

**FACULDADE NOVA ESPERANÇA DE MOSSORÓ – FACENE  
NÚCLEO DE PESQUISA E EXTENSÃO ACADÊMICA – NUPEA  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM**

**BRUNA NOGUEIRA ALVES**

**A SÍNDROME DE BURNOUT NA DOCÊNCIA: UMA REVISÃO  
INTEGRATIVA**

**Mossoró/RN**

**2020**

**BRUNA NOGUEIRA ALVES**

**A SÍNDROME DE BURNOUT NA DOCÊNCIA: UMA REVISÃO  
INTEGRATIVA**

Monografia apresentada à Faculdade Nova Esperança de Mossoró (FACENE/RN) como parte dos requisitos para obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

ORIENTADORA: Prof.<sup>a</sup> Me. Joseline Pereira de Lima

**MOSSORÓ/RN**

**2020**

Faculdade Nova Esperança de Mossoró/RN – FACENE/RN.  
Catalogação da Publicação na Fonte. FACENE/RN – Biblioteca Sant'Ana.

A474s Alves, Bruna Nogueira.

A síndrome de Burnout na docência: uma revisão integrativa / Bruna Nogueira Alves. – Mossoró, 2020.  
40f. : il.

Orientadora: Profa. Ma. Joseline Pereira de Lima.  
Monografia (Graduação em Enfermagem) – Faculdade Nova Esperança de Mossoró.

1. Burnout. 2. Docência. 3. Estresse. I. Lima, Joseline Pereira de. II. Título.

CDU331.44:37.011.31

BRUNA NOGUEIRA ALVES

**A SÍNDROME DE BURNOUT NA DOCÊNCIA: UMA REVISÃO  
INTEGRATIVA**

Monografia apresentada pela aluna BRUNA NOGUEIRA ALVES do curso de Bacharelado em Enfermagem, tendo obtido o conceito de **APROVADA** conforme a Banca Examinadora constituída pelos professores:

APRESENTADO EM: 01 / 12 / 2020.

**BANCA EXAMINADORA:**

*Joseline Pereira Lima*

---

Prof. Me. Joseline Pereira Lima  
Orientadora

*Evilamilton Gomes de Paula*

---

Prof. Esp. Evilamilton Gomes de Paula  
Membro Examinador

*Cindy Damaris Gomes Lira*

---

Profa. Me. Cindy Damaris Gomes Lira  
Membro Examinador

Dedico esta monografia primeiramente a Deus, sem a direção dada por Ele a conclusão deste trabalho não seria possível. Aos meus pais que eu tanto amo, aos meus irmãos queridos, aos sobrinhos incríveis, aos meus verdadeiros amigos. Finalizo este estudo com muita fé, felicidade e gratidão no coração pela realização de um sonho.

## AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus por ter me dado a vida, por ser o primeiro a acreditar em mim, por não ter me desamparado em nenhum momento da minha vida, por segurar a minha mão e durante todo esse trajeto árduo me carregar em seus braços de amor. Sem Ele nada desse sonho que foi a faculdade de Enfermagem teria acontecido na minha vida. Soli Deo Gloria!

À minha querida e tão amada mãezinha, Francineide Nogueira Alves, que desde o meu primeiro contato com a Enfermagem, ainda no curso técnico, 2015, já dizia para os familiares e amigos que a sua filha Bruna estudava para ser Enfermeira. Pois é, mãe, aqui estou. Aqui estou a agradecer pelas lutas no dia à dia, pelo cuidado e proteção para com os seus sete filhos, por toda a assistência que precisei durante os longos anos na faculdade, não deixando faltar nada para que a sua filha pudesse chegar até aqui. Somente Deus, a senhora e eu sabemos como foi o longo esse percurso. Mãe, a senhora é tudo o que eu sou e o que eu tenho. Daqui a pouquinho eu serei a primeira formada da casa, mãe, porque a senhora acreditou em mim, da mesma forma que acredita nos meus irmãos. Quem acredita sempre alcança.

