente significativa entre os grupos que leccionam distintas classes. Ademais, a magnitude de efeito em todas as subescalas é quase nula.

Considerações finais

Este estudo procurou avaliar a incidência de *burnout* em professores das escolas do ensino secundário geral na cidade de Nampula. O maior mérito do estudo é por ser o pioneiro na avaliação do fenómeno, tendo como amostras professores moçambicanos do ensino secundário geral. Além disso, fornece indicativos para melhor compreensão do fenómeno de *burnout* em professores do ensino secundário geral em Moçambique.

Os resultados da pesquisa permitem concluir que os níveis de *burnout* diferem entre os professores em função das variáveis sexo, idade, grau de escolaridade, anos de experiência, estado civil e número de filhos, como previsto na hipótese da pesquisa. Para sustentar esta posição, as análises realizadas da relação das variáveis sociodemográficas e laborais mencionadas com as dimensões de *burnout* evidenciaram diferentes resultados.

De forma geral, pode-se mencionar que alguns participantes deste estudo encontram-se em fase de desenvolvimento de *burnout*. Isso remete à implementação de medidas de prevenção primária e secundária por forma a reduzir, ou de preferência, a eliminar precocemente a doença. Também é desejável a existência de serviços de aconselhamento psicológico no contexto de trabalho dos professores, com vista a ajudá-los a lidar com situações stressantes.

Este estudo apresenta algumas limitações que merecem ser apontadas. A pesquisadora envolveu amostra probabilística de professores do ensino secundário em Moçambique, o que não permite a generalização dos resultados para toda a população docente do ensino secundário. Outrossim, os resultados encontrados não fornecem qualquer prova de causalidade. Investigações futuras baseadas em amostras probabilísticas e correlacionais com factores organizacionais e situacionais são necessárias para estudar o fenómeno de *burnout* e sugerir formas de prevenção e intervenção. A realização dessas investigações poderá ser útil na identificação de factores de trabalho adversos à saúde mental dos professores, bem como no delineamento de estratégias de *coping* mais eficazes.

Referências Bibliográficas

- Abacar, M. (2015). *Burnout em Docentes do Ensino Básico em Escolas Moçambicanas e Brasileiras*. Tese de Doutorado, Programa de Pós-graduação em Psicologia Cognitiva, Universidade Federal de Pernambuco, Recife.
- Abacar, M., & Aliante, G. (2016). Fontes de Stress Ocupacional em Professores Moçambicanos do Ensino Secundário Geral do 1º Ciclo, Cidade de Nampula. (Comunicação oral). *Jornadas Científicas do MINEDH*. Maputo.
- Abacar, M., & Amade, F. T. (no prelo). Trabalho, prazer e colapso do professor: Stress ocupacional e estratégias de gestão em profissionais do ensino primário público em Moçambique. In J. N. Bastos & M. Abacar (Org.). *Educação em Moçambique: Políticas, Concepções e Práticas*. Editora Educator.
- Abacar, M., Roazzi, A., & Bueno, J. M. H. (no prelo). Evidências de validade baseadas na estrutura interna do *Maslach Burnout Inventory*. *Revista Estudos de Psicologia*, PUC-SP.
- Abacar, M., Roazzi, A., & Bueno, J. M. H. (2017). Estresse ocupacional: percepções dos professores. *Revista Amazônica*, 10, 19 (1), 430-472.
- Abacar, M., Tarcísio, L., & Aliante, G. (2017). *Burnout* em professores moçambicanos do ensino superior público e privado. *Revista Saúde e Pesquisa*, 10(3), 567-577.
- Aliante, G. (2018). *Síndrome de Burnout e Trabalho: um estudo junto a professores do ensino fundamental das escolas da rede pública na cidade de Nampula*. Dissertação de

- Mestrado, Programa de Pós-graduação em Psicologia Social e Institucional, Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.
- Aliante, G., & Abacar, M. (2018). Fontes de stress ocupacional em professores do ensino básico e médio em Moçambique, Brasil e Portugal: uma revisão sistemática de literatura. *Revista internacional de Língua Portuguesa*, 4(33), 95-110.
- Almeida, C. V., Silva, C., Centurion, P., & Chiuzi, R. M. (2011). Síndrome de Burnout em professores: um estudo comparativo na região do Grande ABC paulista. *Rev. Elet. Gestão e Serviços* 2(1), 276-291.
- Amimo, C. A. (2012). Are you experiencing teacher burnout? A synthesis of research reveals conventional prevention and spiritual healing. *Education Research Journal*, 2(11), 338-344.
- Aydemir, O., & Icelli, I. (2013). *Burnout: Risk Factors*. In S. Bährer-Kohler (Ed). *Burnout for Experts: Prevention in the Context of Living and Working* (pp. 119-143), Basel, Switzerland: Springer. .
- Badawy, S. M. (2015). Egyptian Teachers' Burnout: The Role of Work Environment Characteristics and Job Stress. *Journal of Business and Management Sciences*, 3(4), 101-110.
- Batista, J. B. V. (2010). *Síndrome de Burnout em professores do ensino fundamental: um problema de saúde pública não percebido*. Tese de Doutorado, Programa de Pós-graduação em Saúde Pública, Centro de Pesquisas Aggeu Magalhães, Fundação Oswaldo Cruz, Recife.
- Borges, L. O., Argolo, J. C. T., & Baker, M. C. S. (2006). Os Valores Organizacionais e a Síndrome de Burnout: Dois Momentos em uma Maternidade Pública. *Psicologia: Reflexão & Crítica*, 19(1), 34-43.
- Betoret, F. D., & Artiga, A. G. (2010). Barriers perceived by teachers at work, coping strategies, self-efficacy and burnout. *Spanish Journal of Psychology*, 13, 637-654.
- Carlotto, M. S. (2011). Síndrome de Burnout em Professores: Prevalência e Fatores Associados. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 27(4), 403-410.
- Carlotto, M. S., & Câmara, S. G. (2004). Análise fatorial do Maslach Burnout Inventory (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. *Psicologia em Estudo*, Maringá, 9(3), 499-505.

