



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO VALE DO SÃO FRANCISCO**  
**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**

**ALUNA: GREICE KELLY FONSECA ALVES**

**ORIENTADORA: Lucivanda Cavalcante Borges de Sousa**

**CO-ORIENTADORA: MARIA DO SOCORRO SALES MARIANO**

**INCIDÊNCIA E CARACTERIZAÇÃO DA SÍNDROME DE BURNOUT EM  
PROFESSORES DE ESCOLAS PÚBLICAS E PRIVADAS EM JUAZEIRO-BA**

**PETROLINA/PE**

**2024**

**GREICE KELLY FONSECA ALVES**

**INCIDÊNCIA E CARACTERIZAÇÃO DA SÍNDROME DE BURNOUT EM  
PROFESSORES DE ESCOLAS PÚBLICAS E PRIVADAS EM JUAZEIRO-BA**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia, da Universidade Federal do Vale do São Francisco – UNIVASF, como requisito parcial para a obtenção do título de Mestre em Psicologia.

Orientadora: Lucivanda Cavalcante Borges de Sousa;

Co –Orientadora: Maria do Socorro Sales Mariano

**PETROLINA/PE**

**2024**

A474i Alves, Greice Kelly Fonseca  
Incidência e caracterização da Síndrome de Burnout em  
professores de escolas públicas e privadas em Juazeiro-BA / Greice  
Kelly Fonseca Alves. - Petrolina, 2024.  
ix, 61 f.

Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade Federal do  
Vale do São Francisco, Campus Petrolina-PE, 2024.

Orientadora:: Profa. Lucivanda Cavalcante Borges de Sousa.

1. Professores - Stress ocupacional. 2. Síndrome de Burnout. 3.  
Escolas - Juazeiro (BA). I. Título. II. Sousa, Lucivanda Cavalcante  
Borges de. III. Universidade Federal do Vale do São Francisco.

CDD 371.10019

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO VALE DO SÃO FRANCISCO  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**

**FOLHA DE APROVAÇÃO PARA DISSERTAÇÃO**

GREICE KELLY FONSECA ALVES

**INCIDÊNCIA E CARACTERIZAÇÃO DA SÍNDROME DE BURNOUT EM  
PROFESSORES DE ESCOLAS PÚBLICAS E PRIVADAS EM JUAZEIRO-  
BA**

Dissertação apresentada como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Psicologia, pela Universidade Federal do Vale do São Francisco.

Aprovada em: 31/01/2024

**Banca Examinadora**

Documento assinado digitalmente  
**gov.br** LUCIVANDA CAVALCANTE BORGES DE SOUSA  
Data: 06/02/2024 07:57:44-0300  
Verifique em <https://validar.itl.gov.br>

---

(Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup>. Lucivanda Cavalcante Borges de Sousa, Univasf).

Documento assinado digitalmente  
**gov.br** FRANCIELA FELIX DE CARVALHO MONTE  
Data: 07/02/2024 08:24:52-0300  
Verifique em <https://validar.itl.gov.br>

---

(Prof<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Franciela Félix de Carvalho Monte, Universidade de Pernambuco).

Documento assinado digitalmente  
**gov.br** DANIEL HENRIQUE PEREIRA ESPINDULA  
Data: 05/02/2024 22:39:29-0300  
Verifique em <https://validar.itl.gov.br>

---

(Prof<sup>o</sup> Dr.<sup>o</sup> Daniel Henrique Pereira Espíndula, Univasf).

## DEDICATÓRIA

*Dedico este trabalho a todos os professores exaustos, cuja dedicação molda mentes e ilumina caminhos. Que este, sirva como um tributo à resiliência dos educadores e inspire esforços na criação de ambientes de trabalho mais valorizados e protegidos.*

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço a Deus, fonte de toda força e inspiração, por guiar meus passos e iluminar meu caminho ao longo desta jornada acadêmica.

À minha querida família, a razão pela qual eu existo, expresso minha profunda gratidão. A meus pais, Manoel Aprígio e Luzimar, cujo amor, cuidado e apoio foram fundamentais em cada passo deste percurso. À paixão da minha vida, meus irmãos Saulo e David, que sempre foram meu suporte incondicional, em todos os momentos. Neste momento, recordo com muito amor e saudade do meu amado irmão Henrique, cuja ausência física não diminui o amor eterno que sinto por ele. Sua influência e apoio foram valiosos até aqui.

Quero expressar minha profunda gratidão a Luzinete, carinhosamente chamada por mim de Leleta desde o dia em que nasci. Infelizmente, ela não está mais entre nós para compartilhar este momento de conquista e alegria comigo. Leleta enchia o peito de orgulho, ao falar da minha trajetória e dos meus desejos. Hoje, embora a senhora não esteja fisicamente presente, sei que seu amor e seu orgulho continuam a me envolver. Agradeço por ter acreditado em mim, seu amor e cuidado foram fundamentais e me proporcionaram força e confiança em mim mesma. Mesmo ausente, deixo aqui registrado todo o amor e carinho que sinto pela senhora. Obrigada, Leleta, por ser uma inspiração e apoio em minha vida.

Agradeço a minha orientadora Professora Lucivanda, que, me acolheu com respeito e me guiou com sabedoria ao longo de todo este processo. Suas orientações foram de extrema importância para o meu crescimento profissional e acadêmico. Obrigada por me ajudar até aqui.

Expresso meu sincero agradecimento à minha co-orientadora Professora Socorro Mariano, cuja contribuição foi fundamental para o entendimento de diversos aspectos e para ampliar minha visão sobre o meu trabalho. Suas orientações foram elementos-chave que enriqueceram meu trabalho.

À minha Professora inspiração, que me introduziu ao estudo sobre Burnout e despertou minha paixão pela temática, Professora Franciela, cujo incentivo e apoio foram fundamentais para minha formação no mestrado. Sua confiança e credibilidade

em mim fez toda a diferença naquele dia em que disse para tentar a seleção do mestrado. Obrigada!

Expresso minha enorme e sincera gratidão à minha amiga-mãe Suzy, cujo incentivo tem sido uma luz em minha jornada. Você me encoraja a buscar a minha melhor versão, todos os dias. Foi ela quem, despertou em mim, a curiosidade de saber o que é era a Síndrome de Burnout, além de me ensinar a ser a professora que eu sou hoje. Agradeço profundamente por sua influência em minha vida.

Aos amigos que estiveram ao meu lado, em especial, Michele, Cícero, Samantha, Jersica, Karine, e a todos que colaboraram na aplicação do questionário, meu sincero agradecimento. Sem o apoio de vocês, esta conquista não seria possível.

Quero expressar minha profunda gratidão à minha amiga Nayrla, que elevou minha autoestima em momentos de dificuldade, me ajudando nos momentos mais desafiadores. Ela não apenas enfrentou situações estressantes ao meu lado, mas se envolveu em assuntos que talvez não compreendesse completamente, mas estava presente como uma verdadeira e leal amiga.

Às amigas que o mestrado me presenteou, Ludmila e Thamires, expresso minha gratidão por seus constantes incentivos, levarei vocês para sempre em meu coração.

As amigas Carla, Pamela, Williane, Aline, Angélica e Livia, meu fã clube, agradeço por cada vez que duvidei de mim mesmo, e vocês estiveram lá para me levantar, sou eternamente grata a vocês.

A minha amiga Luísa, minha aliada e porto seguro, compartilhamos desafios, superamos obstáculos e agora celebramos juntas esta conquista. Obrigado por estar ao meu lado.

A todos que participaram da pesquisa, rogo a Deus que abençoe cada um de vocês. Sigamos em frente, pois o caminho ainda não chegou ao fim. Avante com fé, determinação e gratidão, recordando as sábias palavras do poeta Gilberto Gil: "Andá com fé eu vou, que a fé não costuma faiá".

“O respeito que devemos como professores aos educandos dificilmente se cumpre, se não somos tratados com dignidade e decência pela administração privada ou pública da educação”.

Paulo Freire, 2002.

## RESUMO

Este estudo abordou a Síndrome de Burnout, um fenômeno decorrente do acúmulo de estresse no ambiente de trabalho, manifestando-se quando os trabalhadores enfrentam demandas excessivas sem o devido reconhecimento ou recompensa. Professores, especialmente os que atuam no ensino fundamental, emergem como uma das categorias mais impactadas por essa síndrome. Neste sentido, o objetivo da pesquisa foi investigar a incidência e caracterização da Síndrome de Burnout em professores das redes pública e privada em escolas do município de Juazeiro, BA. Os objetivos específicos incluíram a comparação dos índices da síndrome entre as instituições, investigar a incidência de cada uma das dimensões (Exaustão Emocional, Despersonalização e Realização Profissional) e verificar se há diferenças nas dimensões relacionadas a dados sociodemográficos. A metodologia adotada foi quantitativa, utilizando o Maslach Burnout Inventory para professores e um questionário sociodemográfico. A amostra totalizou 226 participantes, sendo 145 da rede pública e 81 da privada, com predominância de 86,3% de participantes do sexo feminino e 13,9% do sexo masculino. Quanto ao estado civil, observou-se que 54% eram casados. Em relação à parentalidade, 67,3% afirmaram ter filhos, enquanto 32,7% declararam não possuir. No que diz respeito à carga horária, 64,6% trabalhavam em jornadas de 40 horas. 73,3% dos participantes relataram a inexistência ou o desconhecimento de suporte psicológico disponível na instituição educacional em que atuavam. A pesquisa revelou que 74,8% dos professores não apresentavam diagnósticos de transtornos mentais, como depressão, ansiedade ou síndrome do pânico. Os resultados apontaram níveis moderados a baixos de exaustão emocional, baixa despersonalização e um grau moderado de realização profissional. Destacaram-se fatores protetivos, como qualidade do sono, presença de filhos e tempo dedicado ao lazer, ressaltando sua relevância na promoção da saúde mental. Essas conclusões proporcionam uma base teórico-metodológica para o desenvolvimento de programas de prevenção e cuidado da saúde mental na cidade pesquisada.

**Palavras-chaves:** Burnout; Professores; Trabalho, exaustão.

## **ABSTRACT**

This study looked at Burnout Syndrome, a phenomenon resulting from the accumulation of stress in the workplace, which manifests itself when workers face excessive demands without due recognition or reward. Teachers, especially those working in primary education, emerge as one of the categories most affected by this syndrome. The aim of this study was to investigate the incidence and characterization of Burnout Syndrome in public and private school teachers in the municipality of Juazeiro, BA. The specific objectives included comparing the rates of the syndrome between the institutions, investigating the incidence of each of the dimensions (Emotional Exhaustion, Depersonalization and Professional Achievement) and checking for differences in the dimensions related to sociodemographic data. The methodology adopted was quantitative, using the Maslach Burnout Inventory for teachers and a sociodemographic questionnaire. The sample totaled 226 participants, 145 from the public sector and 81 from the private sector, with a predominance of 86.3% female and 13.9% male participants. With regard to marital status, 54% were married. With regard to parenthood, 67.3% said they had children, while 32.7% said they did not. With regard to working hours, 64.6% worked 40-hour shifts. 73.3% of the participants reported that there was no or little psychological support available in the educational institution where they worked. The survey revealed that 74.8% of teachers were not diagnosed with mental disorders such as depression, anxiety or panic disorder. The results indicated moderate to low levels of emotional exhaustion, low depersonalization and a moderate degree of professional fulfillment. Protective factors such as sleep quality, the presence of children and time dedicated to leisure were highlighted, emphasizing their relevance in promoting mental health. These conclusions provide a theoretical and methodological basis for the development of mental health prevention and care programs in the city surveyed.

**Keywords:** Burnout; Teacher; Work; exhaustion

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	11
<b>2 SAÚDE MENTAL E TRABALHO</b> .....	15
<b>3 SÍNDROME DE BURNOUT</b> .....	20
<b>4 ESGOTAMENTO PROFISSIONAL E A SÍNDROME DE BURNOUT NO EXERCÍCIO DOCENTE</b> .....	26
<b>5 DESAFIOS EDUCACIONAIS DURANTE A PANDEMIA: IMPACTOS NA SAÚDE DOS PROFESSORES</b> .....	33
<b>6 OBJETIVOS</b> .....	37
<b>7 MÉTODO</b> .....	38
<b>7.1 Considerações Éticas</b> .....	38
<b>7.2 Participantes</b> .....	39
<b>7.3 Instrumentos</b> .....	40
<b>7.4 Análise dos Dados</b> .....	41
<b>8 RESULTADOS E DISCUSSÕES</b> .....	42
<b>8.1 Análise Comparativa dos Níveis de Burnout: Escolas Públicas e Privadas</b> .....	43
<b>8.2 Influência das Variáveis Demográficas nas Dimensões de Burnout</b> .....	48
<b>9 CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	53
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	56

## 1 INTRODUÇÃO

A relação entre trabalho e produtividade desempenha um papel significativo na vida das pessoas, pois representa o resultado direto de seus esforços. No contexto atual, em uma sociedade predominantemente capitalista, a sobrevivência das pessoas está ligada à busca por recursos financeiros, o que, por consequência, as obriga a trabalhar. No entanto, a concepção de trabalho vai além da simples "venda da força de trabalho". Também está intimamente ligada à busca pela realização pessoal. Essa sensação de realização não beneficia apenas o indivíduo, mas também tem um impacto positivo na sociedade em geral, enriquecendo o tecido social (Lopes, 2019).

Entretanto, o trabalho tem o potencial de se transformar em um verdadeiro pesadelo para o indivíduo. O bem-estar - um elemento importante nas atividades laborais - enfrenta desafios consideráveis, visto que, ironicamente, espera-se que um trabalhador seja altamente eficaz para ser reconhecido como competente. Em uma análise histórica sobre o trabalho na Grécia antiga, Chiavenato (2014) destaca que os gregos demonstraram interesse em reduzir o esforço físico dos trabalhadores. Essa busca pela redução do exercício físico se fundamentou nos princípios geométricos de Euclides de Alexandria, datados de cerca de 300 a.C., atualizando as práticas agrícolas da época. Um exemplo citado pelo autor é a introdução da alavanca de Arquimedes, por volta de 287 a.C., que aliviou significativamente a carga física imposta aos trabalhadores da época. Contudo, o autor enfatiza que o foco do grande feito estava predominantemente na eficiência das tarefas e não no cuidado direcionado ao bem-estar dos trabalhadores.

As palavras de Chiavenato evidenciam que, desde tempos remotos, as organizações têm direcionado sua atenção quase exclusivamente para a busca da eficiência, o que faz com que os trabalhadores produzam em excesso, trabalhem além dos limites e sacrifiquem a própria saúde para serem eficientes, o que gera uma atmosfera tensa no ambiente de trabalho e, por sua vez, desencadeia níveis alarmantes de estresse. Nesse contexto, o ambiente de trabalho se transforma em um cenário competitivo que exige dos indivíduos um alto nível de energia para a execução eficaz das tarefas (Diehl et al., 2014). Tais pressões conduzem ao sofrimento psicológico, ao desconforto e aos sentimentos negativos, como também dificultam o

desenvolvimento das atividades laborais. Isso gera o que é conhecido como estresse ocupacional, caracterizado por um conjunto de reações físicas, emocionais e psicológicas decorrentes das demandas intensas do ambiente de trabalho, as quais, quando não adequadamente gerenciadas, podem evoluir para um estado mais grave do estresse e desencadear um esgotamento mental grave, denominado Síndrome de Burnout (Dias et al., 2016).

A Síndrome de Burnout é um esgotamento emocional, mental e físico profundo. Ela emerge como uma resposta à exposição prolongada ao estresse no ambiente de trabalho, resultado da carga excessiva de tarefas enfrentadas de maneira constante, que afeta o desempenho profissional e traz consequências significativas para a saúde do trabalhador (Maslach et al., 2016; Carlotto, 2014). Esse fenômeno é mais frequentemente observado em profissionais que exercem funções de atendimento direto ao público, como médicos, enfermeiros, professores, assistentes sociais, psicólogos e policiais. Isso ocorre em virtude da natureza dessas ocupações, que frequentemente demandam um investimento emocional significativo, como a empatia (Esteves-Ferreira et al., 2014; Carlotto & Câmara, 2017).

