



## Mais de 60% dos professores universitários estão exaustos

Mais de 60% dos professores universitários sofrem de "burnout", um estado de exaustão decorrente do stress do trabalho, segundo um estudo da Universidade Portucalense que sinaliza a importância do relacionamento dos docentes com as chefias para precaver saúde mental.

Os dados do estudo, realizado no âmbito de uma tese de mestrado em Psicologia foi divulgado segunda-feira, indicam que 62% dos professores universitários sofre de "burnout", associado a fadiga física, e demonstram que "as universidades devem dar mais importância aos relacionamentos dos professores universitários com a liderança directa e com a gestão de recursos humanos como factor promotor de saúde mental".

A investigação da autora da tese de mestrado, Ana Rita Ferreira, que abrangeu professores de quatro instituições de ensino superior do Porto, revela que "quando o ambiente de trabalho é positivo, o docente encontra mais recursos sociais e psicológicos para superar os desafios profissionais".

"Os resultados do estudo indicam que o stress inerente à função e cargos que cada docente ocupa está directamente associado ao 'burnout'. Por outro lado a confiança nas chefias e o relacionamento com a gestão de recursos humanos constituem-se como factor amortecedor do 'burnout'", lê-se no comunicado da Universidade Portucalense.

De acordo com o estudo, os dados contrariam as ideias preconcebidas em relação ao "burnout": não é a fadiga cognitiva, mas sim a fadiga física e a exaustão que são apontadas "como os principais factores de desencadeamento deste quadro".

"Os dados apoiam a necessidade de rever as funções que o professor deve desempenhar dentro da instituição e a devida carga horária, favorecendo o desempenho do professor e o bem-estar, sendo especialmente relevante os relacionamentos

dos professores universitários com a gestão", indica o comunicado.

O estudo - feito com base em 131 inquiridos a professores universitários, entre os 23 e os 74 anos de idade, e que leccionam, cada um, apenas numa universidade - mostram que cada docente trabalha mais horas (16 horas) do que a carga horária recomendada, sendo obrigados a conciliar aulas com investigação, "podendo acumular funções burocráticas ou de maior responsabilidade como é o caso de 60% dos inquiridos, ou a coordenação de um determinado curso ou departamento da universidade, como são 42% dos docentes participantes no estudo".

O estudo revela também que "o 'burnout' é transversal a todas as áreas científicas", e "apesar de nenhum dos inquiridos apresentar um quadro de 'burnout' total, verifica-se que 62% dos professores têm sintomas de 'burnout' associado a fadiga física, 27% apresentam sintomas de 'burnout' associado a fadiga cognitiva e 5% sintomas de 'burnout' associado a exaustão emocional".

"Da amostra total dos 131 inquiridos, 66% são professores auxiliares, 15% professores associados, 10% professores convidados e com menor prevalência, 4% professores catedráticos", e a grande maioria (83%) tem como habilitações um doutoramento.

Em Fevereiro deste ano, um outro estudo revelava que Um estudo realizado com cerca de mil professores de escolas portuguesas revelou que 30% dos docentes estavam exaustos emocionalmente e sem sentimento de realização profissional. Durante três anos - entre 2010 e 2013 - uma equipa de investigadores do ISPA - Instituto Universitário inquiriu cerca de mil docentes que davam aulas a alunos do 2.º e 3.º ciclos mas também do ensino secundário.