- CIP (Centro de Integridade Pública de Moçambique). (2015). Professor moçambicano: Ternamente lembrado, eternamente esquecido. Edição 37, Novembro.
- Cruz, R. M., Lemos, J. C., Welter, M. M., & Guisso, L. (2010). Saúde docente, condições e carga de trabalho. *Revista Electrónica de Investigación y Docencia (REID)*, 4, 147-160.
- Farber, B. A. (1999). Inconsequentiality - the key to understanding teacher burnout. In R. Vanderberche & A. M. Huberman. *Understanding and Preventing Teacher Burnout: A Sourcebook of international research and practice*. Cambridge University Press.
- Gasparini, S. M., Barreto, S. M., & Assunção, A. A. (2006). Prevalência de transtornos mentais comuns em professores da rede municipal de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, 22(12), 2679-2691.
- Gil-Monte, P. R. (2008). El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout) como fenómeno transcultural. *Informació Psicologia*, 91-92, 4-11.
- Gomes A. R., Silva, M. J., Mourisco, S., Silva, S., Mota, A., & Montenegro, N. (2006). Problema e desafios no exercício da actividade docente: um estudo sobre o stresse, burnout, saúde física e satisfação profissional em professores do 3o ciclo e ensino secundário. *Revista Portuguesa de Educação*, 19(1), 67-93.
- Guglielmi, R. S., & Tatrow, K. (1998). Occupational stress, burnout, and health in teachers: a methodological and theoretical analysis. *Review of Educational Research*, 68(1), 61-69.
- Lhospital, A. S., & Gregory, A. (2009). Changes in teacher stress through participation in prereferral intervention teams. *Psychology in the schools*, 46(10), 1098-1112.
- Maslach, C., & Goldberg, J. (1998). Prevention of burnout: New perspectives. *Applied & Preventive Psychology*, 7, 63-74.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced Burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, 2, 99-113.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter M. P. (2001). Job burnout. *Ann Rev Psychol.*, 52, 397-422.
- McMurray, J. E., Linzer, M., Konrad, T. R., Douglas, J., Shugerman, R., & Nelson, K. (2000). The Work Lives of Women Physicians. *J. Gen Intern Med*, 15, 372-380.

- Milićević-Kalašić, A. (2013). Burnout Examination. In S. Bährer-Kohler, (Ed). *Burnout for Experts: Prevention in the Context of Living and Working*. Basel, Switzerland: Springer, 169-183.
- Patrão, I. (2016). *Stress na profissão Docente*. In Conferência Portuguesa sobre Stresse na Profissão Docente: causas, consequências e medidas a tomar. Lisboa, FENPROF, 2 de Fevereiro.
- Roazzi, A., Carvalho, A. D., & Guimarães P. V. (2000). Análise da estrutura de similaridade de Burnout: Validação da escala Maslach Burnout Inventory em professores. In *Anais do V Encontro Mineiro de Avaliação Psicológica: Teorização e Prática, VIII Conferências Internacional de Avaliação Psicológica - Formas e Contexto e V Encontro Mineiro de Avaliação Psicológica: Teorização e Prática*, (p. 89-115), Belo Horizonte, Belo Horizonte: PUC,.
- Salvagioni, D. A. J., Melanda, F. N., Mesas, A. E., González, A. D., Gabani, F. L., & Andrade, S. M. (2017). Physical, psychological and occupational consequences of job burnout: A systematic review of prospective studies. *PLOS ONE*, 4, 1-29.
- Souza, S., Souza, F. M. T., Barbosa, S. C., Lopes, I. R. S., & Fernandes, D. G. (2016). Síndrome de *burnout* e valores humanos em professores da rede pública estadual da cidade de João Pessoa: Um estudo correlacional. *Análise Psicológica*, 1(34), 119-131.
- Tamayo, M. R., & Tróccoli, B. T. (2009). Construção e validação fatorial da Escala de Caracterização do Burnout-ECB. *Estudos de Psicologia*, 14(3), 213-221.
- Vasconcelos, A. C. L., & Neves, M. Y. (2010). A saúde de professoras do ensino fundamental: relato de uma investigação. In M.Y. Neves, et al. *Subjetividade e Trabalho: a vida não é só isso que vê*. João Pessoa, 27-50.
- Yong, Z., & Yue, Y. (2007). Causes for burnout among secondary and elementary school teachers and preventive strategies. *Chinese Education and Society*, 40(5), 78-85.