O burnout manifesta-se através de três dimensões interligadas. Primeiramente, a exaustão emocional caracteriza-se por um extremo cansaço mental e físico, resultante da sobrecarga de trabalho. Em seguida, a despersonalização surge quando o indivíduo começa a limitar suas relações afetivas no ambiente de trabalho, em decorrência do cansaço e da falta de recursos emocionais para lidar com as demandas interpessoais. Por fim, a realização profissional é afetada, evidenciando-se na diminuição da eficiência e na sensação de incompetência em relação às tarefas desempenhadas. Essas dimensões, quando presentes de forma crônica, comprometem não apenas o bem-estar do profissional, mas também a qualidade do serviço prestado e o funcionamento adequado da organização (Maslach et al., 1999).

A recente inclusão da Síndrome de Burnout na CID-11 pela OMS, destacando-a em um capítulo específico sobre "Problemas Associados ao Emprego e Desemprego," ressalta a importância de compreender esse fenômeno como um desafio predominantemente relacionado às atividades laborais. Essa evolução é significativa, considerando que, anteriormente, a concepção predominante sobre o burnout era de que a doença ocorria de maneira muito particular. O reconhecimento

da SB como um transtorno mental decorrente das atividades ocupacionais, e não apenas um fenômeno individual, destaca sua gravidade (Franco et al., 2019).

Nesse contexto, a prática docente aparece como uma atividade laboral que está constantemente sob pressão para alcançar resultados positivos (Oliveira et al., 2020; Carlotto, Câmara & Oliveira, 2019). No entanto, a busca por eficiência não ocorre sem desafios significativos, pois não há como conceber profissionais com uma prática de ensino eficiente e produtiva sem levar em consideração diversos fatores no ambiente escolar, como as atividades extraclasse, carga horária excessiva, pouco tempo para lazer e convívio social, a quantidade de alunos na sala de aula, a falta de participação nas políticas educacionais, violência, questões disciplinares, entre outros (Koga et al., 2015). Esses elementos, frequentemente experienciados, têm o potencial de desencadear um estado de estresse crônico entre os educadores, e impactam negativamente em sua saúde e bem-estar, o que pode resultar no afastamento de suas atividades (Aliante et al., 2021)

No caso do município de Juazeiro/BA, onde foi realizada a presente pesquisa, os dados da Secretaria de Educação e Juventude documentaram, até o mês de maio de 2023, através do Instituto de Previdência de Juazeiro (IPJ), um total de 86 casos de afastamento entre os professores da rede pública de ensino. Adicionalmente, houve 16 afastamentos registrados pelo Instituto Nacional do Seguro Social (INSS). Além destes números, na esfera da rede pública, há um contingente de pelo menos 61 professores atualmente em regime de readaptação funcional (Fonte: SEDUC, 2023). No entanto, a causa subjacente desses afastamentos, seja por questões físicas ou psicológicas, é indeterminada.

É imperativo destacar que, quando professores são forçados a se afastarem de suas atividades laborais, faz-se necessário entender os fatores que culminaram nesse afastamento. Nesse sentido, é válido reconhecer que a profissão docente enfrenta desafios que estão ligados ao estresse, dado que os professores frequentemente se veem expostos a ele, cujo acúmulo pode resultar em um quadro grave, manifestado na forma da síndrome de Burnout (Silva et al., 2018; Candeias et al., 2017; Carlotto et al., 2019; Diehl et al., 2014).

Tendo em vista que a Síndrome é um fator psicossocial e acarreta problemas nas atividades laborais e nas relações interpessoais dos docentes, afetando a

qualidade da educação, os processos de ensino-aprendizagem, a criatividade e ludicidade nos planejamentos educacionais e diante da obrigatoriedade do Estado em oferecer uma educação de qualidade, a compreensão das causas e impactos da SB torna-se importante, tendo em vista a promoção de ambientes educacionais mais saudáveis (Brasil, 1996).

Compreender os fatores que desencadeiam o Burnout no contexto educacional por meio dos professores é fundamental para identificar estratégias de prevenção e intervenção que possam preservar a saúde e bem-estar dos professores, garantindo assim a continuidade de sua atuação profissional. Neste contexto, como o exercício docente oportuniza o desenvolvimento da Síndrome de Burnout, impossibilitando que os professores continuem a exercer a docência?

Com base no exposto, o presente estudo teve como objetivo investigar a incidência e a caracterização da síndrome de Burnout em professores da rede pública e privada, que trabalham em turmas do 1º ao 5º ano do ensino fundamental na cidade de Juazeiro-BA. Especificamente, pretendeu-se comparar os níveis de Burnout entre os professores das instituições escolares públicas e privadas do referido município; investigar a incidência de cada uma das dimensões da síndrome entre os professores dessas duas redes de ensino e analisar se existem diferenças significativas nas três dimensões em relação a variáveis sociodemográficas.

Tendo em vista a compreensão deste fenômeno em amostras semelhantes com professores das séries iniciais em outros contextos (Silva & Almeida, 2011; Dalcin et al., 2018; Silva et al., 2018; Candeias et al., 2017; Silva et al., 2017), é fundamental discutir sobre os aspectos relacionados à docência e sua relação com o desenvolvimento da síndrome de Burnout no município de Juazeiro/BA, considerando que no Brasil há indicativos sólidos deste problema de saúde mental nos professores (Barreto et al., 2022; Andrade et al., 2019; Diehl et al., 2014; Candeias et al., 2017; Silva et al., 2017).

Para abordar essa temática de maneira mais abrangente, a revisão de literatura a seguir examina as complexas interações entre a saúde mental no ambiente de trabalho, o estresse ocupacional e os aspectos específicos relacionados à docência que podem desencadear a Síndrome de Burnout. Aprofundar-se nesses elementos é necessário para compreender de forma mais precisa os desafios enfrentados pelos

profissionais da educação e identificar estratégias eficazes de prevenção e intervenção diante da doença.

## **2 SAÚDE MENTAL E TRABALHO**

As múltiplas transformações que resultam da globalização e da evolução da tecnologia desde da revolução industrial, agravadas pelas mudanças climáticas e demográficas, tem causado efeitos significativos na saúde física e psíquica dos trabalhadores em todo o mundo (Silva *et al.*, 2016). Considerando que o trabalho é uma atividade humana necessária na vida das pessoas, exercendo uma função fundamental na sociedade, fornecendo meios de subsistência, realização pessoal, além de grande contribuição para desenvolvimento econômico e social, é importante considerar que ele também pode exercer efeitos adversos na saúde dos indivíduos. Mesmo que o trabalho pareça equilibrado para alguns, pode se transformar em um cenário de contínua luta contra o sofrimento para outros, ou para a grande maioria dos trabalhadores (Faria *et al.*, 2022).

Dejours (1988) em seus estudos, faz uma análise da complexidade do sofrimento psicológico no contexto do trabalho e a importância de considerar não apenas suas consequências negativas, mas também as estratégias internas que as pessoas utilizam para enfrentá-lo em um ambiente muitas vezes, adoecedor – é importante mencionar que, se um profissional precisa criar mecanismos internos para lidar com o ambiente de trabalho, isso revela muito sobre a natureza dessa relação laboral. A proposta do autor é que os trabalhadores buscam maneiras de se ajustar às demandas do trabalho, mesmo que estas sejam fontes de desgaste e sofrimento. Essa adaptação envolve uma alteração na percepção da realidade, buscando tornar mais aceitáveis as condições de trabalho. O autor se empenha em compreender como os elementos associados ao trabalho impactam a saúde mental das pessoas, abordando questões como o estresse, o sofrimento psicológico, o esgotamento e outros aspectos emocionais relacionados ao ambiente de trabalho, o que ele chama de "Psicodinâmica do trabalho". Essa é uma área de estudo dedicada à compreensão das interações entre o trabalho e o bem-estar.

A abordagem psicodinâmica do trabalho concentra-se essencialmente nas dimensões psíquicas no ambiente laboral, com o objetivo de compreender como os indivíduos desenvolvem estratégias específicas de defesa para enfrentar o sofrimento no trabalho. Nos escritos de Dejours, torna-se evidente que uma atividade laboral intensa pode desencadear diversas formas de sofrimento, incluindo angústia, ansiedade e depressão, originadas de situações laborais que ameaçam a integridade psíquica do trabalhador.

Na obra "A Loucura do Trabalho", o autor aborda a preocupação relacionada à manipulação do organismo, identificando-a como a segunda forma de ansiedade decorrente do risco iminente sobre a saúde física. Dejours compara as condições de trabalho ao corpo que sofre o impacto, enquanto a organização do trabalho representa o funcionamento mental. O autor ressalta a necessidade de considerar que as más condições de trabalho geram ansiedade, sendo esta uma sequela psíquica do risco ao corpo pelas condições laborais, resultando em esgotamento físico (Dejours, 1988).

O esgotamento físico, comumente presente em ambientes de trabalho, está frequentemente relacionado ao desalinhamento entre as características da função desempenhada e a própria natureza do indivíduo que o exerce. Maslach e Leiter (1999), ressaltam que esses desalinhamentos não geram apenas desequilíbrios em diversas áreas da vida organizacional, mas também exige um esforço que transcende significativamente os limites humanos. Um exemplo disso, é o fator protetor que o indivíduo desenvolve – o que Dejours (1994) chama de "presenteísmo", que pressupõe que uma pessoa esteja fisicamente presente no ambiente de trabalho, mas sua mente esteja ausente. Isso acontece quando o trabalhador sente uma pressão significativa para continuar trabalhando, muitas vezes devido à dependência financeira do seu emprego. Mesmo quando essa atividade prejudica a sua saúde, o indivíduo ignora seu mal-estar para permanecer produtivo, recusando-se a interromper suas atividades, mesmo quando orientado por profissionais de saúde a fazer pausas, por exemplo. Isso ocorre porque o sujeito sente a responsabilidade de manter a produção, mesmo que isso implique sacrificar seu próprio bem-estar pessoal (Faria & Souza, 2022).

Muitas vezes, na busca de alcançar altos níveis de produtividade, os indivíduos acabam acumulando exaustão silenciosamente. A pressão por resultados constantes pode minar gradualmente suas energias, levando a níveis crescentes de estresse.

Esse tipo de atividade laboral frequentemente se desenvolve em ambientes de trabalho influenciados por sistemas centralizados na produção, criando um cenário exaustivo e caracterizado por elevados níveis de insatisfação e ansiedade entre os trabalhadores. Essa insatisfação pode manifestar-se de várias formas, abrangendo sentimentos que vão desde o descontentamento até à desmotivação e, em casos mais graves, culminando na ocorrência de depressão relacionada ao trabalho (Dejours, 1988).

Sintomas como falta de energia, dificuldade de concentração, distúrbios no sono e perda de interesse nas atividades do dia a dia tornam-se frequentes, exercendo um impacto significativo na habilidade do indivíduo para desenvolver seu trabalho com eficácia. Isso pode levar os trabalhadores a um ponto em que a necessidade de licença médica se torna imperativa para buscar tratamento adequado. Além disso, uma representação dos efeitos do estresse sobre o sistema imunológico sugere que quando alguém vivencia o estresse decorrente de um evento emocionalmente intenso, o corpo responde com um estado de alerta. O estresse psicológico é caracterizado como uma interação específica entre o indivíduo e seu ambiente, percebida por ele como ameaçadora ou avassaladora, o que não apenas coloca em risco seu bem-estar, mas também aumenta a propensão de evitar o trabalho e procurar atestados médicos (Barbosa, 2016).

A ausência não programada ou não justificada de um profissional, sendo frequentemente relacionada a fatores como doenças psicológicas, é denominada de absenteísmo. Esse problema está intimamente ligado à exaustão emocional e à redução da realização pessoal. Conforme observa Dejours (1992), o absenteísmo pode ser interpretado como um mecanismo de proteção contra o adoecimento mental, representando uma forma de escapar de conflitos e buscar equilíbrio diante da insatisfação no ambiente de trabalho. A frequente falta ao trabalho, pode sugerir a presença de questões de saúde mental que afetam o trabalhador. Financeiramente, há custos associados a essas ausências e no contexto da dinâmica de trabalho, a presença irregular pode desequilibrar o fluxo operacional, afetando todos os membros da equipe (Carlotto *et al.*, 2018; Maslach *et al.*, 1999).

Silva-Junior *et al.*, (2015) realizaram uma pesquisa na cidade de São Paulo com o propósito de investigar os fatores que estão associados aos afastamentos laborais decorrentes de transtornos mentais relacionados ao ambiente de trabalho. Ao

analisarem os dados epidemiológicos, os pesquisadores constataram a prevalência de transtornos ansiosos originados do estresse no contexto ocupacional, englobando situações de sobrecarga de trabalho, ambientes competitivos e outros elementos geradores de tensão. A análise revelou que pelo menos 40% dos afastamentos são por causa dos transtornos depressivos, dos quais 23,7% tinham relação direta com a atividade profissional. Em síntese, os autores enfatizam a necessidade de compreender os fatores que originaram o adoecimento e adotar medidas para mitigar os afastamentos resultantes desses problemas.

No Rio Grande do Sul, Moreira *et al.*, (2018) realizaram uma pesquisa sobre as causas de afastamentos por doenças em Professores. O estudo baseou-se em uma pesquisa documental sobre as licenças médicas concedidas no período de um ano. Os resultados revelaram que pelo menos a metade dos 3.270 profissionais analisados, foram afastados por causa de transtornos mentais. Dentro dessa parcela, 245 profissionais foram diagnosticados com depressão, enquanto que 12% dos afastamentos estavam relacionados ao transtorno bipolar com reação aguda ao estresse, ansiedade generalizada e Síndrome de *Burnout*.

O adoecimento não impacta apenas a saúde individual, ele também tem consequências significativas nas esferas econômica e social, tanto em empresas privadas quanto em instituições públicas. A redução da capacidade produtiva da população economicamente ativa acarreta um ônus específico que enfrenta despesas crescentes com cuidados de saúde para tratamento, a necessidade de encontrar substitutos para os trabalhadores doentes e, adicionalmente, uma perda de produtividade. Além das implicações financeiras, o adoecimento contribui para um ciclo de exaustão e criação de um ambiente de trabalho hostil e adoecedor (Maslach *et al.*, 1999).

Tendo em vista que o estresse é uma resposta natural do corpo humano desempenhando um papel essencial em nossa capacidade de adaptação e sobrevivência, Félix *et al.* (2017) conduziram uma pesquisa envolvendo enfermeiros em um hospital universitário, que buscou fazer uma relação da Síndrome de Adaptação Geral (SAG) com os estressores no ambiente de trabalho de técnicos de enfermagem em um hospital universitário. Os participantes da pesquisa preencheram um questionário que explorava as atividades estressantes associadas ao seu trabalho. Na pesquisa, os pesquisadores relacionaram os sintomas físicos observados com as

fases da síndrome – composta por três estágios: alarme, resistência e exaustão; e observaram que alguns sintomas eram comuns entre os técnicos, como a tensão muscular. 19% dos técnicos afirmaram sentir um desgaste físico constante. Outro dado importante foi que 58% dos participantes da pesquisa foram identificados como estando na fase de resistência do SAG. Isso indica que eles convivem regularmente com sintomas de estresse, frequentemente relatando cansaço e desgaste físico.

O profundo cansaço que tem afligido as mulheres atualmente não pode ser ignorado, especialmente diante das crescentes demandas das duplas e triplas jornadas de trabalho. É evidente que, mesmo em meio à evolução dos papéis das mulheres na sociedade, persistem desafios que as forçam a se adaptar a um universo que insiste em reiterar a mensagem de que o lugar delas é exclusivamente em casa.

Historicamente, as mulheres foram muitas vezes confinadas a funções centradas nas responsabilidades domésticas e no cuidado, perpetuando uma imagem que as limitava a essas esferas. No entanto, é importante reconhecer a complexidade da evolução do papel feminino na sociedade. Tendo em vista que, nos dias atuais, as mulheres se veem frequentemente obrigadas a equilibrar suas atividades domésticas com responsabilidades profissionais, o que torna ainda mais urgente a necessidade de investigar como essa realidade afeta sua saúde mental. Levando em consideração que, as pressões impostas por essa situação, aliadas à persistente desigualdade salarial e discriminação de gênero, emergem como estressores que podem impactar negativamente o bem-estar psicológico das mulheres.