Agradeço também ao meu pai amado Ademar Pedro Alves, o melhor com as palavras, segundo o curso de Letras, na UERN. Pai, de fato o senhor é o meu melhor amigo no período da faculdade e em todos os outros períodos da vida! Adorava chegar da FACENE em casa e no almoço em família compartilhar contigo sobre as aulas ministradas, sobre os meus professores preferidos, sobre o que eu havia aprendido, sobre as minhas dificuldades e limitações, sobre os trabalhos científicos e ações sociais realizadas pela faculdade. O meu pai sempre acreditou em mim e vibra comigo a cada projeto e conquistas. Sou o que sou por causa dele e da minha mãe, por terem me gerado em amor e me dado a criação pela qual serei grata até a última batida do meu coração.

Aos meus seis irmãos, os melhores que eu poderia ter! Carinhosamente gratidão à Brena que é a minha melhor amiga desde o ventre da nossa mãe, aos meus irmãos Denilson, Weydson, pr. Gleydson, Adixon e Samuel, que me amam e me protegem sem medidas. Às minhas cunhadas e amigas Arilene, Willike, Ester e Williana, que estão sempre comigo. Aos meus sobrinhos Danilo, Willian, Felipe, Beatriz, Benício, Isabela e Mauela, que enchem a vida da tia de ternura e felicidade.

Aos meus queridos professores da graduação, a querida Itala Emmanuele, que me acompanha desde o técnico de enfermagem até a graduação, se faz presente na vida do aluno mesmo com seu jeitinho reservado. À grande Rúbia Mara, ídola da Saúde Coletiva! Lívia Helena que fez eu me apaixonar por suas aulas antes mesmo de ser sua aluna. À Gisele Santos, o presentinho mais singelo, doce e puro na academia. Gigi é de outro planeta. Sibebe Lima, que é outro patamar. Lorrainy Solano, quem dava show de humanização a cada despertar, literalmente. Janaína Batista, que tem cara de UTI e é a maior defensora da nossa profissão. Isabelline Paiva, que tem a paz e a calma dentro de si. À Graça Mariano, por levar leveza ao trabalho docente. A todos os outros especiais e inesquecíveis como Acací Viana, Isabela Góes, Thibério, Caio César, Wesley Adson, Ana Beatriz, Alexandre Janeu, Andréa Raquel, Évelin Félix, Fernanda Antonelle, Lucas Ramos, Laura Barreto, Ângela Gurgel, Francisco Aédson Diego Jales. Em especial a minha professora e orientadora de TCC, professora Joseline Pereira de Lima, aquela que é referência na profissão e que defende o nosso Sistema Único de Saúde (SUS) como ninguém. A professora que acreditou no projeto de pesquisa, que confiou na aluna e que sempre exigiu o melhor de seus alunos. Eu que lutei. Eu que lutei. Mas, consegui e sou grata por todo o trajeto até aqui.

Agradeço também aos queridos professores membros da banca de TCC, Evilamilton Gomes de Paula, que por sua vez fez eu me encantar por ele através de práticas em semiologia e por meio das metodologias de ensino aplicadas em sala de aula. Em todos os quatro cantos da cidade de Mossoró ouço falar bem deste profissional, e tenho imenso orgulho em dizer que fui e sou sua aluna. Professor Evilamilton ganhou toda a minha admiração na graduação durante o estágio supervisionado na Unidade de Terapia Intensiva (UTI), foram meses de muito aprendizado com este profissional que emana simplicidade, humildade e sabedoria. Fechando a gratidão aos meus professores, segue meu reconhecimento à professora amiga de todos, Cindy Damaris Gomes Lira, que após a finalização da escolha do tema da minha pesquisa, tive a oportunidade de procurá-la e pedir sugestões quanto à busca de materiais para poder começar o estudo acerca da Síndrome de Burnout, um tema que a professora tem propriedade no assunto. Gratidão por ter sido aluna de estágio supervisionado dessa profissional que demonstra segurança e confiança nos seus futuros enfermeiros em todos os

momentos das práticas. Ter um professor que impulsiona o seu aluno a ir adiante faz toda a diferença nesse processo.

