

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E SÍNDROME DE BURNOUT: UM ALERTA PARA OS PROFESSORES

Victor Ferreira Chagas¹, Maria Izabel Florencio Cardoso dos Santos²

¹Discente do Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco. E-mail: victor.fchagas@ufpe.br; ²Psicóloga Clínica pela Faculdade de Ciências Humanas ESUDA. Pós graduanda em Terapia Cognitiva Comportamental pela Faculdade Metropolitana. E-mail: izabelflorenciopsi@gmail.com

Introdução: A síndrome de Burnout ou esgotamento profissional afeta diversas áreas profissionais no qual o trabalhador possui intensa carga em seu cotidiano, constante contato interpessoal e sua relação intrapessoal. O esgotamento ocorre de maneira subjetiva para cada trabalhador e alguns dos sintomas de caráter psicossomáticos, alterações comportamentais, insatisfação profissional, desequilíbrio emocional podendo em alguns casos levar ao suicídio. Esses são sinais de uma doença cruel e de difícil diagnóstico que sobrevém nos hospitais, escolas, centros religiosos e vários tipos de empresas. **Objetivo:** Realizar uma revisão literária sobre a prevalência da Síndrome de Burnout em professor de Educação Física da rede básica da educação. **Material e Método:** Revisão da literatura, através da Scielo, Google Scholar, LILACS e BVSPSI. Após revisão integrativa utilizou-se 10 artigos para compor este estudo. **Resultados e Discussão:** Os dados levantados nesta pesquisa demonstram que grande parte dos professores observados apresentaram sintomas de estresse e uma parcela destes sofrem com a SB. Também foi possível observar uma correlação entre a insatisfação profissional, exaustão emocional e longas jornadas de trabalho. Profissionais de educação física com vasta experiência profissional foram apresentados como mais vulneráveis ao burnout e mais sobrecarregados por terem que optar ao pluriemprego e não obter uma remuneração compatível com seu empenho, se vendo obrigados a reduzir e/ou abandonar atividades laborais e hábitos de rotina resultando num estresse laboral e desequilíbrio emocional. Essa doença é considerada pela Organização Mundial da Saúde e pelas leis brasileiras como doença ocupacional. Por isso precisa-se o afastamento para tratamento da síndrome. O problema está na dificuldade de diagnosticar muitas vezes é confundida com depressão. A volta ao trabalho nem sempre é fácil o melhor é que essa volta acontece gradualmente com poucas demandas. O mais importante, porém, é a alteração de postura, os indivíduos alcançam melhor resultado quando respeitam suas necessidades e limites. **Conclusão:** As evidências mostraram que a exaustão emocional e a decepção com a prática educacional estão correlatas, sendo a exaustão emocional um fator fundamental para o desenvolvimento da doença e precursora do estresse laboral, um transtorno mental onde antes era evidenciado principalmente em profissionais de saúde, atualmente podemos observar grande acometimento entre os profissionais de educação física. **Contribuições para Saúde:** É de suma importância a expansão das discussões sobre o tema para que sejam implantadas medidas preventivas dentro das áreas ocupacionais, não apenas com a finalidade de diminuição do absenteísmo, mas também como incentivo ao sucesso profissional e o preenchimento de um vazio existencial. A reestruturação biopsicossocial é fundamental para obtenção de resultados prósperos durante o tratamento resultando na elevação da autoestima, a revisão dos valores materiais, análise das emoções e restabelecimento cognitivo e comportamental.

Descritores: Síndrome de Burnout; Profissionais de Educação Física; Saúde do Professor.