Bezerra *et al.* (2013) realizaram uma pesquisa com policiais militares femininos no Rio de Janeiro para abordar o estresse ocupacional. O estudo incluiu um grupo focal de 48 policiais que discutiram percepções de estresse, prazer no trabalho, desafios, vantagens, e consequências para a saúde. As policiais relacionaram o estresse com seu trabalho, com sintomas psicológicos predominando sobre os físicos. Além disso, relataram enfrentar problemas de hierarquia, sobrecarga de trabalho, preconceito de gênero, humilhações, falta de infraestrutura e materiais adequados, bem como discriminação nas tarefas e diferenças salariais, além de assédio.

Souza *et al.* (2021) conduziram um estudo com 3.084 trabalhadores da área de saúde em cinco municípios da Bahia, enfocando a relação entre insatisfação no trabalho, transtornos mentais comuns e aspectos psicossociais do trabalho. Eles

descobriram que a insatisfação no trabalho estava mais relacionada aos transtornos mentais em mulheres. Os aspectos psicossociais, que incluem apoio social, controle e recompensa no ambiente de trabalho, estavam ligados a menos insatisfação no trabalho e menor ocorrência de transtornos mentais. Por outro lado, os estressores ocupacionais estavam associados a mais insatisfação no trabalho e transtornos mentais, independentemente do gênero.

Os estudos citados apontam a necessidade urgente de melhorar o ambiente de trabalho nas instituições, visando a melhoria da qualidade de vida e do bem-estar dos colaboradores, principalmente para as mulheres. Estas, frequentemente sobrecarregadas pelas demandas das duplas e triplas jornadas, continuam a travar uma batalha constante por igualdade de oportunidades na sociedade.

É importante ressaltar que a exaustão emocional enfrentada por mulheres devido a essas múltiplas jornadas não é apenas uma questão individual, mas sim um tema que terá destaque mais adiante na presente pesquisa. Reconhecer os desafios enfrentados por elas não apenas impacta o nível pessoal, mas também acarreta consequências significativas para o estado, para as empresas e para sociedade como um todo.

### **3 SÍNDROME DE BURNOUT**

O Burnout é um fenômeno que vem ganhando notoriedade, uma vez que surge como uma consequência do estresse prolongado e vivenciado de forma intensa no ambiente de trabalho. À medida que as exigências se intensificam e as pressões por desempenho se elevam, profissionais de diversas áreas enfrentam uma exaustão emocional e física no trabalho resultado das altas demandas (Maslach *et al.*, 2016).

O termo “burnout” originou-se da expressão em inglês “*to burn out*”, cuja tradução literal é “queimar-se por completo”. O conceito foi descrito pelo psicólogo Herbert J. Freudenberger em 1975, quando trabalhava em uma agência de saúde alternativa, ao experimentar junto aos seus estagiários perda de motivação, compromisso e sensações que foram descritas a “explosões internas”, referindo-se a um extremo esgotamento mental. Em 1976 a psicóloga social Christina Maslach – que pesquisava sobre as emoções e o trabalho, fez uma entrevista com um extenso número de trabalhadores da área de serviços humanos sobre o estresse emocional e

a sua relação com seus empregos e observou haver um fenômeno de caráter psicológico, no qual as pessoas apresentavam atitudes negativas e de distanciamento pessoal, verificando que os sentimentos de exaustão que esses trabalhadores mencionavam não era uma resposta incomum àquela realidade (Silva *et al.*, 2019; Maslach *et al.*, 2001; Carlotto *et al.*, 2008).

Em 1980 a pesquisa tornou-se empírica e sistemática havendo a necessidade de inserção de metodologias de pesquisa com aplicação de questionários para investigar populações com maior número de sujeitos, surgindo em 1981 o inventário *Maslach Burnout Inventory* (MBI) desenvolvido por Maslach e Jackson. Este instrumento apresentou propriedades psicométricas relevantes, sendo o questionário mais utilizado para investigação do Burnout em todo o mundo, havendo algumas versões para populações específicas (Maslach, 1981; Gonçalves, 2023). O trabalho desenvolvido por Maslach em 1981 ajudou a Organização Mundial da Saúde (ONU) em 2019 em sua 11ª edição sobre a Classificação Internacional de Doenças (CID), a reconhecer o Burnout como um fenômeno ocupacional, enquadrando o conceito da doença em um capítulo específico que trata de problemas associados ao emprego. Assim, o Burnout passou a ser considerado como consequência do estresse no ambiente de trabalho, abandonando a visão anterior que o limitava meramente a uma doença emocional ou a uma doença exclusivamente pessoal (Franco *et al.*, 2019).

A Síndrome possui sintomas que podem ser físicos (fadiga, distúrbios do sono, dores musculares, enxaquecas), comportamentais (irritabilidade e incapacidade para relaxar) e psíquicos (falta de concentração e sentimentos de alienação), possuindo três dimensões. A primeira dimensão e também o primeiro sintoma a surgir é a **exaustão emocional**, resultado da sobrecarga, podendo ser compreendida como uma resposta física e emocional ao estresse. Nesse aspecto, a pessoa experimenta a sensação de sobrecarga e esgotamento diante das exigências do trabalho, mantendo-se constantemente sem energia para exercer suas funções (Carlotto *et al.*, 2023).

A **despersonalização ou cinismo** é a segunda dimensão e aborda os comportamentos que os indivíduos adotam em relação ao seu trabalho, manifestando atitudes distantes em relação às suas tarefas. À medida que adotam essas atitudes, os sujeitos experimentam um sentimento de inadequação. Dentro dessa dimensão, conforme exposto por Maslach *et al.*, (2016), destacam-se os riscos associados à

perda de idealismo e à desumanização das relações interpessoais no ambiente de trabalho, onde os colaboradores desenvolvem respostas negativas na relação às pessoas com as quais interagem.

A terceira dimensão, que é a **realização profissional**, engloba a autoavaliação e envolve sentimentos de incompetência e baixo desempenho profissional. Esses sentimentos resultam muitas vezes da falta de apoio social ou de condições de trabalho desfavoráveis. Os trabalhadores exaustos muitas vezes percebem que seu trabalho perdeu seu propósito e podem chegar a considerar-se profissionais inadequados. Isso pode levar à desistência da carreira e, em casos mais graves, ao desenvolvimento de transtornos mentais, como ansiedade e depressão (Gonçalves, 2023). Portanto, o esgotamento se manifesta como uma força avassaladora que afeta todas as áreas da vida do indivíduo, minando os valores essenciais da interação humana. “Quando o trabalho não reconhece o lado humano dessa atividade, o risco de desgaste cresce, trazendo com ele um preço bastante alto” (Maslach *et al.*, 1999, p. 36).

O Burnout afeta uma ampla variedade de profissionais e pessoas, levando ao esgotamento e afetando significativamente a saúde mental e o bem-estar dos indivíduos. Nos últimos anos, houve um aumento significativo nas pesquisas que investigam a doença, não se limitando apenas aos trabalhadores, mas também abrangendo estudantes e mães, refletindo uma preocupação crescente com a exaustão enfrentada por indivíduos pertencentes a diversos grupos (Brito *et al.*, 2017; Alves *et al.*, 2021; Vasconcelos *et al.*, 2018, de Oliveira *et al.*, 2020; Vieira *et al.*, 2021).

A literatura tem destacado (Carlotto *et al.*, 2023; Carlotto *et al.*, 2020; Costa, 2013; Peleias *et al.*, 2017) os desafios psicológicos enfrentados pela população estudantil são significativos e abrangem uma variedade de questões, incluindo fadiga mental, desempenho acadêmico, ansiedade e exaustão emocional devido à persistente pressão vivenciada durante a trajetória universitária. Tanto professores quanto alunos, encontram-se imersos em um ambiente repleto de demandas psicológicas, constantemente impulsionados a produção de conteúdo acadêmico. Muitas vezes relegando as dimensões emocionais em prol da busca implacável por produtividade e eficácia. Isso pode levar à sentimentos de exaustão emocional, que por sua vez pode desencadear as fases subsequentes da síndrome, como a despersonalização e à redução da eficácia profissional, tendo em vista que, a

exaustão é o primeiro sintoma a surgir da síndrome e está associada a insatisfação e a intenção em abandonar o curso.

Alves *et al.*, (2021) realizaram um estudo envolvendo 69 estudantes do curso de Pedagogia em uma universidade pública localizada no interior de Pernambuco. O objetivo da pesquisa consistiu em identificar os níveis de exaustão emocional, eficácia profissional e despersonalização entre alunos concluintes e ingressantes do curso. Embora as médias de Burnout não tenham sido estatisticamente elevadas, a exaustão emocional se destacou.

O estudo destacou a relação dos estudantes com a instituição educacional sendo influenciada pela idade, revelando uma maior desconfiança em relação ao futuro profissional, especialmente entre os mais jovens. Essa falta de confiança, possivelmente, está associada à carência de estímulos de carreira na universidade, sugerindo que esse sentimento de descrença pode estar vinculado ao aBurnout. Essa possível relação entre a falta de confiança dos estudantes e o Burnout pode ser atribuída a experiências negativas com professores, indicando um sinal precoce de impacto negativo na saúde mental e emocional dos estudantes.

Os enfermeiros representam mais um grupo que enfrenta os desafios decorrentes da sobrecarga de trabalho. Dada a natureza exigente e emocionalmente esgotante de suas funções na área da saúde, esses profissionais muitas vezes se encontram sobrecarregados devido às pressões constantes, cargas de trabalho intensas e a “obrigatoriedade” de fornecer cuidados de qualidade. Baldonado-Mosteiro *et al.* (2019) realizaram uma investigação com 1.052 enfermeiros em hospitais e unidades básicas de saúde distribuídos entre o Brasil e Espanha, o qual objetivou identificar e comparar os níveis de Burnout sob a perspectiva multicultural.

Os autores observaram que 74,02% não eram estáveis financeiramente e a maioria (77,6%) considerou seu trabalho como sendo uma fonte de estresse. Além disso, a análise indicou que os participantes espanhóis tinham níveis mais elevados de despersonalização, um dos sintomas do burnout, que envolve uma perda de empatia e uma visão mais cínica em relação as pessoas. Por outro lado, os participantes brasileiros apresentaram médias mais altas na dimensão de realização profissional, demonstrando um maior senso de satisfação em suas carreiras. Essas observações indicam um risco potencial da síndrome nos participantes,

particularmente entre os espanhóis, e destacam a importância do gerenciamento de estresse e do apoio emocional no trabalho local. Apesar das variações em cultura, economia e o contexto social, os profissionais apresentaram semelhanças em relação aos indicadores de Burnout.

Outro grupo de profissionais sujeitos a estressores que podem levar ao esgotamento e conseqüentemente ao Burnout, é o dos policiais. A natureza desafiadora e traumática de seu trabalho implica que eles arriscam suas vidas diariamente ao exercer uma profissão que lida com a segurança da sociedade em geral. Isso contribuiu para o surgimento de problemas de saúde mental entre esses profissionais, que enfrentam jornadas de trabalho exaustivas, horários imprevisíveis, riscos constantes de acidentes de trabalho e confrontos perigosos. Além disso, carregam equipamentos pesados sem infraestrutura e segurança adequadas, sofrem com a desorganização dos horários de sono, exaustão emocional e recebem uma remuneração muitas vezes insuficiente para sua dedicação. Muitas vezes, seu trabalho é considerado apenas como uma tarefa técnica, desconsiderando a complexidade do indivíduo que desempenha a função (Pelegri *et al.*, 2018).

Fontana *et al.*, (2016) realizaram uma pesquisa de cunho exploratório e descritivo com policiais militares de um batalhão da polícia militar de uma capital da região sul brasileira. Os resultados obtidos pelas pesquisadoras apontaram que a atividade dos policiais é permeada por diversos riscos ocupacionais que podem afetar a saúde desses profissionais. Os principais riscos identificados incluíram violência física, transmissão de doenças pelo contato com sangue e acidentes. Além disso, observou-se um desgaste emocional decorrente da natureza do trabalho militar e das condições laborais, que segundo os pesquisados, são extremamente precárias sem materiais adequados para o trabalho, o que resulta em impactos na saúde física e mental. As condições de trabalho foram uma preocupação unânime entre os participantes, e embora o lazer tenha sido mencionado como uma maneira de lidar com essas questões, os policiais frequentemente não fornecem tempo adequado para atividades de lazer, pois podem ser convocados a qualquer momento para o serviço.

As condições de trabalho comprovadas no estudo anterior representam um indicador significativo para o desenvolvimento da Síndrome. Gao e Gao (2022) realizaram uma pesquisa sobre o Burnout entre os policiais penitenciários na Província de Liaoning, na China, com o objetivo de investigar a incidência do Burnout

e seus fatores influentes no sistema de polícia penitenciária da região em questão. O estudo ocorreu de forma online, com a participação de 1.024 agentes. Os autores avaliaram os níveis de exaustão por meio das dimensões do Burnout. Foi observado que houve altos níveis de exaustão emocional e despersonalização, e os autores sugeriram que a qualidade das relações interpessoais, avaliadas como “ruim” pelos participantes, pode explicar esses altos níveis de despersonalização. Além disso, os pesquisadores identificaram que os participantes enfrentavam uma carga de trabalho excessiva, condições de trabalho desfavoráveis e um sentimento de não pertencimento em relação ao trabalho.

Embora o burnout tenha sido historicamente associado principalmente ao contexto profissional, um conceito vem se tornando crescente e relevante atualmente, é o denominado "Burnout Parental".

Esse termo descreve o esgotamento físico, mental e emocional enfrentado pelos pais devido às constantes e desafiantes demandas associadas à criação dos filhos. Isso reflete uma sensação de sobrecarga que resulta das múltiplas tarefas, responsabilidades e pressão que os pais enfrentam ao equilibrar o cuidado dos filhos, suas próprias necessidades e, muitas vezes, suas carreiras. É uma manifestação de exaustão que vai além do trabalho, abrangendo as complexas responsabilidades da parentalidade, incluindo as físicas, emocionais e cognitivas, que podem impactar significativamente a saúde mental e o bem-estar dos pais (Paula *et al.*, 2021).

Em um estudo realizado por Pérez-Díaz *et al.*, (2020) explorou o conceito de burnout parental no Chile, o qual foram examinados 470 participantes, sendo 369 mães e 61 pais. Os resultados revelaram que as mães tiveram níveis significativamente mais elevados de esgotamento parental em comparação com os pais. Observaram também que, se as responsabilidades parentais e as tarefas domésticas fossem compartilhadas igualmente, a exaustão emocional das mães não apresentaria diferenças significativas. Além disso, os resultados indicaram que as mães se sentiram distantes do idealismo da maternidade e expressam maior insatisfação em relação ao seu papel como mães. O estudo demonstrou que mães enfrentam desafios significativamente maiores em relação ao esgotamento parental do que os pais. O estudo demonstra a importância das responsabilidades parentais e na necessidade de um apoio mais equitativo entre os parceiros.

Embora esses estudos abordem diferentes aspectos do esgotamento, ambos enfatizam a importância de compreender as características da Síndrome de Burnout. Os textos analisados convergem, ao enfatizar a urgência de abordar a doença, sendo uma síndrome que vai além do ambiente de trabalho, afetando uma ampla variedade de grupos em diversos contextos. No cenário laboral, as condições precárias e a escassez de recursos de adequação emergem como fatores preponderantes para o desenvolvimento do Burnout, como atestado pelos níveis significativos de exaustão emocional mencionado nos estudos aqui relatado que se mostram como um sintoma recorrente.

No presente estudo, a síndrome de Burnout será analisada em um grupo específico de trabalhadores que, recentemente, tem enfrentado níveis alarmantes de exaustão emocional, destacando a necessidade de atenção e intervenção nessa área, sendo estes os professores da educação básica, que enfrentam uma série de desafios na escola.

#### **4 ESGOTAMENTO PROFISSIONAL E A SÍNDROME DE BURNOUT NO EXERCÍCIO DOCENTE**

A Síndrome de Burnout tem se tornado uma preocupação crescente no contexto educacional, principalmente entre os professores. Atualmente, a profissão docente é considerada uma das mais impactadas por esse problema (Dalcin & Carlotto, 2017; Gonçalves, 2023; Barreto *et al.*, 2022; Souza *et al.*, 2023; Souza *et al.*, 2023). Isso porque, a carreira de ensino é permeada por desafios e estresses psicossociais que prejudicam a saúde mental e emocional dos educadores, repercutindo não apenas em suas vidas pessoais, mas também na qualidade da educação que é ofertada aos alunos. Com o aumento nas taxas de afastamento de professores devido a questões emocionais (Dalcin *et al.*, 2018; Silva *et al.*, 2018; Candeias *et al.*, 2017; Silva *et al.*, 2017), torna-se fundamental compreender a natureza dessa síndrome no contexto dos educadores, bem como suas origens e implicações.