Finalizo o meu sentimento de gratidão agradecendo a todos os meus verdadeiros amigos que fazem parte da minha vida, me apoiando, torcendo e vibrando comigo a cada conquista. Aos meus amigos que, de certa forma, caminharam comigo durante o período da faculdade. Estar na graduação e poder contar com a presença dos amigos nos momentos bons e ruins, fáceis e difíceis, em dias de lutas e dias de glória, fazem um grande diferencial, tornando assim a caminhada menos árdua. O sentimento é de eterna gratidão.

O meu muito obrigada à Brena Alves, minha gêmea e melhor amiga da vida. À Bianca Norrara, minha primeira referência na academia e na pesquisa, aquela amiga leal que torce por mim de uma forma verdadeiramente especial. À Elane Barbosa, um dos melhores e mais valiosos presentes que eu poderia receber da graduação, é quem me entende e aposta todas as fichas no meu potencial. À Vitória Barreto, minha amiga-irmã que ouve os meus dilemas e ora por mim constantemente. À Ana Cristina, ou, carinhosamente, Aninha, que apareceu para mim como coordenadora do núcleo de pesquisa e extensão da faculdade, passou para a melhor coordenação de curso da FACENE e se tornou hoje uma grande amiga, mãe de dois guerreirinhos incríveis. À Tawanny Borges, minha amiga de infância que sempre torceu por mim e pelo meu futuro acadêmico, que vibra comigo todas as nossas conquistas possíveis e impossíveis. É a mestranda mais inteligente que eu conheço. À Marco Aurélio, que surgiu como professor e coordenador do setor de Monografias da Faculdade, aquele professor que respira Pesquisa e faz questão de apresentá-la aos seus alunos. De fato, um grande profissional. À Edilson Júnior, o queridinho da turma nos estágios. Na boca do povo, “o melhor preceptor da FACENE”. Aquele que confia no seu aluno, que é compreensível, tem sensibilidade, e que trata os seus futuros enfermeiros como enfermeiros, sempre com respeito e disciplina. Com certeza um exemplo a ser seguido.

À Thierry Gurgel, amigo que acompanhou algumas lutas durante a minha graduação, aquele que torceu por mim no combate ao Covid-19 e que rezou o terço para todos os profissionais da saúde atuantes na linha de frente contra o coronavírus. À Gabriely Fernandes, minha primeira amizade na Faculdade. Ela que tremia na base junto comigo nas provas de Farmacologia ministradas pelo prof terrorista grande Carlos Augusto. Tal hora chorando, tal hora saboreando comigo o



melhor pior chilito da faculdade, sempre nos intervalos jogando aquele UNO que morro de saudades! Aos meus queridos amigos de turma e hoje enfermeiros Fabiana Medeiros, Bruno Soares, Yrlan Mateus e Isadora Dantas, por serem os melhores dessa turma! Com certeza, da faculdade para a vida. À Daniele Cristina, Dayane Duarte e Ediene Carlos, minhas veteranas do curso de Enfermagem e melhores monitoras da faculdade. À toda paciência que tinham comigo nos laboratórios, pela parceria, pela amizade e pela torcida. Vocês sempre deram o melhor em todas as monitorias e sinto-me grata por ter aprendido e compartilhado conhecimento com vocês. Presentes da faculdade e amigas conselheiras no WhatsApp. À Jéssika Silva, a melhor funcionária da Biblioteca que poderia existir. Nunca deixou nenhum aluno na mão, sempre solícita e pronta para ajudar a encontrar os livros mais perdidos dentro daquela biblioteca. Foi quem me apoiou em todo o processo.

Aceitar esse desafio de ingressar na faculdade e desenvolver esse tão sonhado Trabalho de Conclusão de Curso não teria sido fácil sem a contribuição e o carinho de vocês. Não que tenha sido fácil, não foi mesmo. No entanto, ter a amizade e apoio de vocês durante esses quatro anos foi a melhor experiência. Obrigada pelo cuidado, pela generosidade nas palavras, por acreditar em mim quando nem eu mesma acreditava, por confiar no meu potencial, por enxergar futuro em mim, pelo suporte diário, e por se fazerem presentes bem aqui. Essa conquista é nossa.