Os professores enfrentam uma série de desafios dada a natureza estressante do seu trabalho. Condições laborais frequentemente marcadas por salas de aula

superlotadas e recursos inadequados, exercem uma pressão significativa sobre esses profissionais que englobam as altas demandas, tais como a preparação de aulas, avaliação contínua dos alunos, gestão da sala de aula e a perda de autonomia que também é um fator catalisador, uma vez que as decisões pedagógicas muitas vezes são ditadas por diretrizes externas levando os professores a níveis elevados de sobrecarga (Simões *et al.*, 2022; Carlotto, 2011). Essas condições se traduzem em problemas de saúde mental e física dos professores, contribui para a alta taxa de absenteísmo e rotatividade na profissão (Souza *et al.*, 2023).

O Burnout é um processo lento e cumulativo, muitas vezes não percebido no estágio inicial devido à crença de que a exaustão é algo normal para os professores. A síndrome começa com uma sensação de inadequação, dificuldade de concentração, problemas na tomada de decisões e falta de recursos emocionais para lidar com as demandas do trabalho. Com o tempo, o professor aumenta seus esforços, o que intensifica os sentimentos de irritação, tensão e medo de não ser bom o suficiente, levando-o a se ausentar do trabalho com frequência (Carlotto, 2011). Essas ausências não planejadas, podem comprometer a continuidade do ensino e sobrecarregar os demais profissionais da escola. Os docentes, especialmente aqueles que atuam na educação básica, são uma das categorias mais vulneráveis ao adoecimento relacionado às condições de saúde, como pressão arterial, cefaleia, ansiedade, depressão; sendo os distúrbios vocais uma questão particularmente comum (Dalcin *et al.*, 2017; Andrade *et al.*, 2012).

Nesse contexto, Mota *et al.* (2021) conduziram uma pesquisa com 46 professores para investigar se aqueles com menor uso vocal devido a uma carga horária de trabalho apresentam menos queixas de distúrbios vocais e benefícios de condições de trabalho ambientais e organizacionais superiores. Para investigar essa questão, os pesquisadores dividiram os professores em dois grupos: Grupo A composto por professores com dedicação exclusiva e carga horária mínima de 8 horas e máxima de 12 horas por semana, e Grupo B, constituído por professores do ensino fundamental e médio em instituições estaduais e municipais, com carga horária de até 40 horas por semana.

Os resultados desse estudo apontaram que o Grupo B, sujeito a uma carga de trabalho significativamente mais alta, sofreu maiores incidentes de distúrbios de voz e relatos com mais reclamações em comparação ao Grupo A. Além disso, os

professores do Grupo A destacaram condições ambientais e organizações superiores, mencionando sentir menos necessidade de elevar a voz no ambiente de trabalho. Isso destaca a importância de considerar que as condições de trabalho e o estresse associados às altas demandas não afetam apenas a saúde mental e física dos professores, mas também podem repercutir em sua saúde vocal, uma vez que a voz é o principal instrumento de trabalho desses profissionais.

O estresse prolongado, decorrente das demandas profissionais muitas vezes mascaradas como padrões de excelência, pode impactar negativamente a saúde mental e física dos professores, devido ao ambiente altamente competitivo que permeia o âmbito escolar. Um exemplo emblemático dessa pressão competitiva, se manifesta no contexto educacional por meio do Sistema de Avaliação da Educação Básica (SAEB). Essa avaliação fornece ao Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP) uma nota com base nos resultados obtidos por alunos em testes padronizados (INEP, 2021). Para que uma instituição escolar obtenha uma avaliação positiva, toda a equipe educacional direciona seus esforços para garantir um bom desempenho, com o intuito de receber mais apoio financeiro do poder público. Esse processo frequentemente envolve a realização de simulados, aulas extras, reuniões e coloca uma pressão significativa sobre os professores para garantir que a escola alcance uma boa classificação (Rocha *et al.*, 2018). No entanto, vale ressaltar que essa abordagem, muitas vezes, não considera diversos outros fatores que também influenciam a avaliação escolar, como a frequência dos alunos e as complexas questões socioeconômicas. Essa competitividade contribui para o estresse ocupacional e pode ser um fator desencadeante do Burnout entre os educadores, afetando adversamente seu bem-estar e saúde mental.

A pressão imposta aos professores, frequentemente associada ao sucesso das avaliações externas, revela um aspecto preocupante do sistema educacional. Diversas vezes, esses profissionais são obrigados a assumir a responsabilidade por fatores que vão além do seu controle direto, como a frequência dos alunos e as questões socioeconômicas. Esse ambiente altamente competitivo, exemplificado pelo SAEB, não apenas mascara a complexidade da educação, mas também expõe aos educadores um estresse ocupacional grave. É necessário considerar todos os elementos que afetam o desempenho escolar dos estudantes, ao invés de sobrecarregar os professores com expectativas inatingíveis. A saúde e o bem-estar

dos educadores são fundamentais para garantir uma educação de qualidade e, portanto, deve ser uma prioridade em qualquer âmbito educacional.

Um outro desafio para os professores, é o aumento da violência nas escolas, gerando uma tensão constante no ambiente educacional, principalmente devido aos eventos recentes no Brasil<sup>1</sup>, como invasões por indivíduos que promovem atos de violência e terror, incluindo casos de assassinato, ao adentrarem as instituições de ensino. Esses incidentes têm destacado os problemas relacionados à segurança pública nas instituições de ensino, afetando profundamente professores e alunos, incluindo invasões e outros atos de violência que infelizmente resultaram na perda de vidas de educadores e estudantes<sup>2</sup>. Simões *et al.*, (2022) conduziram entrevistas com 93 professores com o objetivo de analisar a relação entre a violência no ambiente escolar e o esgotamento experimentado por esses profissionais na rede pública de ensino. Os resultados da pesquisa destacaram uma associação significativa entre o esgotamento e as vivências de agressão no ambiente escolar. Surpreendentemente, 50,5% dos participantes relataram ter enfrentado agressões verbais e/ou físicas durante sua carreira como educadores. Esses resultados revelam que a violência sofrida ou testemunhada na escola está diretamente correlacionada com o desenvolvimento da Síndrome de Burnout, ressaltando os desafios que a violência no ambiente de ensino impõe à saúde mental dos professores. (Ribeiro *et al.*, 2022).

Plassa *et al.* (2021) também, conduziram uma pesquisa com o objetivo de avaliar o impacto das características sociodemográficas e do ambiente escolar na probabilidade de violência contra professores, utilizando dados do SAEB/Prova Brasil de 2017. A pesquisa buscou discernir entre os diferentes tipos de crimes perpetrados contra os professores, distinguindo entre aqueles direcionados à vida e à propriedade. Os resultados revelaram que diversos fatores, tais como o gênero do professor, sua renda, a eficácia na aplicação de normas na escola, as condições do ambiente escolar e as características dos alunos, desempenham papéis significativos na incidência de violência. Além disso, a pesquisa demonstrou que a violência escolar prejudica a

---

<sup>1</sup> <https://g1.globo.com/educacao/noticia/2023/03/27/brasil-tem-historico-de-alto-indice-de-violencia-escolar-veja-dados-sobre-agressao-contr-professores.ghtml>

<sup>2</sup> <https://g1.globo.com/pr/norte-noroeste/noticia/2023/06/19/o-que-se-sabe-sobre-o-caso-do-ex-aluno-que-entrou-em-colegio-e-matou-estudante-a-tiros-em-cambe.ghtml>  
<https://g1.globo.com/ba/bahia/noticia/2022/09/26/jovem-armado-invade-escola-e-atira-contr-estudantes-no-oeste-da-bahia.ghtml>

capacidade dos professores de ministrar o conteúdo na sala de aula. O estudo destacou ainda, a importância de envolver a comunidade escolar, estabelecer regras e normas, fornecer apoio administrativo e preparar agentes escolares para lidar com conflitos, promover a redução da violência e a melhoria da qualidade da educação e do bem-estar dos envolvidos.

A violência no ambiente escolar, conforme destaque nas pesquisas, cria um ambiente de trabalho extremamente estressante para os professores. O medo da violência e a experiência de enfrentar episódios violentos, contribui para o desenvolvimento da exaustão emocional, que é um dos principais sintomas da síndrome de burnout. Além disso, a sobrecarga de trabalho, a falta de apoio e a constante sensação de insegurança estão diretamente relacionadas à exaustão emocional (Carlotto, 2002). A violência na escola também impacta na capacidade dos professores de ministrar o conteúdo programado. Isso, por sua vez, resulta em uma diminuição da sensação de realização pessoal, os professores sentem que não estão atingindo suas metas e expectativas profissionais devido a situações adversas podendo abandonar a profissão (Carlotto, 2011).

As questões pertinentes à violência no ambiente escolar, às adversidades relacionadas à saúde vocal e aos frequentes afastamentos por motivos de saúde entre os professores no Brasil convergem para o surgimento e desenvolvimento da Síndrome de Burnout nessa categoria profissional. O primeiro sintoma dessa síndrome, a exaustão emocional, emerge como uma característica do exercício da docência, tornando os professores altamente suscetíveis ao desenvolvimento dessa condição debilitante (Andrade *et al.*, 2019; Diehl *et al.*, 2014; Silva *et al.*, 2017).

Candeias *et al.* (2017) conduziram um estudo abrangendo uma amostra de 7.058 professores do ensino regular e 451 da educação especial, com o propósito de comparar os níveis de cansaço, exaustão emocional e despersonalização entre esses docentes. Os resultados revelaram níveis consideráveis de exaustão emocional e despersonalização nos professores do ensino regular, indicando que esses profissionais se sentiam emocionalmente sobrecarregados devido às demandas do trabalho e estavam experimentando exaustão emocional. Por outro lado, os professores da educação especial apresentaram níveis menos alarmantes de exaustão emocional, apontando para diferenças importantes entre os dois grupos. Esses resultados evidenciam a relevância de compreender as experiências

específicas dos professores em diferentes contextos de ensino no que tange ao desenvolvimento do Burnout, e destacam a necessidade de disciplinas específicas que abordem as preocupações emocionais e de bem-estar profissional.

A Síndrome de Burnout em professores tornou-se uma questão crítica que não afeta apenas o bem-estar dos educadores, mas também tem repercussões na qualidade do ensino e no sistema educacional como um todo. A fim de abordar essa preocupação crescente, estudos estão sendo realizados em várias partes do mundo para entender os fatores que contribuem para o desenvolvimento do Burnout nos professores. Aliante *et al.*, (2021) conduziram uma pesquisa com professores do ensino fundamental em Moçambique, com o objetivo de análise de associações entre variáveis demográficas e laborais e os níveis de Burnout. A pesquisa contou com a participação de 263 professores. Ao analisar os perfis dos professores, os pesquisadores identificaram que 24% deles se enquadravam no "Perfil 1", caracterizado por altos níveis de Síndrome de Burnout (SB). Os autores destacam que esse resultado indica que os professores estão em uma fase de desenvolvimento da Síndrome de Burnout nessa localidade, ressaltando a importância de intervenções urgentes e direcionadas para reverter esse problema.

Maslach *et al.*, (2014) discutem que, quando as pessoas atingem níveis críticos de exaustão, elas enfrentam uma sobrecarga física e emocional. Quando essa combustão atinge o âmbito profissional, pode resultar em despersonalização, levando a uma atitude distante e fria em relação ao trabalho. No contexto da docência, isso se manifesta quando os professores limitam suas interações afetivas com os alunos como uma estratégia de autopreservação diante da exaustão. Isso ocorre porque os professores frequentemente investem grande parte de seu envolvimento emocional nas relações com os alunos. Nesse sentido, a atitude de distanciamento é vista como uma tentativa de proteção da exaustão, uma vez que muitos professores percebem que dar muito de si emocionalmente pode não ser devidamente valorizado no ambiente de trabalho. A afetividade no exercício da docência desempenha um papel importante na aprendizagem dos alunos, uma vez que, por meio do estabelecimento de laços afetivos, os professores têm a capacidade de forjar um ambiente acolhedor e inspirador. O Burnout surge quando os professores enfrentam sobrecarga e exaustão, tornando a manutenção desse afeto limitante e vulnerável.

El Achkar *et al.* (2016) realizaram uma pesquisa envolvendo 400 professores que tinha por objetivo estabelecer correlações entre as Habilidades Sociais Educativas dos professores (HSE), a Síndrome de Burnout e a qualidade da relação professor-aluno. Os resultados revelaram haver uma correlação na diminuição da qualidade da interação professor-aluno. Isso sugere que quando os professores estão sobrecarregados e emocionalmente exaustos, a relação com os alunos pode ser prejudicada. Além disso, o estudo destacou que os níveis de Burnout estão associados à redução das habilidades socioemocionais dos professores, o que pode afetar a promoção de um ambiente de aprendizagem saudável e de apoio ao desenvolvimento dos alunos. Os autores destacam a importância de abordar o Burnout entre os professores, não apenas para preservar a saúde deles, mas também para manter uma relação construtiva e produtiva com os alunos no ambiente escolar.

Os resultados do estudo destacam que, em situações de elevada exaustão, a interação dos professores com os alunos passa a ocorrer de maneira restrita, uma feição que pode ser caracterizada como despersonalização ou ceticismo, conforme descrito por Maslach (2014). Isso significa que, quando sobrecarregados, os professores tendem a se distanciar emocionalmente e a adotar uma postura cética em relação aos alunos. “Quando as pessoas se sentem descrentes, assumem uma atitude distante e fria em relação ao trabalho e aos colegas. Minimizam seu envolvimento no trabalho e até desistem de seus ideais” (Maslach *et al.*, 1999, p. 35).

A despersonalização se evidencia através de sentimentos de afastamento e insensibilidade na interação com os estudantes, acarretando prejuízos à qualidade da educação. Esse cenário resulta em uma relação professor-aluno limitada, criando um ambiente de sala de aula menos acolhedor, hostil e prejudicial para o desenvolvimento das habilidades sociais e cognitivas dos alunos. Isso, por sua vez, representa um prejuízo significativo para o desenvolvimento infantil. Portanto, é imperativo considerar a importância de abordar o Burnout entre os professores não apenas para preservar sua saúde, mas também para manter um ambiente de aprendizagem saudável. É importante destacar que essa abordagem não beneficia apenas os educadores, mas também contribui para o sucesso dos alunos.

## 5 DESAFIOS EDUCACIONAIS DURANTE A PANDEMIA: IMPACTOS NA SAÚDE DOS PROFESSORES

A pandemia global de 2019, causada pela propagação do coronavírus, trouxe inúmeros desafios emocionais e mentais, resultando no surgimento de um fenômeno preocupante: o esgotamento profissional entre os professores da educação básica (Viana Braz, 2020). Nesse contexto, os professores da educação básica enfrentaram um aumento significativo nos níveis de estresse devido às pressões relacionadas à execução das tarefas e às condições de trabalho durante o ensino remoto. Essa realidade desafiadora, exigiu uma ressignificação dos processos de aprendizagem diante da crise sanitária global (Souza *et al.*, 2022).

O processo de ensino-aprendizagem se adaptou ao ambiente digital, incorporando aulas síncronas em tempo real e aulas assíncronas que incluíam o acesso a materiais fornecidos pela escola ou por meio de plataformas. Além disso, os professores tiveram que adquirir novas habilidades, como a produção, ambientação e edição de vídeoaulas, somando as suas responsabilidades regulares de planejamento, elaboração de atividades e o desenvolvimento de atividades lúdicas. A necessidade de transformar o espaço residencial em local de trabalho resultou em uma sobrecarga de trabalho, pois a fronteira entre casa e trabalho se tornou indefinida. Além disso, os professores tiveram que arcar com os custos associados às ferramentas de trabalho, como ter um bom computador ou usar seu celular pessoal para a gravação das vídeoaulas; já que essa transição não se limitou apenas à mudança física da sala de aula, mas sim à completa migração para o meio digital. Ademais, muitos professores tiveram que aprender sobre ambientes digitais para os quais sua formação inicial não os preparou (Souza *et al.*, 2020).

Um estudo realizado por Santos *et al.* (2023), revelou os desafios enfrentados pelos professores ao se adaptarem ao ensino remoto, incluindo as dificuldades em equilibrar o trabalho e a vida pessoal, problemas no uso das plataformas digitais e questões de saúde mental, que envolveu 467 professores do Ensino Fundamental e Médio que lecionaram remotamente durante a pandemia de COVID-19 no Brasil. O estudo destacou as questões relacionadas ao desempenho em ambientes digitais e as implicações para a saúde mental dos professores, considerando que muitos deles não receberam formação adequada – ou nenhuma, para lidar com as ferramentas digitais. As análises revelaram a existência de níveis elevados de risco de

desenvolvimento da síndrome de burnout entre os docentes, devido à sobrecarga de trabalho vivenciada pelos profissionais e ao estresse, que deixou evidente a fragilidade do ensino remoto em um cenário marcado pela vulnerabilidade e exaustão, além das consequências da intensa carga de trabalho.

Durante a pandemia, foram observadas transformações no ambiente de trabalho que evidenciaram as intensas cargas de trabalho. Em sua pesquisa, Souza *et al.* (2020) ressaltam essa transformação, anteriormente, a relação professor-aluno era permeada por meio de interações pedagógicas, que incluíam socialização, presença física, observação atenciosa às questões educacionais, e todas essas dimensões foram transferidas de modo repentino, para o mundo virtual, criando um cenário limitado e isolado. Esse deslocamento resultou em sentimentos de insatisfação, tristeza e ansiedade para os professores, considerando a avaliação constante de seu trabalho por partes dos pais e responsáveis pelos seus alunos. Os autores exemplificam a situação por meio de um depoimento de uma professora, ao dar entrevista para uma rede de televisão, onde ela diz: “Tenho tido ansiedade, picos de pressão. Já dei aula parando para vomitar por conta da hipertensão, dores de cabeça e das náuseas que tenho tido regularmente. Muita pressão de todos os lados. Já cheguei a gravar oito vídeos por dia. Me sinto usada” (Natividade, 2020).

Além das questões emocionais, os Professores tiveram problemas físicos, tendo em vista a necessidade de passar longas horas em frente ao computador, muitas vezes em condições desconfortáveis, resultando em problemas como dores nas costas, no pescoço e nos olhos. Um estudo conduzido por Matias *et al.*, (2022) comprova essa afirmativa, ao fazer uma análise da ocorrência de dores musculares em um grupo de 60 professores que enfrentaram o desafio do ensino remoto durante a pandemia. Os resultados demonstraram uma relação significativa entre a prevalência de dores musculoesqueléticas e os níveis de estresse experimentados por esses profissionais, constatou-se que 75% dos professores relataram dores musculoesqueléticas.

Com o encerramento das aulas presenciais e a transição para o ensino remoto, alguns benefícios foram interrompidos para os alunos das escolas públicas, que desempenhava papel fundamental, ao atuar como uma rede de proteção para os alunos que enfrentavam situações de vulnerabilidade social. Além de seu papel educacional, a escola também oferece apoio emocional, alimentar e um ambiente

seguro para esses estudantes. Com o fechamento das escolas, muitos alunos em situação de vulnerabilidade social ficaram sem acesso às aulas e privados das seguranças que a escola proporcionava, incluindo segurança alimentar e proteção. Isso também afetou negativamente o acompanhamento pedagógico, impactando significativamente a aprendizagem dos alunos (Coelho, 2022).

Ao retornar à escola, os educadores se depararam com o desafio de recompor a aprendizagem dos alunos. Especialmente no processo de alfabetização, houve defasagens devido às fragmentações ocorridas durante o ensino remoto, onde faltaram metodologias adequadas para o contexto social e pedagógico dos alunos (Przylepa, 2023). A recomposição de aprendizagem surge como uma alternativa, uma vez que a proposta visa reconstituir o conhecimento que não foi devidamente desenvolvido nos períodos pandêmicos – que compreendem os anos de 2020 e 2021. Nesse contexto, a responsabilidade de fazer essa recomposição recai inteiramente sobre os professores, que, além de lidar com as consequências em sua saúde física e mental, precisa encontrar estratégias eficazes para recuperar o aprendizado de seus alunos, como evidenciado por uma Professora: “Como professoras, fomos duplamente tocadas, tombadas e submetidas pelo vírus e por seus efeitos na nossa vida profissional e relacional com as e os estudantes” (Andrade *et al.*, 2022, p. 4).

Tanto professores quanto alunos enfrentaram o desafio de se adaptar a uma nova realidade, que envolvia um distanciamento físico necessário. As diretrizes sanitárias, elencou algumas regras que tinham o objetivo de proteger e evitar a propagação do coronavírus, que incluíam manter uma certa distância entre os alunos e o uso de máscara. O que transformou a dinâmica escolar, dificultando o processo de ensino-aprendizagem. Na pesquisa realizada por Andrade *et al.* (2022), um grupo de professoras foram entrevistadas usando o método de grupo focal. Uma delas expressou seu sentimento em relação ao retorno às aulas, dizendo: “ *O cuidado todo era o afastamento, não podiam se tocar, não podia chegar perto, professora não podia ir na mesa dos alunos, a máscara... E isso foi muito assustador para as crianças*” (p. 9). A falta de contato físico e proximidade com os alunos criou desafios para os professores no que diz respeito ao desenvolvimento das habilidades educacionais necessárias, uma vez que elas exigem proximidade com os alunos.

De acordo com o Unicef, durante a pandemia, o analfabetismo em crianças brasileiras dobrou (Agência Brasil, 2023)<sup>3</sup>, os dados revelam uma realidade preocupante com um aumento significativo de crianças de 7 anos de idade que não sabem ler e escrever, que teve um salto de 20% em 2019 para 40% em 2022. Para as crianças com faixas etárias de 8 anos, com taxa de analfabetismo subiu de 8,5% para 20,8% no mesmo período. Esses dados refletem os desafios enfrentados na educação básica, que exigem o desenvolvimento de estratégias para a recuperação das aprendizagens.

Diante desse cenário de aumento do analfabetismo infantil durante a pandemia, é importante abordar não apenas as consequências para os alunos, mas também para os profissionais da educação, em especial os professores (Dias, 2021). O aumento significativo dessas taxas, impõe uma carga aos educadores, que incluem o desenvolvimento de estratégias pedagógicas, elaboração de atividades lúdicas, estudos de casos, entre outros. A sobrecarga de trabalho e a pressão por resultados positivos podem gerar um impacto direto na saúde mental dos professores, levando a condições psíquicas graves. É imperativo considerar e abordar essas questões, promovendo condições adequadas para que os educadores enfrentem os desafios sem comprometer sua saúde mental. A atenção à saúde emocional dos professores é importante, para garantir a recuperação do aprendizado dos alunos.

Assim, observa-se que as exigências cotidianas provenientes do trabalho, as responsabilidades familiares, as condições de trabalho, as múltiplas jornadas e as repercussões da pandemia de COVID-19, como as crescentes taxas de analfabetismo, junto a sobrecarga de trabalho, tem causado desgaste à saúde mental dos professores, que frequentemente experimentam uma sensação persistente de cansaço físico e mental. A atividade docente, possui em sua natureza, fatores estressantes que, quando percebidos de forma constante, podem levar a um grave comprometimento da saúde mental e/ou ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout. Essa condição pode comprometer significativamente o bem-estar desses profissionais, suscitando dúvidas sobre a continuidade de sua atuação como docente. Diante desse cenário, surge uma indagação central deste trabalho: De que maneira a

---

<sup>3</sup> <https://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2023-10/unicef-analfabetismo-em-criancas-brasileiras-dobra-durante-pandemia>

atividade docente propicia o desenvolvimento da Síndrome de Burnout, impedindo a continuidade desses profissionais no exercício da docência?

A presente pesquisa se justifica à luz de estudos com amostras semelhantes a esta, (Silva *et al.*, 2011; Dalcin *et al.*, 2018; Silva *et al.*, 2018; Candeias *et al.*, 2017; Silva *et al.*, 2017) que destacam os professores como uma das categorias profissionais mais impactadas pela Síndrome de Burnout, dada a natureza do seu trabalho. A prática da docência envolve estresses psicossociais, originados no ambiente de trabalho, que incluem questões sociais, como a desvalorização profissional docente, as condições de trabalho, diferenças socioeconômicas dos alunos, desafios emocionais como a violência no contexto escolar, falta de interesse discente nas atividades pedagógicas e inadequação salarial (Carlotto, 2002, 2014; e Silva 2017, 2018).

A síndrome impacta negativamente os docentes, prejudicando a qualidade da educação oferecida e comprometendo o processo de ensino-aprendizagem, resultando em planejamentos sem criatividade e ludicidade, focados apenas na técnica.

A prevalência da Síndrome de Burnout é crescente entre os professores do Brasil (Andrade *et al.*, 2019; Diehl *et al.*, 2014; Candeias *et al.*, 2017), sendo muitos destes, ainda alheios à natureza da doença e aos seus sintomas, tanto nas instituições públicas quanto nas privadas.

A seguir, serão apresentados os resultados obtidos por meio desta pesquisa, apresentando os resultados sobre a incidência da Síndrome de Burnout, suas manifestações e as possíveis disparidades entre as instituições de ensino. Esta pesquisa visa contribuir para uma melhor compreensão do fenômeno na cidade pesquisada, fornecendo fundamentação científico-metodológica que pode subsidiar a implementação de estratégias preventivas e de apoio aos professores, visando à promoção da saúde mental no ambiente educacional.

## **6 OBJETIVOS**

O presente estudo tem como objetivo geral: Investigar a incidência e caracterização da Síndrome de Burnout em professores da rede pública e privada em escolas do município de Juazeiro – BA.

Os objetivos específicos estão baseados:

1. Comparar os índices da SB entre professores das instituições escolares públicas e privadas do município.
2. Investigar a incidência de cada uma das dimensões – Exaustão Emocional, Despersonalização e Realização Profissional, da Síndrome de Burnout na docência na cidade pesquisada.
3. Verificar se há diferenças nas três dimensões da SB em função de dados sociodemográficos.

Por meio destes objetivos específicos, almeja-se não somente identificar a presença da Síndrome de Burnout no contexto educacional de Juazeiro – BA, considerando a variedade de fatores que podem influenciar seu desenvolvimento.

## **7 MÉTODO**

Esta pesquisa desenvolveu uma abordagem metodológica de natureza quantitativa, que se caracteriza pela coleta e análise de dados por meio de métodos estatísticos. Tratou-se de um estudo descritivo que teve como propósito apresentar as características de uma população específica. Isso envolveu a análise de dados relacionados à distribuição etária, gênero, nível de escolaridade e outros aspectos relevantes (GIL, 2002). A escolha por uma abordagem quantitativa envolveu a mensuração objetiva das variações em questão, o que contribuiu para uma compreensão mais precisa do presente estudo.

Além disso, a pesquisa utilizou a abordagem de pesquisa quantitativa, com análises técnicas descritivas, como porcentagens, médias, modas, medianas e desvios-padrão, além de estatísticas inferenciais verificadas junto aos objetivos da pesquisa (PRODANOV *et al.*, 2013, p. 70).

### **7.1 Considerações Éticas**

Este estudo passou pelo processo de análise e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos, sendo devidamente autorizado pelo Comitê de

Ética do Centro Universitário do Rio São Francisco, sob o número do protocolo CAAE 64 6453 22.1.0000.8166.

Para a realização da coleta de dados, os participantes foram devidamente informados sobre os objetivos da pesquisa, bem como os riscos e benefícios, além dos princípios éticos estabelecidos pela Resolução 196/96 (BRASIL, 1996) para pesquisas envolvendo seres humanos. Isso foi feito por meio da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), no qual os participantes concordaram voluntariamente em permitir a coleta de dados para este estudo. Essa etapa garantiu a proteção e o respeito aos direitos dos participantes, em conformidade com as diretrizes éticas.

## **7.2 Participantes**

Este estudo teve uma amostra de 226 participantes, dos quais 145 são professores da rede pública e 81 da rede privada, no município de Juazeiro/BA. A seleção abrangeu professores das áreas urbanas e rurais, bem como das regiões centrais e periféricas da cidade.

Entre os participantes desta pesquisa, constatou-se que 49,6% apresentaram idade superior a 40 anos, 29,6% tinham entre 30 e 40 anos e 20,8% tinham menos de 30 anos. No que diz respeito ao gênero, a participação feminina figurou uma porcentagem de 86,3% da amostra, representando um total de 195 indivíduos, enquanto a participação masculina correspondeu a 13,9%, totalizando 31 participantes. Em relação ao estado civil, observou-se que 54% da população investigada é composta por indivíduos casados, 29,6% são solteiros, 10,6% são divorciados e 0,4% são viúvos. Quanto à parentalidade, 67,3% afirmaram possuir filhos, enquanto 32,7% declararam não possuir filhos.

Para os critérios de inclusão, foram considerados todos os professores em exercício nas escolas selecionadas, bem como os professores realocados para outras funções, conhecidos como professores readaptados. Foram excluídos da pesquisa os docentes afastados das suas atividades e também os participantes que não

responderam os questionários completos. Essa abordagem garantiu uma representação dos professores em atividade nas escolas da região.

### **7.3 Instrumentos**

A coleta de dados foi realizada nas escolas durante as reuniões de planejamento escolar, contando com a participação dos professores após o retorno do recesso escolar, entre os meses de julho a setembro. Os participantes dedicaram aproximadamente de 20 a 30 minutos para responderem os questionários. Durante essas reuniões, foram compartilhados os objetivos da pesquisa, seguidos pela aplicação de dois questionários: o MBI - Maslach Burnout Inventory e um questionário sociodemográfico desenvolvido pela pesquisadora.

Na página inicial dos formulários, havia o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE, onde o(a) profissional poderia escolher se participaria ou não da pesquisa após dar seu consentimento. Os participantes responderam inicialmente a um questionário sociodemográfico com 26 perguntas fechadas, que coletaram dados sobre sexo, estado civil, idade, carga horária, tempo de atuação, rede de ensino, formação profissional, categoria de trabalho, filhos, renda, atividade física, horas de sono diárias, tempo dedicado ao lazer e planejamento semanal, diagnóstico de ansiedade ou depressão, experiência de violência na escola, número de alunos, histórico de COVID-19, sendo duas perguntas para identificar se o (a) profissional teve Covid e se ele/ela contraiu a doença na escola, relacionamento com os alunos, se tem apoio psicológico na secretaria de educação na cidade e se ele/ela tem conhecimento, quantas horas foram dedicadas ao trabalho no período pandêmico e como foi lidar com o retorno às aulas presenciais após a pandemia.

Por fim, para avaliação das características da Síndrome de Burnout, utilizou-se o Maslach Burnout Inventory (MBI) - versão para professores. Este instrumento foi desenvolvido por Christine Maslach e Jackson em 1981 e validada no Brasil por Carlotto e Câmara (2004), constituído por 22 itens os quais os participantes deviam avaliar – utilizando uma escala likert de cinco pontos, o qual os participantes indicaram a frequência com que sentiam os sentimentos em relação as atividades laborais (0 – nunca; 5 – todos os dias). Assim, o MBI é composto por três dimensões, sendo elas:

exaustão emocional, que pode ser compreendida como um esgotamento emocional ou psicológicos do sujeito (9 itens); descrença, sendo o estágio no qual o indivíduo possui distanciamento afetivo, (5 itens); e eficácia profissional ou baixa realização profissional, que é quando o sujeito não possui desempenho satisfatório nas suas atividades tendo diminuição do prazer de lecionar, que são associados às atividades laborais (8 itens).

No que diz respeito à confiabilidade do instrumento, as subescalas demonstraram uma consistência adequada, avaliada por meio do Coeficiente Alfa de Cronbach. Os resultados indicam que as subescalas de exaustão emocional tiveram valor de 0,73, a despersonalização de 0,55 e baixa realização profissional no trabalho de 0,88 exibiram uma consistência interna satisfatória, com coeficiente alfa superior a 0,77.