É necessário fazer outras perguntas, ir atrás das indagações que produzem o novo saber, observar com outros olhares através da história pessoal e coletiva, evitando a empáfia daqueles e daquelas que supõem já estar de posse do conhecimento e da certeza (Mário Sergio Cortella).

## RESUMO

O esgotamento profissional vivenciado cotidianamente pela categoria docente acarreta o aparecimento de diversos problemas, causando prejuízos à saúde do profissional, podendo interferir diretamente na qualidade do ensino ofertada aos seus alunos. Os professores têm sido apontados nos últimos anos como uma das categorias profissionais mais propensas ao estresse laboral e suscetíveis à Síndrome de Burnout (SB). Portanto, o presente estudo tem como objetivo analisar a SB no trabalho docente nos últimos 10 anos. A pesquisa tem caráter qualitativo baseado em revisão integrativa da literatura, com coleta de dados realizada a partir de levantamento bibliográfico. Realizou-se em outubro de 2020 a busca de artigos em cinco bases de dados: LILACS, SCIELO, PUBMED, MEDLINE e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), com descritores: Burnout, Docência, Estresse. Os critérios de inclusão foram: artigos em língua portuguesa, artigos que possuíam dados secundários, acessíveis na íntegra, publicados nos últimos 10 anos e que estivessem relacionados com a temática. Os critérios de exclusão foram os artigos repetidos nas bases de dados, artigos de pesquisa bibliográfica e de reflexão, teses ou dissertações. Identificaram-se 115 artigos que associaram burnout, docente e estresse, onde apenas sete atenderam aos critérios de inclusão e exclusão. Diante disso, percebeu-se a massiva sobrecarga de trabalho imposta aos profissionais docentes, comprovando pelos estudos os impactos na saúde mental desses trabalhadores ocasionados pela SB, trazendo assim a reflexão sob condições de trabalho, a qualidade de vida do professor e a necessidade que o profissional tem em ter a sua saúde mental preservada.

**Palavras-chave:** Burnout. Docência. Estresse.

## ABSTRACT

The professional exhaustion experienced daily by the teaching category causes the appearance of several problems, causing impairment to the health of the professional, which can directly interfere in the quality of the teaching offered to its students. Teachers have been pointed out in recent years as one of the professional categories most prone to work stress and susceptible to Burnout Syndrome (BS). Therefore, the present study aims to analyze BS in teaching work in the last 10 years. The research has a qualitative character based on an integrative review of the literature, with data collection performed from a bibliographic survey. In October 2020, articles were searched in five databases: LILACS, SCIELO, PUBMED, MEDLINE and Virtual Health Library (BVS), with descriptors: Burnout, Teaching, Stress. The inclusion criteria were: articles in Portuguese, articles that had secondary data, accessible in full, published in the last 10 years and that were related to the theme. Exclusion criteria were repeated articles in databases, bibliographic research and reflection articles, theses or dissertations. We identified 115 articles that associated burnout, teacher and stress, where only 07 met the inclusion and exclusion criteria. Therefore, it was noticed the massive work overload imposed on teaching professionals, proving by studies the impacts on mental health of these workers caused by BS, thus bringing reflection under working conditions, the quality of life of the teacher and the need that the professional has in having his mental health preserved.