#### **7.4 Análise dos Dados**

Todos os dados foram tabulados, organizados e submetidos à análise por meio de uma planilha gerada no Microsoft Excel e no programa SPSS (Statistical Package for Social Sciences, versão 25.0). Essa abordagem permitiu a organização dos dados sociodemográficos e das características relacionadas à Síndrome de Burnout.

Após a organização dos dados, foram calculadas as pontuações dos participantes nas dimensões do MBI, incluindo a comparação dos níveis de Burnout entre os professores das redes públicas e privadas, bem como as diferenças estatística entre os dois grupos de professores. Para a caracterização do perfil dos participantes, especialmente no que se refere aos dados socioeconômicos, empregaram-se técnicas de estatística descritiva, abrangendo medidas de tendência central, medidas de dispersão e frequência.

A verificação da distribuição da amostra evidenciou a ausência de uma distribuição normal, requisitando, assim, a adoção do teste de Spearman para avaliação de correlações não lineares entre as variáveis. O teste de Spearman foi escolhido dada a sua aplicabilidade em cenários nos quais a normalidade dos dados não é garantida. A interpretação dos resultados se fundamentou no valor de significância estabelecido em  $p < 0,05$ , conforme destacado por Meirelles (2014).

Paralelamente, optou-se pela escolha do teste de U de Mann-Whitney para a condução das análises comparativas entre os grupos. Esta abordagem foi adotada com o propósito de investigar a prevalência de cada uma das dimensões da Síndrome, visando identificar eventuais diferenças estatísticas nessas dimensões.

## **8 RESULTADOS E DISCUSSÕES**

No presente estudo constatou-se que 73,5% dos participantes acumulam uma experiência profissional no ensino há mais de 10 anos, enquanto 26,5% ingressou na carreira docente há menos de uma década. No que se refere ao quantitativo de alunos nas turmas, 46,7% possuem entre 10 e 25 alunos, 24,9% possuem classes com até 40 alunos, e 28,4% têm grupos com mais de 40 alunos. No que diz respeito à interação com os alunos, 84,5% dos respondentes declaram manter um relacionamento positivo, enquanto 15% afirmam que sua relação não é nem boa, nem ruim. Apenas 0,4% relatam ter uma péssima relação com os alunos.

No tocante à carga horária, 34,5% desempenham suas atividades em regime de 20 horas semanais, 64,6% em jornadas de 40 horas, e 0,9% trabalham mais de 40 horas semanalmente. Em relação à renda mensal, 55,8% declararam receber entre R\$ 1 mil e R\$ 2 mil, enquanto 43% afirmaram possuir rendimentos superiores a R\$ 3 mil. Quanto ao vínculo empregatício, 45,1% dos entrevistados são professores contratados, 29,6% possuem carteira assinada e 23% são servidores concursados. 87,6% são professores da sala regular, enquanto que, 12,4% desempenham outras funções na escola, popularmente chamados de professores readaptados. Dentre os professores que participaram da pesquisa, 73,3% alegam que na instituição educacional em que atuam não existe suporte psicológico disponível, enquanto 26,7% afirmam ter acesso a algum tipo de apoio nessa área.

A pesquisa revela que 74,8% dos professores não apresentam diagnósticos de transtornos mentais, tais como depressão, ansiedade ou síndrome do pânico, ao passo que 25,2% relatam possuir pelo menos um desses diagnósticos.

## 8.1 Análise Comparativa dos Níveis de Burnout: Escolas Públicas e Privadas

Nesta seção, abordaremos os objetivos específicos alcançados na pesquisa, com foco na comparação dos níveis de Burnout entre professores da rede pública e privada. A análise buscou identificar disparidades nos índices de exaustão emocional, despersonalização e realização profissional entre esses grupos, considerando o Maslach Burnout Inventory (MBI), um instrumento amplamente utilizado em todo o mundo para avaliar a Síndrome de Burnout. Uma das análises deste estudo, buscou comparar os níveis de Burnout com base nos escores de cada dimensão, onde altas médias em exaustão emocional e despersonalização, e baixas médias em realização profissional indicam níveis elevados da síndrome (Maslach *et al.*, 1986; Carlotto *et al.*, 2004). Abaixo, faremos uma análise dos resultados contidos na tabela que apresenta comparações dos níveis de Burnout entre os professores da rede pública e privada, objetos deste trabalho, através de medidas como a média e o desvio padrão.

**Tabela 1 – Variações entre os Grupos de Participantes em Cada Dimensão do Burnout (MBI)**

Dimensão	Geral		Pública		Privada		U de Mann-Whitney	
	M	d.p	M	d.p	M	d.p	Z	P
<b>Exaustão Emocional</b>	1,76	0,69	1,77	0,684	1,73	0,719	- 0,54	0,58
<b>Despersonalização</b>	1,0	0,72	0,99	0,716	1,01	0,723	- 0,32	0,74
<b>Realização Profissional</b>	3,2	1,11	3,22	1,151	3,12	1,037	- 0,51	0,60

Fonte: elaborada pela autora segundo os dados fornecido pelo SPSS.

Tendo em vista que, em uma escala Likert de 0 a 5 pontos, no contexto desta pesquisa, as pontuações obtidas através do MBI, sugerem que médias acima de 2,5 ou 3 podem indicar preocupação em relação à Exaustão Emocional e Despersonalização, apontando para níveis elevados de cansaço emocional e distanciamento afetivo do trabalho. E, médias abaixo de 2,5 ou 3 na Realização Profissional sugerem preocupação com satisfação e produtividade no trabalho, sendo esta uma escala invertida (Carlotto *et al.*, 2008).

A média geral da exaustão emocional foi de  $M \text{ Geral} = 1,76$ ,  $d.p \text{ Geral} = 0,69$  sugerindo que, os participantes da pesquisa experimentaram níveis moderados a baixos de exaustão emocional. Embora baixos, os índices indicam haver um certo cansaço e fadiga emocional, por parte dos professores que se sentem cansados pelo menos uma vez por semana. Essa manifestação, pode ser atribuída a diversos fatores, como a carga de trabalho elevada, a pressão por resultados e as altas demandas da profissão docente, por exemplo (Carlotto, 2011). Ao comparar os resultados entre as redes, as médias para exaustão emocional foram de  $M=1,77$ ,  $d.p= 0,68$ ) para professores da rede pública e  $M=1,73$ ,  $d.p= 0,71$ ) para os professores da rede privada. A diferença, não se mostrou estatisticamente significativa (U de Mann-Whitney:  $-0,54$ ,  $P = 0,58$ ), sugerindo que, ambos os grupos compartilham desafios semelhantes relacionados à exaustão emocional.

Na dimensão de despersonalização, a pontuação foi de  $M \text{ Geral} = 1,0$ ,  $d.p \text{ Geral} = 0,72$ ) revelando que, em média, os participantes experimentaram níveis baixos de despersonalização, sugerindo que os participantes, não se sentem distantes do seu trabalho, o que é positivo para o bem-estar emocional no ambiente de trabalho resultando em relacionamentos mais saudáveis e maior satisfação profissional (Maslach *et al.*, 1986; 1999; 2014). As médias para professores da rede pública ( $M=0,99$ ,  $DP=0,71$ ) e privada ( $M=1,01$ ,  $DP=0,72$ ) novamente indicam similaridades entre os grupos, não possuindo significância estatística (U de Mann-Whitney:  $-0,32$ ,  $P = 0,74$ ). Isso sugere que a despersonalização, é uma experiência compartilhada por ambos os conjuntos de profissionais.

Quanto à realização profissional, a pontuação média foi de  $M \text{ Geral} = 3,2$ ,  $dp \text{ Geral} = 1,11$ ) pontos na mesma escala, indicando um nível intermediário desse componente, esta média sugere que os participantes experimentam um grau moderado de realização profissional, indicando que, embora possam sentir um certo nível de satisfação, também podem enfrentar desafios ou insatisfação no seu trabalho, que podem afetar a sua eficiência e podem desencadear sentimentos de inadequação (Maslach *et al.*, 1999). As médias para professores da rede pública ( $M=3,22$ ,  $DP=1,15$ ) e privada ( $M=3,12$ ,  $DP= 1,03$ ) também, não apontam diferenças significativas entre os grupos (U de Mann-Whitney:  $0,51$ ,  $P = 0,60$ ). Sugerindo que, apesar das diferenças estruturais entre os sistemas público e privado, ambos os grupos experimentam um nível similar de realização profissional.

Na pesquisa sobre a Síndrome de Burnout em professores de uma universidade na Parnaíba-PI, Da Silva *et al.* (2014) também não foram encontrados indícios significativos da síndrome. Os professores relataram níveis baixos nos componentes: exaustão emocional (2,4), e despersonalização (0,85) e médias altas na realização profissional (4,5). Além disso, tanto a despersonalização quanto a realização profissional são consideradas em níveis saudáveis. No contexto do estudo, não se evidenciam indicadores expressivos de Burnout entre os professores, sugerindo um cenário saudável entre a vida profissional e emocional dos sujeitos daquela pesquisa.

Outro estudo conduzido por De Almeida *et al.* (2023), também não encontrou elevados índices de Burnout. Os pesquisadores propuseram avaliar e correlacionar os níveis de sentido de vida com a síndrome de Burnout em professores da rede pública na Bahia e em Sergipe. Os resultados revelaram que o perfil da síndrome de Burnout nos professores era caracterizado por sentimentos de subdesafio, freneticidade e desgaste. No entanto, não foram registrados níveis significativamente elevados de Burnout, com apenas 24% da população apresentando perfis que indicavam possíveis sinais da síndrome.

Os resultados deste estudo indicam a ausência de Burnout, os professores relataram baixos níveis de exaustão e despersonalização, experimentando cansaço apenas uma vez por semana, como mostrado na Tabela 1. No entanto, é importante destacar que a pontuação da realização profissional foi moderada, sugerindo insatisfação parcial com as atividades laborais entre os professores. Esses resultados estão em concordância com uma pesquisa realizada anteriormente por Carlotto *et al.*, (2006), que investigou 217 professores em Porto Alegre, e também foi observada uma média moderada na dimensão de realização profissional, com pontuação média de 3,51. As autoras acreditam que os altos escores nesta dimensão podem ser influenciados por aspectos culturais da organização, tais como apoio institucional, valorização das relações interpessoais, boas condições de trabalho, entre outros.

As baixas médias de Burnout neste estudo, pode ser atribuída à predominância demográfica de professores com mais de 40 anos, representando 49,6% da amostra. Para comprovar essa hipótese, foi realizado o teste não paramétrico de Kruskal-Wallis, para investigar a relação entre os níveis de burnout e a idade dos participantes, analisando as três dimensões: despersonalização, realização profissional e exaustão

emocional. Os resultados revelaram estatísticas por meio do teste H de Kruskal-Wallis de 2,654 para despersonalização (sig = 0,26; gl = 2), 9,126 para realização profissional (sig = 0,010; gl = 2) e 9,573 para exaustão emocional (sig = 0,008; gl = 2). Esses resultados indicam que há diferenças estatisticamente significativas nas dimensões de realização profissional e exaustão emocional, mas não há diferenças estatisticamente significativas na dimensão de despersonalização. Portanto, conclui-se que as idades dos participantes estão associadas a níveis baixos de burnout, especialmente nas dimensões de realização profissional e exaustão emocional.

Conforme Maslach (1987), educadores experientes tendem a ter menor propensão ao Burnout devido à resiliência desenvolvida ao longo da carreira. Ao escolherem a profissão e enfrentarem os desafios, esses profissionais demonstram uma atitude menos suscetível aos estressores do trabalho, resultando em menor manifestação de sintomas associados à Síndrome. A resiliência adquirida ao longo do tempo, parece ser um fator protetor, contribuindo para a menor ocorrência de Burnout entre os professores.

A maturidade profissional desses docentes pode contribuir para uma maior resiliência diante das pressões no ambiente de trabalho, possibilitando uma gestão mais eficaz do estresse. Como destaca Carlotto (2002): "Professores com menos de 40 anos apresentam maior risco de incidência, provavelmente devido às expectativas irrealistas em relação à profissão" (p.24). Além disso, as baixas médias de exaustão pode estar relacionada ao desenvolvimento de estratégias de enfrentamento ao longo dos anos, resultando em uma abordagem mais equilibrada diante das demandas da profissão.

Outro fator que pode ter contribuído para as médias mais baixas é a influência positiva da variável "filhos", conforme demonstrado na Tabela 2. Ao analisar as dimensões do Burnout, através do teste de U de Mann-Whitney (utilizada para avaliar se há diferenças significativas entre duas amostras independentes) constatou-se que a presença de filhos demonstrou uma associação estatisticamente significativa com os níveis de realização profissional ( $Z = -2,84$ ,  $p = 0,004$ ), indicando que profissionais com filhos podem experimentar diferenças em sua realização profissional em comparação com os colegas sem filhos. Entretanto, para as dimensões de despersonalização ( $Z = -1,79$ ,  $p = 0,073$ ) e exaustão emocional ( $Z = 1,82$ ,  $p = 0,068$ ),

não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre os grupos com e sem filhos.

A literatura destaca (Magro, 2019; Carlotto, 2002; Dalcin *et al.*, 2017) que ter filhos pode desempenhar um papel protetivo em relação à síndrome, uma vez que, proporciona apoio emocional e incentiva momentos de descanso, lazer e autocuidado. Essa dinâmica não apenas auxilia no equilíbrio das preocupações, mas também implica um investimento maior de tempo na convivência familiar, promovendo uma abordagem mais realista da vida.

A pesquisa revelou que não foram encontradas diferenças significativas na incidência de Burnout, considerando que essa incidência se refere à frequência ou ocorrência desse fenômeno em um determinado grupo de pessoas ou contexto. No entanto, é fundamental considerar o contexto dos afastamentos docentes na rede estudada. O número de afastamentos pode ser uma indicação indireta da prevalência de Burnout, já que muitos profissionais podem se ausentar do trabalho devido a problemas de saúde mental relacionados ao estresse ocupacional. Contudo, é necessário observar que esses afastamentos podem não ter sido incluídos na amostra da pesquisa, o que pode distorcer a percepção real da incidência de Burnout. É relevante destacar que a Secretaria de Educação não possui um filtro para determinar a causa dos afastamentos dos professores, o que pode afetar a interpretação dos resultados e a conclusão sobre a presença ou ausência de Burnout na população estudada.

Além disso, é importante ressaltar que a pesquisa não realizou uma análise individual do Burnout, uma vez que o questionário utilizado visa avaliar se há tendências ao desenvolvimento do Burnout ou os níveis desse fenômeno em uma equipe, departamento ou organização como um todo. Isso proporciona uma visão geral dos padrões de Burnout dentro do grupo, mas não permite uma análise detalhada das experiências individuais dos participantes.

Conforme já mencionado, o estudo indicou que ambos os grupos enfrentam de maneira semelhante os desafios associados ao esgotamento emocional no ambiente de trabalho. Essas conclusões ressaltam a importância de abordagens abrangentes na gestão do burnout, reconhecendo as semelhanças nas experiências entre os professores das diferentes redes e destacando a necessidade de estratégias

preventivas e de suporte que atendam às demandas comuns enfrentadas por esses profissionais.

Em resumo, os resultados deste estudo indicam que, apesar dos professores apresentarem níveis baixos de exaustão, é importante analisar esses resultados com as variáveis demográficas para melhor compreender os fatores que influenciaram esses níveis de Burnout na população pesquisada.

## 8.2 Influência das Variáveis Demográficas nas Dimensões de Burnout

Considerando que a Síndrome de Burnout está relacionada ao esgotamento físico, mental e emocional causado pelo estresse no ambiente de trabalho (Carlotto, 2011), este tópico visa analisar se há diferença significativa nas três dimensões da Síndrome de Burnout com base em variáveis demográficas. Ao examinar essa relação, buscamos compreender o Burnout e sua relação com as características demográficas da população estudada. Para realizar essa análise, foi utilizado o teste de correlação de Spearman. A escolha deste teste se justifica pela natureza não paramétrica das variáveis e pela capacidade do teste de Spearman de capturar relações monotônicas<sup>4</sup>.