**Keywords:** Burnout; Teaching; Stress.

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO</b> .....	ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.	<b>2</b>
1.1 CONTEXTUALIZAÇÃO.....	ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.	2
1.2 JUSTIFICATIVA.....	ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.	3
1.3 PROBLEMA.....	ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.	4
1.4 HIPÓTESE.....	ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.	4
1.4 OBJETIVO.....	ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.	4
<b>2 REVISÃO DA LITERATURA</b> .....		<b>15</b>
2.1 O TRABALHO E A PROFISSÃO DOCENTE .....	ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.	5
2.2 O ADOECIMENTO MENTAL E O ESGOTAMENTO PROFISSIONAL.....		17
2.3 SÍNDROME DE BURNOUT NA DOCÊNCIA.....		19
2.4 PRINCIPAIS SINAIS E SINTOMAS DA SÍNDROME DE BURNOUT .....		20
2.5 CONSEQUÊNCIAS DA SÍNDROME DE BURNOUT .....		21
2.6 TRATAMENTO.....		22
<b>3 CONSIDERAÇÕES METODOLÓGICAS</b> .....		<b>24</b>
<b>4 RESULTADOS</b> .....		<b>26</b>
<b>5 DISCUSSÃO DOS RESULTADOS</b> .....		<b>32</b>
<b>6 CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....		<b>36</b>
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.	

## 1 INTRODUÇÃO

Esta seção introdutória é constituída por contextualização, justificativa, problema, hipótese e objetivo. A seguir, será enfocada cada uma delas.

### 1.1 CONTEXTUALIZAÇÃO

As implicações nos contextos biológico, psicológico e social do estresse de forma contínua no ambiente de trabalho podem acarretar uma série de consequências prejudiciais à saúde. Cerca de 70% da população é acometida pelo estresse ocupacional, um dado estatístico não desprezível que cresce com o passar do tempo (SILVA, 2016).

No Brasil, os dados governamentais mais recentes sobre o tema, divulgados em 2017, indicam que aproximadamente 4,2 milhões de pessoas foram afastadas do trabalho, das quais 3.852 em decorrência da Síndrome de Burnout (SB). A divulgação de pesquisas que envolvem a SB nas inúmeras ocupações que existiam no Brasil culminou com o reconhecimento como um problema clínico, uma psicopatologia de cunho ocupacional, estando presente na 10ª revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID – 10) sob o código Z73.0 (COSTA et al., 2017).

Um dos grandes agravantes que corrompem o bem-estar é o estresse, o qual sob determinadas circunstâncias pode afetar, de modo pungente, o indivíduo em sua esfera trabalhista. Assim, a competência em desempenhar tarefas laborais cai vertiginosamente, sendo cobrada por sua “falha” em não entregar o mínimo esperado, gerando no mesmo uma sensação de impotência, mudança de humor, problemas de ansiedade e alterações na qualidade do sono (SILVA, 2010).

O estresse é entendido como o *feedback*, ou seja, a resposta da sobrecarga de tensão exercida externamente seguida da incapacidade de enfrentamento dos problemas ou dificuldades que surgem em um determinado momento. Segundo Murofuse (2005), relatando de forma mais ampla o contexto do estresse no ambiente de trabalho, este frequentemente não é diagnosticado e/ou é omitido pelo indivíduo, por razões diversas. Durante um longo período esse desgaste pode evoluir para algo maior, uma síndrome crônica, gerada pelo estresse ocupacional.

Segundo Mazzola et al. (2011), uma das categorias que estão associadas a um elevado estresse no desenvolver de suas atividades é a docente. Há diversos motivos, desde a baixa remuneração para o trabalho desenvolvido, falta de reconhecimento, o comportamento dos discentes e ferramentas educacionais disponíveis. Todos esses fatores afetam diretamente a qualidade de vida do profissional em questão, gerando um alto estresse.

Quanto ao fenômeno ocupacional, a SB pode revelar sinais de exaustão, falta de disposição, tristeza, falta de qualidade no sono, baixa produtividade, dentre outros. Estes problemas, independentemente de sua intensidade, podem, em longo prazo, desencadear outros problemas físicos e psíquicos e mentais (COOPER, 2004; STRANKS, 2005; NIOSH, 2006; SANTOS; DAVID, 2011).

Entre os professores, a SB tem se tornado cada vez mais frequente. O estresse somado ao esgotamento aumenta as licenças por auxílio doença, o que abarca prejuízos de ordem de saúde pública, que tende a aumentar ao longo dos anos globalmente (ALVES; PALERMO NETO, 2007).