De acordo com a tabela abaixo, foi observada uma correlação negativa entre a carga horária e a realização profissional, com um coeficiente  $r = - 0,067$ , revelando uma relação fraca entre as variáveis. Essa média, sugere uma pequena ligação entre o aumento da carga horária e a diminuição da realização profissional, e vice-versa. A fragilidade dessa correlação pode ser atribuída à influência de fatores não abordados na análise, como a complexidade do ambiente de trabalho e características individuais. Estes resultados estão alinhados com a pesquisa conduzida por Diehl *et al.* (2014), na qual seis professoras do Ensino Fundamental em escolas públicas, foram entrevistadas. Os resultados do trabalho, apontaram que os aspectos relacionais e as características organizacionais estão vinculados a fatores desencadeantes, além disso, as professoras enfatizaram a sobrecarga de trabalho

---

<sup>4</sup> São relações em que a ordem de valores de uma variável está estritamente relacionada à ordem dos valores de outra variável, ou seja, à medida que uma variável aumenta, a outra também aumenta (ou diminui) de forma consistente.

como uma das principais razões que as fazem sentir-se menos produtivas. Em outras palavras, o estudo identificou a sobrecarga de trabalho como um dos principais desencadeadores associados à diminuição da produtividade.

Foi identificado também, uma correlação negativa fraca entre o tempo de atuação e a realização profissional, com um coeficiente  $r = - 0,123$ . Essa correlação sugere que, à medida que os profissionais acumulam mais tempo de experiência em suas respectivas áreas, a sua satisfação ou realização no trabalho tende a diminuir. Em contrapartida, profissionais com menos tempo de atuação parecem apresentar níveis mais elevados de realização profissional. É importante observar que o coeficiente baixo indica uma associação moderada entre as variáveis, indicando que outros fatores podem influenciar a realização profissional. Essa descoberta destaca a complexidade das dinâmicas entre o tempo de atuação e a satisfação no trabalho. Dalcin *et al.*, (2014) conduziram uma revisão sistemática da literatura, buscando sintetizar os resultados de pesquisas sobre os fatores associados à Síndrome de Burnout em professores no Brasil. Os achados da revisão concordam com a presente pesquisa, indicando que, à medida que os professores acumulam mais experiência ao longo do tempo, sua satisfação com a realização profissional diminui. Contudo, é essencial destacar que não se pode afirmar que o aumento no tempo de atuação cause diretamente uma redução na realização profissional. É importante considerar que outros fatores, como mudanças nas políticas educacionais, ambientes de trabalho ou características individuais, podem influenciar essa relação.

**Tabela 2 - Correlações entre Variáveis de Burnout e Dados Sociodemográficos**

Variáveis	Exaustão Emocional		Despersonalização		Realização Profissional	
	r	P	r	P	r	P
Idade	0,31	0,64	0,01	0,87	0,64	0,33
Formação	0,84	0,20	0,03	0,58	0,11	0,87
Carga horária	0,13	0,51	0,02	0,72	- 0,06	0,31
Tempo de Atuação	0,10	0,10	0,02	0,97	- 0,12	0,06
Quantidade de Alunos	0,04	0,50	0,05	0,94	0,08	0,21
Renda	0,03	0,60	- 0,02	0,66	0,05	0,37
Horas de Sono	- 0,14**	0,26	- 0,14	0,83	0,04	0,46
Atuação Profissional	- 0,09	0,14	0,04	0,53	0,07	0,26

<b>Tempo de Planejamento</b>	0,05	0,42	- 0,09	0,17	0,10	0,21
<b>Relacionamento com os Alunos</b>	0,74	0,26	0,035	0,60	<b>- 0,15**</b>	0,17

Nota: \*\* A correlação é significativa considerando  $p < 0,01$

\* A correlação é significativa considerando  $p < 0,05$

Os resultados da análise estatística revelam uma correlação significativa e negativa com valor de  $r = - 0,14^{**}$  entre as variáveis "horas de sono" e "exaustão emocional". Esta descoberta indica que, à medida que a quantidade de horas de sono diminui, há uma tendência para o aumento da exaustão emocional, e vice-versa. O sinal negativo aponta para a direção dessa relação, sugerindo que a redução do tempo de sono está associada a um aumento na exaustão emocional. Embora a relação seja considerada fraca devido ao valor absoluto do coeficiente de correlação, a significância estatística ( $p < 0,05$ ) sugere confiança de que essa associação não ocorreu ao acaso. Sugerindo que, embora o sono desempenhe um papel na gestão da exaustão emocional, outros fatores ainda não identificados podem influenciar essa dinâmica. Essa análise ressalta a importância do sono adequado na promoção do bem-estar emocional.

Além disso, foi identificada também, uma correlação negativa fraca entre a variável horas de sono e a dimensão de despersonalização, com um coeficiente  $r = - 0,014$ . Este resultado indica que, à medida que a quantidade de horas de sono aumenta, há uma tendência para a diminuição da despersonalização, e vice-versa, embora a relação seja fraca. Ou seja, indivíduos que dedicam mais tempo ao sono podem experimentar uma redução na sensação de alienação, característica da despersonalização. Vale ressaltar que o coeficiente de correlação é próximo de zero, indicando que a associação entre essas variáveis é mínima. Embora sugira uma possível influência do sono na dimensão de despersonalização, é necessário considerar que outros fatores podem desempenhar um papel significativo influenciar nessa dinâmica.

Um estudo conduzido por Amaral *et al.* (2021) explorou a relação entre a síndrome de burnout, sonolência diurna e qualidade do sono em estudantes de enfermagem. Os resultados evidenciaram associações entre sonolência diurna excessiva, má qualidade do sono e níveis elevados de exaustão emocional e despersonalização. Além disso, a literatura aponta a qualidade de sono como um fator

extremamente protetivo do Burnout (Carlotto *et al.*, 2011, 2014, 2021; Maslach *et al.*, 1987, 1999 e 2014).

Foi identificada uma correlação negativa  $r = - 0,090$  entre o tempo de planejamento e a dimensão despersonalização. No entanto, a magnitude dessa correlação é fraca, indicando que as variações no tempo de planejamento explicam apenas uma pequena parte das variações na dimensão despersonalização, implicando que há uma tendência de, à medida que o tempo de planejamento aumenta, a despersonalização diminui. Tendo em vista que, a despersonalização é uma dimensão que envolve sentimentos de distanciamento emocional e de tratamento impessoal em relação ao trabalho e às pessoas com as quais se lida. Neste estudo, dedicar mais tempo ao planejamento parece estar associado a uma pequena redução na despersonalização, ou explica as médias baixas na dimensão.

A literatura destaca que professores que se sentem cansados, poder ser menos produtivos, criativos e lúdicos em seus planejamentos, o que, por sua vez, pode impactar negativamente a qualidade do ensino oferecido. Essa relação entre o tempo de planejamento e a despersonalização é mencionada por Carlotto *et al.* (2011, 2014), Maslach e *tal.*, (1999, 1987, 2014), Benevides-Pereira (2019). Esses autores exploram a perda de entusiasmo e criatividade como consequências desse fenômeno, características que, no entanto, não parecem ser proeminentes na população abordada neste estudo.

Foi identificada uma correlação negativa fraca entre a renda mensal e a despersonalização, indicada pelo coeficiente de  $r = -0,029$ . Indicando que o aumento na renda mensal está associado a uma diminuição na despersonalização. Contudo, como é uma correlação fraca, é importante levar em consideração outros fatores que podem estar influenciando essa relação. Estes resultados sugerem que, embora haja associações estatísticas, é importante considerar que correlação não implica causalidade e outros fatores podem influenciar essas dinâmicas (Cozby, 2003).

No contexto da carga horária, a análise revelou uma correlação negativa fraca (-0,067) entre a variável "realização profissional" e a dimensão correspondente. Esses resultados sugerem que, na amostra estudada, existe uma tendência de que profissionais com uma carga horária mais elevada possam experimentar níveis mais baixos de realização profissional, e vice-versa.

A literatura corrobora essa observação ao destacar que a natureza do trabalho docente é permeada por uma carga intensa, implicando que, além das atividades realizadas na escola, os professores assumem responsabilidades adicionais em casa. Essa realidade compromete o tempo disponível para atividades familiares ou repouso, resultando em maior insatisfação no trabalho e na ausência da sensação de eficiência (Koga et al., 2015; Benevides-Pereira, 2019; Carlotto, 2011). Essa contextualização amplia a compreensão da correlação observada, destacando a influência de fatores externos na relação entre carga horária e realização profissional.

Além disso, foram identificadas correlações negativas moderadas com valor de  $r = -0,123$  entre o tempo de atuação e a dimensão de realização profissional. Esses resultados indicam que, à medida que o tempo de atuação aumenta, há uma tendência para a redução da realização profissional. Paralelamente, observou-se uma correlação negativa entre a variável de atuação profissional e a dimensão de exaustão emocional, com um valor de  $r = -0,09$ . Isso sugere que, neste estudo, à medida que mais profissionais estão atuando na sala de aula regular, há uma inclinação para a sensação da diminuição da exaustão emocional na escola. Essa relação inversa aponta que, considerando o tempo e a intensidade da atuação profissional, a presença de mais profissionais na sala de aula está associada aos níveis baixos de exaustão emocional.

A análise revelou uma correlação estatisticamente significativa e negativa de  $-0,15^{**}$ , indicando uma associação fraca entre a variável relação com alunos e a dimensão realização profissional. Isso significa que, conforme a qualidade da relação com os alunos aumenta ou diminui, há uma tendência correspondente de aumento ou diminuição na realização profissional. Isso confirma o que a literatura menciona, ao enfatizar que professores que mantêm uma boa relação com os alunos são motivados, entusiasmados e apreciam o seu ambiente de trabalho (Koga et al., 2015; Maslach et al., 1999 e 2014; Carlotto, 2011 e 2014).

O resultado deste tópico buscou analisar a influência das variáveis demográficas nas dimensões da Síndrome de Burnout nos professores da rede pública e privada do município de Juazeiro/Ba. Os resultados revelaram correlações significativas, incluindo a relação negativa entre carga horária e realização profissional, tempo de atuação e realização profissional, tempo de planejamento e despersonalização, horas de sono e exaustão emocional, e qualidade da relação com

alunos e realização profissional. No entanto, é importante mencionar que, a correlação não implica causalidade, e futuras pesquisas são necessárias para entender algumas relações complexas descritas neste tópico.

## **9 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A investigação contribuiu significativamente para a compreensão desse fenômeno, evidenciando os múltiplos fatores que podem contribuir para o desenvolvimento do Burnout. Embora os resultados não tenham indicado altos níveis de Burnout, é fundamental reconhecer a presença de indivíduos na população que apresentam sintomas da doença. Deixando evidente a necessidade de implementar ações de prevenção e cuidado com a saúde mental dos professores em Juazeiro.

Como aspecto positivo, o presente estudo destacou a presença de fatores protetivos na população estudada, como a qualidade do sono dos participantes, a existência de filhos e o tempo dedicado ao lazer que se mostraram importantes para a promoção da saúde mental, ressaltando a importância desses fatores na manutenção do bem-estar. Esse destaque enfatiza a relevância desses elementos, oferecendo uma base teórico-metodológica fundamental para a concepção e implementação de programas voltados à prevenção e cuidado da saúde mental na cidade pesquisada.

Contudo, é importante reconhecer as limitações do estudo. A posição da pesquisadora na Secretaria de Educação da cidade pode ter influenciado a disposição dos professores em compartilhar suas experiências, especialmente nas escolas públicas, onde alguns manifestaram receio ou desinteresse em responder aos questionários. Nas escolas particulares, a relutância dos gestores em permitir que os professores respondessem aos questionários pode ter afetado a representatividade dos dados. Além disso, as limitações do estudo que incluem o uso do questionário Maslach Burnout Inventory (MBI), que é uma ferramenta de autoavaliação. As respostas dos participantes podem ser influenciadas pelo seu próprio viés de autoavaliação. Podendo os participantes, subestimar ou superestimar seus níveis de cansaço mental, baseando-se em fatores como autoimagem, estado emocional no

momento da resposta e percepção de expectativas externas. Isso pode resultar em uma representação não muito precisa dos níveis reais de Burnout na amostra estudada. Essas limitações ressaltam a necessidade de abordagens mais sensíveis e estratégias específicas ao realizar pesquisas sobre as questões relacionadas à saúde mental no ambiente educacional.

O presente trabalho destaca ainda que, apesar das limitações e desafios enfrentados na pesquisa que relacionam o cansaço mental e a síndrome de burnout, há uma ênfase na importância de implementar abordagens para promover o bem-estar dos professores e prevenir essas doenças. Sugerindo que mesmo que muitas pessoas não tenham uma compreensão completa desses problemas, é importante reconhecer a necessidade de medidas que visem melhorar o ambiente de trabalho dos professores e proteger sua saúde mental.

Para futuros trabalhos, sugere-se a adoção de abordagens mistas que combinem métodos qualitativos e quantitativos para obter uma compreensão mais abrangente das experiências dos professores em relação à Síndrome de Burnout. Além disso, considerar a implementação de entrevistas individuais ou grupos focais pode proporcionar um espaço e um ambiente mais adequados para os professores compartilharem suas vivências, superando possíveis barreiras ou limitações nas respostas. Outra sugestão seria explorar parcerias com organizações educacionais e sindicatos para facilitar o acesso aos professores e garantir uma participação mais ativa desses profissionais, tanto em espaços públicos quanto privados. É válido também buscar estabelecer uma colaboração efetiva com gestores de escolas particulares, procurando maneiras de garantir sua cooperação na coleta de dados.

Além disso, é importante considerar a realização de estudos longitudinais para investigar a incidência da doença e monitorar as mudanças ao longo do tempo. O aparecimento da Síndrome de Burnout é um processo gradual e cumulativo, e observar o comportamento dos educadores em diferentes períodos e situações pode proporcionar uma compreensão mais precisa das variáveis que contribuem para o desenvolvimento do Burnout.

Em suma, futuras pesquisas devem concentrar-se em abordagens inovadoras, parcerias estratégicas e métodos mais adaptáveis para superar as limitações identificadas neste estudo, visando uma compreensão mais completa e eficaz da

Síndrome de Burnout nos professores no contexto educacional. A pesquisa atual aponta para a importância de aprofundar os resultados alcançados, considerando que a literatura brasileira ainda é limitada em relação aos desfechos do Burnout nessa categoria profissional. Portanto, propõe-se a condução de novas investigações, incorporando outras variáveis, métodos e delineamentos em contextos diversos.

## REFERÊNCIAS

- Aliante, G., Tittoni, J., Carlotto, M. S., & Abacar, M. (2021). Síndrome de Burnout em Professores Moçambicanos do Ensino Fundamental. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 41(3), e3219900. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003219900>
- Alves, G.K.F, Monte, F. F. C & Realize Editora. (2022). Síndrome de burnout na formação docente: Um estudo com distinções de pedagogia de uma universidade de Pernambuco. No E-book VII CONEDU 2021 – Vol. 3 [formato e-book]. Campina Grande, Brasil: Realize Editora. <https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/82320>
- Amaral, K. V., Galdino, M. J. Q., & Martins, J. T. (2021). Burnout, sonolência diurna e qualidade do sono entre alunos de nível técnico em enfermagem. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 29. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.5180.3487>
- Andrade, P. S. D., & Cardoso, T. A. D. O. (2012). Prazer e dor na docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout. *Saúde e Sociedade*, 21, 129-140. <https://doi.org/10.1590/S0104-12902012000100013>
- Andrade, S. D. S., Piccoli, L., Nunes, M. F., & Sperrhake, R. (2022). Entre máscaras, ansiedades e expectativas: desafios enfrentados por professoras no retorno ao ensino presencial. *Cadernos de Educação (Pelotas)*, 66, 1-24. <https://doi.org/10.15210/educacao.vi66.4144>
- Baade, J. H., Gabiec, C. E., Carneiro, F. K., Micheluzz, S. C. P., & Meyer, P. A. R. (2020). Professores da educação básica no Brasil em tempos de COVID-19. *Holos*, 5, 1-16. <https://doi.org/10.15628/holos.2020.10910>
- Baldonado-Mosteiro, M., Almeida, M. C. D. S., Baptista, P. C. P., Sánchez-Zaballos, M., Rodriguez-Diaz, F. J., & Mosteiro-Diaz, M. P. (2019). Síndrome de burnout em trabalhadores de enfermagem brasileiros e espanhóis. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 27. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.2818.3192>
- BARBOSA, A. L. K. H. (2016). A Síndrome de Burnout em professores universitários (Doctoral dissertation, Dissertação (mestrado)–Centro Universitário de Maringá, Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde, Maringá).
- Barreto, M. F. C., Galdino, M. J. Q., Fernandes, F. G., Martins, J. T., Marziale, M. H. P., & Haddad, M. D. C. F. L. (2022). Workaholism e burnout entre docentes de pós-graduação stricto sensu. *Revista de Saúde Pública*, 56. <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2022056003883>
- Basso, F. V., Ferreira, R. R., & Oliveira, A. S. D. (2021). Uso das avaliações de larga escala na formulação de políticas públicas educacionais. *Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação*, 30, 501-519. <https://doi.org/10.1590/S0104-40362021002902436>.