## 1.2 JUSTIFICATIVA

Ser professor atualmente tem se apresentado como uma tarefa difícil, com atividades estressantes, grandes demandas de trabalho, baixos salários, dificuldade de interação com os alunos, falta da participação e autonomia nas decisões institucionais, cargas horárias excessivas, pressão para criar projetos, realizar pesquisas, publicações, dentre outros. Para uma boa parte da sociedade, a educação deixou de ser essencial, acreditando-se que esta está mais associada à obtenção de um grau, um título de professor, do que na real aprendizagem de conteúdos e obtenção de conhecimentos pelos discentes.

As condições diárias do trabalho e demais demandas do ofício existentes na rotina do docente contribuem de forma significativa para o esgotamento profissional e o adoecimento mental da categoria em questão. A ambição pelo sucesso profissional e a emoção da conquista são sentimentos cada vez mais raros e difíceis de atingir no cotidiano, favorecendo a manifestação da SB no profissional docente.

A escolha deste tema surgiu a partir da curiosidade e afinidade da pesquisadora sobre a SB na categoria docente e como esta se mantém relacionada à saúde mental do profissional professor. O interesse pelo tema surgiu ao decorrer

da graduação, pela percepção da pesquisadora ao se deparar com alguns professores sobrecarregados e esgotados profissionalmente com suas rotinas de trabalho. Houve a necessidade de compreender e investigar o estado de saúde daqueles profissionais, sobretudo, investigando o fator que lhes deixavam, por diversos momentos, desmotivados e abalados emocionalmente.

A docência, uma das mais nobres profissões existentes no mundo, é considerada como uma das mais estressantes e suscetíveis à SB, por isso a necessidade e urgência de pesquisar tal conteúdo, no intuito de encontrar soluções para os problemas vivenciados pelos professores.

### 1.3 PROBLEMA

Burnout ou Síndrome de Burnout (SB), também conhecida por estresse ocupacional, é caracterizada por transtornos mentais, sendo, atualmente os principais responsáveis pelo afastamento dos professores do trabalho por longos períodos de tempo, fazendo com que isto gere um agravo ainda maior à saúde mental e física dos profissionais. Diante da literatura exposta, surge a pergunta norteadora da pesquisa: O que tem sido publicado na literatura sobre a Síndrome de Burnout (SB) no trabalho docente?

### 1.4 HIPÓTESE

Os profissionais docentes têm além da sobrecarga do trabalho, um tempo reduzido para a sua qualificação, comprometendo seu desenvolvimento e realização profissional. Na essência do trabalho docente é possível enxergar diversos estressores que, se persistentes, são capazes de levar à Síndrome de Burnout.

### 1.5 OBJETIVO

Analisar os estudos científicos sobre a Síndrome de Burnout (SB) no trabalho docente a partir de uma revisão integrativa da literatura.



## 2. REVISÃO DA LITERATURA

O presente capítulo teórico organiza-se nas seguintes seções: o trabalho e a profissão docente; o adoecimento mental e o esgotamento profissional; síndrome de Burnout na docência; principais sinais e sintomas da síndrome de Burnout; consequências da síndrome de Burnout e, por fim, tratamento.

### 2.1 O TRABALHO E A PROFISSÃO DOCENTE

A profissão do professor é definida como a profissão do conhecimento, do entendimento e do saber; por isso, tais atribuições caracterizam e legitimam a docência, a profissão do professor. Nessa perspectiva, o profissional tem o compromisso e responsabilidade com o aprendizado integral do discente (MARCELO, 2009).

Ser professor e cumprir com o seu ofício não é tarefa fácil, pois existe uma gama de fatores que influenciam no trabalho profissional, desde os primeiros passos no seu percurso até a sua formação docente, numa conjuntura repleta por exigências, habilidades sociais e emocionais repletas de responsabilidades (MARCOS, 2009). Tal profissional, diante das várias atribuições que assume, tem de responder questões que estão além de sua conduta. Na maioria das vezes os docentes são obrigados a desempenhar funções de agente público, assistente social, enfermeiro, terapeuta, psicólogo, dentre outras funcionalidades além do escopo primário de sua profissão. Essas condições cooperam para um sentimento de perda de identidade profissional, da comprovação de que ensinar às vezes não é o mais interessante (NORONHA, 2001).