Bezerra, C. D. M., Minayo, M. C. D. S., & Constantino, P. (2013). Estresse ocupacional em mulheres policiais. *Ciência & Saúde Coletiva*, 18, 657-666. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232013000300011>

Borges, E. M. D. N., Queirós, C. M. L., Abreu, M. D. S. N. D., Mosteiro-Diaz, M., Baldonado-Mosteiro, M., Baptista, P. C. P., ... & Silva, S. M. (2021). Burnout entre enfermeros: un estudio multicéntrico comparativo. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 29. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.4320.3432>

Campos, J. F., & David, H. M. S. L. (2014). Análise de cortisol salivar como biomarcador de estresse ocupacional em trabalhadores de enfermagem [Analysis of salivary cortisol as stress biomarker in nursing workers]. *Revista Enfermagem UERJ*, 22(4), 447-453.

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*, 9, 499-505.

Carlotto, M. S., & Câmara, S. G. (2008). Análise da produção científica sobre a Síndrome de Burnout no Brasil. *Psico*, 39(2).

Carlotto, M. S., & Gonçalves-Câmara, S. (2023). Síndrome de Burnout em estudantes universitários trabalhadores e não trabalhadores. *Revista Estudos Psicológicos*, 3(3), 21-34. <http://dx.doi.org/10.35622/j.rep.2023.03.002>

Carlotto, M. S., Câmara, S. G., & Oliveira, M. E. T. D. (2019). Intenção de abandono profissional entre professores: o papel dos estressores ocupacionais. *Revista Brasileira de Educação*, 24, e240028. <https://doi.org/10.1590/S1413-24782019240028>

Carlotto, M. S., Câmara, S. G., Batista, J. V., & Schneider, G. A. (2019). Prevalência de afastamentos por transtornos mentais e do comportamento relacionados ao trabalho em professores. *Psi Unisc*, 3(1), 19-32. <http://dx.doi.org/10.17058/psiunisc.v3i1.12464>

Carlotto, M., & Câmara, S. G. (2020). Escala de Avaliação da Síndrome de Burnout em Estudantes Universitários (ESB-eu): construção e evidências de validade. *Research, Society and Development*, 9, 171974013. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i7.4013>

Coelho, E. A. (2022). Características do teletrabalho e síndrome de burnout em professores da educação básica durante a pandemia da Covid-19. URI: <http://repositorio.ufsm.br/handle/1/25172>

Conde, A. F. C., Cardoso, J. M. M., & Klipan, M. L. (2019). Panorama da psicodinâmica do trabalho no Brasil entre os anos de 2005 e 2015. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, 12(1), 19-36. <http://dx.doi.org/10.36298/gerais2019120103>

Cozby, P. C. (2003). Métodos de pesquisa em ciências do comportamento. (P. I. C. Gomide & E. Otta, Trad., J. O. Siqueira, Rev.). São Paulo: Atlas.

da Silva, J. F., Silveira, M. C., dos Santos, A. A., Resende, M. A., & De Assis, B. C. S. (2020). Síndrome de Burnout em profissionais de Enfermagem no contexto da Atenção Básica. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, (39), e2320-e2320. <https://doi.org/10.25248/reas.e2320.2020>

da Silva, L. M. F. M., dos Santos Teles, L. M., & Aragão, S. D. B. X. (2014). Estudo avaliativo da predisposição à síndrome de burnout em professores de uma Universidade de Parnaíba-PI. *Revista Psicologia e Saúde*. <https://doi.org/10.20435/pssa.v6i2.353>

Dalcin, L., & Carlotto, M. S. (2017). Síndrome de burnout em professores no Brasil: considerações para uma agenda de pesquisa. *Psicologia em Revista*, 23(2), 745-770. <https://doi.org/10.5752/P.1678-9563.2017v23n2p745-770>

de Almeida, E. S., Santos, K. D. A., & Da Silva, J. P. (2023). SÍNDROME DE BURNOUT E SENTIDO DE VIDA EM PROFESSORES: um estudo correlacional. *Interacoes*, 18(1), 1-20. <https://doi.org/10.5752/P.1983-2478.2022v18n1e181t03>

de Oliveira, D. V., Anversa, A. L. B., do Amaral, J. M., de Oliveira, L. P., Freire, G. L. M., de Souza Domingues, L., ... & do Nascimento Júnior, J. R. A. (2020). SINTOMAS DE BURNOUT EM ESTUDANTES DE EDUCAÇÃO FÍSICA. *Psicologia e Saúde em debate*, 6(2), 316-327. <https://doi.org/10.22289/2446-922X.V6N2A20>

de Souza, J. P., & Fernandes, F. E. C. V. (2023). Os impactos na saúde dos professores da educação básica durante a pandemia da covid-19: uma revisão de literatura. *Travessias*, 17(1), 7. <https://doi.org/10.48075/rt.v17i1.30387>

Dejours, C. (1988). A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho. In *A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho* (pp. 163-163).

Dejours, C. (1992). *Trabajo y desgaste mental. Una contribución a la Psicopatología del Trabajo*. Editorial Hvmantitas. Buenos Aires.

Dias, A. V. O. (2021). Educação em tempos de pandemia: como fica a saúde mental dos professores? [Online]. URL: <https://arandu.iffarroupilha.edu.br/handle/itemid/386>

Dias, F. M., Santos, J. F. D. C., Abelha, L., & Lovisi, G. M. (2016). O estresse ocupacional e a síndrome do esgotamento profissional (burnout) em trabalhadores da indústria do petróleo: uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 41. <https://doi.org/10.1590/2317-6369000106715>

Diehl, L., & Carlotto, M. S. (2014). Conhecimento de professores sobre a Síndrome de Burnout: processo, fatores de risco e consequências. *Psicologia em estudo*, 19, 741-752. <https://doi.org/10.1590/1413-73722455415>

Faria, T. E. M. H., & de Souza, G. C. (2022). CONTRIBUIÇÕES METODOLÓGICAS NO CAMPO DA SAÚDE MENTAL DO TRABALHADOR: UMA REVISÃO DAS ABORDAGENS DEJOURIANAS. *Revista Valore*, 7, 86-95. <https://doi.org/10.22408/rev702022121086%20a%2095>

Felix, D. B., de Queiroz Machado, D., de Sousa, E. F., & Carneiro, J. V. C. (2017). Análise dos níveis de estresse no ambiente hospitalar: um estudo com profissionais

da área de enfermagem. *Revista de Carreiras e Pessoas*, 7(2).  
<https://doi.org/10.20503/recape.v7i2.32749>

FREIRE, P. (2002). *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. São Paulo: Paz e Terra, 2011. FREITAS, Maria Teresa de Assunção. A abordagem sócio-histórica como orientadora da pesquisa qualitativa. *Cad. Pesqui., São Paulo*, (116), 21-39.

Fontana, R. T., & Mattos, G. D. (2016). Vivendo entre a segurança e o risco: implicações à saúde do policial militar / Living in the midst of security and risk: implications on military police officers' health. *Ciênc. cuid. saúde*, 15(1), 77-84. [https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1120730]

Gao, J., Du, X., & Gao, Q. (2022). Análise do burnout e seus fatores de influência entre policiais penitenciários. *Fronteiras em Saúde Pública*, 10, 891745. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.891745>

Gonçalves, R. D. S. (2023). A síndrome de burnout em professores: sua relação com a satisfação no trabalho, fatores sociodemográficos e organizacionais.

INEP. (2021). *Saeb: Sistema de Avaliação da Educação Básica*. Brasília: Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira.

Koga, G. K. C., Melanda, F. N., Santos, H. G. D., Sant'Anna, F. L., González, A. D., Mesas, A. E., & Andrade, S. M. D. (2015). Fatores associados a piores níveis na escala de Burnout em professores da educação básica. *Cadernos Saúde Coletiva*, 23, 268-275. <https://doi.org/10.1590/1414-462X201500030121>

Leiter, M.P.; Maslach, C. (2014). *Interventions to prevent and alleviate burnout. Burnout at work: a psychological perspective*. New York: Psychology Press.

Lopes, T. M. (2019). Vaz de Carvalho, Anelisa. *Terapia Cognitivo-Comportamental na síndrome de Burnout: contextualização e intervenções*. Sinopsys, 2019. *Boletim-Academia Paulista de Psicologia*, 39(97), 289-290.

Lopes, T. M. (2019). Vaz de Carvalho, Anelisa. *Terapia Cognitivo-Comportamental na síndrome de Burnout: contextualização e intervenções*. Sinopsys, 2019. *Boletim-Academia Paulista de Psicologia*, 39(97), 289-290.

Magro, F. (2019). *Estudo da prevalência e preditores sociodemográficos do Burnout dos professores do 1º, 2º, 3º ciclo e secundário (Doctoral dissertation)*.

Maia, E. G., Claro, R. M., & Assunção, A. Á. (2019). Múltiplas exposições ao risco de faltar ao trabalho nas escolas da Educação Básica no Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, 35. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00166517>

Maslach, C. (2003). *Burnout: The cost of caring*. Ishk.

Maslach, C. P., & Leiter, P. M. (1999). *Fonte de prazer ou desgaste? Guia para vencer o estresse na empresa*.

Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual review of psychology*, 52(1), 397-422.

Matias, N. M. D. S., Bezerra, L. Â., Nascimento, S. E. D. A., Ferreira, P. G. D. S., Raposo, M. C. F., & Melo, R. D. S. (2022). Correlação entre dor musculoesquelética e níveis de estresse em professores durante o período de ensino remoto na pandemia de COVID-19. *Fisioterapia em Movimento*, 35. <https://doi.org/10.1590/fm.2022.35140.0>

Meirelles, M. (2014). O uso do SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) na Ciência Política: uma breve introdução. *Pensamento Plural*, (14), 65-92.

Mendes, S. S., De Martino, M. M. F., Borghi, F., Rocha-Teles, C. M., De Souza, A. L., & Grassi-Kassisse, D. M. (2022). Fatores de estresse psicológico e cortisol salivar em alunos de enfermagem ao longo da formação. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 56. <https://doi.org/10.1590/1980-220x-reeusp-2022-0078pt>

Moreira, D. Z., & Rodrigues, M. B. (2018). Saúde mental e trabalho docente. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 23(3), 236-247.

Mota, A. F. D. B., Pellicani, A. D., Dornelas, R., & Ricz, L. N. A. (2021, dezembro). Condição de produção vocal do professor em diferentes situações funcionais. In *CoDAS* (Vol. 34). Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia. <https://doi.org/10.1590/2317-1782/20202020208>.

Oliveira, R. N. M., Morais, G. A. S., & Lima, M. D. G. S. B. (2020, dezembro). Qualidade da formação de professores na relação com os discursos da "qualidade do ensino": eficiência, produtividade e inclusão escolar. In *Colloquium Humanarum*. ISSN: 1809-8207 (pp. 217-231). DOI: 10.5747/ch.2020.v17.h479

Paula, A. J. D., Condeles, P. C., Moreno, A. L., Ferreira, M. B. G., Fonseca, L. M. M., & Ruiz, M. T. (2021). Burnout parental: revisão de escopo. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 75, e20210203. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0203>.

Pelegri, A., Cardoso, T. E., Claumann, G. S., Pinto, A. D. A., & Felden, E. P. G. (2018). Percepção das condições de trabalho e estresse ocupacional em policiais civis e militares de unidades de operações especiais. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 26, 423-430. <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAO1160>

PELEIAS, I. R. ; GUIMARAES, E. R. ; CHAN, B. L. ; CARLOTTO, M. S. ; [CARLOTTO, M. S.](#) . A Síndrome de Burnout em estudantes de ciências contábeis: pesquisa na cidade de São Paulo. *Revista de Educação e Pesquisa em Contabilidade*, v. 11, p. 30-51, 2017.

Pereira Jr, A., & Sousa, F. (2019). Valor econômico e reconhecimento social do valor: um ensaio em filosofia da economia. *Simbio-Logias*, 11(15), 1-20.

Pérez-Díaz, P. A., & Oyarce Cádiz, D. (2020). Burnout parental en Chile y género: un modelo para comprender el burnout en madres chilenas. *Revista de psicología (Santiago)*, 29(1), 12-25.

Przylepa, M. . (2023). A EDUCAÇÃO NO BRASIL PÓS-PANDEMIA: O PROCESSO DE ALFABETIZAÇÃO NOS ANOS INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL NO CONTEXTO DA PRÁTICA . Colóquios - Geplage - PPGED - CNPq, (4), p.xiii-xxi. Recuperado de <https://www.anaiscpge.ufscar.br/index.php/CPGE/article/view/1125>

Rocha, MS, Fonseca, NN, & Nascimento, AF (2018). Avaliação Institucional: Os Impactos do SAEB nas Escolas de Educação Básica. Em VII Encontro Nacional das Licenciaturas, VI Seminário do PIBID, I Seminário da Residência Pedagógica.

Roscani, R. C., Maia, P. A., & Monteiro, M. I. (2019). Sobrecarga térmica em áreas rurais: a influência da intensidade do trabalho. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 44.

Silva, M. P. D., Bernardo, M. H., & Souza, H. A. (2016). Relação entre saúde mental e trabalho: a concepção de sindicalistas e possíveis formas de enfrentamento. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 41.

Silva-Junior, J. S., & Fischer, F. M. (2015). Afastamento do trabalho por transtornos mentais e estressores psicossociais ocupacionais. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 18, 735-744.

Simões, E. C., & Cardoso, M. R. A. (2022). Violência contra professores da rede pública e esgotamento profissional. *Ciência & Saúde Coletiva*, 27, 1039-1048.

Sousa, C. C. D., Araújo, T. M. D., Lua, I., Gomes, M. R., & Freitas, K. S. (2021). Insatisfação com o trabalho, aspectos psicossociais, satisfação pessoal e saúde mental de trabalhadores e trabalhadoras da saúde. *Cadernos de Saúde Pública*, 37, e00246320.

Souza, K. R. D., Santos, G. B. D., Rodrigues, A. M. D. S., Felix, E. G., Gomes, L., Rocha, G. L. D., ... & Peixoto, R. B. (2020). Trabalho remoto, saúde docente e greve virtual em cenário de pandemia. *Trabalho, Educação e Saúde*, 19, e00309141.

Souza, K. R. D., Santos, G. B. D., Rodrigues, A. M. D. S., Felix, E. G., & Gomes, L. (2022). Diários de professores (as) na pandemia: registros em cadernetas digitais de trabalho e saúde. *Interface-Comunicação, Saúde, Educação*, 26.

Souza, M. C. L. D., Carballo, F. P., & Lucca, S. R. D. (2023). FATORES PSICOSSOCIAIS E SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA. *Psicologia Escolar e Educacional*, 27, e235165.

Vasconcelos, E. M. D., & Martino, M. M. F. D. (2018). Preditores da síndrome de burnout em enfermeiros de unidade de terapia intensiva. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 38.

Vieira, L. C., Gomes, I. C., & Matos, F. R. (2021). Síndrome de Burnout e Covid-19: Revisão Integrativa sobre Profissionais de Saúde. *Revista de Psicologia da IMED*, 13(2), 142-158.

von Dentz, M. (2014). Percepções das Avaliações de Larga Escala no Brasil: Um enfoque na Educação Básica. *Revista Profissão Docente*, 14(31).

Wang, J. & Wang, Z. (2020). Análise de pontos fortes, pontos fracos, oportunidades e ameaças (SWOT) da estratégia de prevenção e controle da China para a epidemia de COVID-19. *Jornal internacional de pesquisa ambiental e saúde pública* , 17 (7), 2235.

Tostes, MV, Albuquerque, GSCD, Silva, MJDS, & Petterle, RR (2018). Sofrimento mental de professores do ensino público. *Saúde em Debate* , 42 , 87-99.