Conforme Imbernón (2011), o trabalho docente exige não apenas o domínio do conteúdo a ser abordado em sala de aula, incluindo também habilidades e destrezas, além da compreensão da profissão do professor e sua vivência, também dizendo respeito à aplicação de técnicas, métodos e conhecimentos específicos sobre a profissão.

No Brasil, não há uma atratividade satisfatória acerca da profissão docente. A fascinação e o desejo incansável de fazer parte da profissão acaba tornando-se precária. Os concluintes do ensino fundamental não despertam curiosidade e afeição pela docência e dentre os concluintes do ensino médio poucos são os que

se interessam pelo ofício do professor. Como motivos para a recusa da profissão, os alunos destacam o trabalho do profissional como sendo pouco atrativo, apontam desvalorização no tocante à remuneração e também insatisfação no social, assimilando a noção de que “qualquer indivíduo pode ser professor”, não havendo a necessidade de licenciar-se. Além disso, consideram a docência como dom e vocação (CERICATO, 2016).

Segundo Goes (2014) existe uma esperança na educação como única forma de mudar o mundo; em contrapartida, enxerga-se também o campo educacional como algo que está completamente arruinado. Entretanto o autor ainda acredita que está no professor a responsabilidade de mudar o contexto educacional.

A atividade docente, entendida em tempos passados como uma profissão vocacional de grande satisfação pessoal e profissional, tem dado lugar ao profissional de ensino excessivamente atrelado a questões tecnoburocráticas (CARLOTTO, 2011).

Atualmente, a sala de aula não é vista como um espaço atrativo, sendo observada como um espaço que não instiga interesse e é distante da realidade social de muitos alunos, o que pode afetar a relação docente-discente e como consequência o processo de ensino e de aprendizagem. Logo, cria-se um ambiente em que o convívio se torna pouco flexível, e o professor acaba tendo mais predisposição para desenvolver um mal-estar (SILVA, 2018).

Conforme aponta Reis (2006), as repercussões negativas na saúde do professor podem ser causadas pela desvalorização social do trabalho, a falta de motivação para desenvolver as tarefas, suas demandas curriculares, o intenso envolvimento emocional com os problemas e posicionamentos dos alunos, a exigência de qualificação do desempenho, as relações interpessoais, salas de aulas numerosas, a falta de tempo para descanso, lazer e extensiva jornada de trabalho. Desgastes osteomusculares e transtornos mentais, como empatia, estresse, desesperança e desânimo são formas que têm sido identificadas nos professores (BARROS et al., 2007).

Diante disso, compreende-se que os fatores e atividades em conjunto se apresentam como a principal fonte para o estresse no profissional. Em virtude das exaustivas demandas dirigidas ao professor, acaba-se criando uma condição que de modo final afeta toda a sua esfera funcional, inclusive a sua saúde mental.

## 2.2 O ADOECIMENTO MENTAL E O ESGOTAMENTO PROFISSIONAL

Segundo Mazzola et al. (2011), estudando sobre o estresse ocupacional, determinou-se que a categoria docente vivencia a sobrecarga de trabalho, a falta de tempo para conciliar as atividades, questões comportamentais dos alunos, burocracias institucionais, a execução de novas iniciativas pedagógicas e o impasse na relação com os supervisores como principais fatores de desgaste apresentados no exercício profissional docente.

Nos demais estudos publicados sobre o trabalho docente foram sinalizadas a incidência de déficits mentais, tais como ansiedade e depressão, o recorrentemente presente estresse, a SB, doenças osteomusculares (DORT), dentre outros problemas, com o conseqüente aumento das doenças físicas e mentais no professor a partir de 2000 (FREITAS; CRUZ, 2008).

Em estudos de pesquisa, do Vale e Aguilera (2016) apontam que o estresse e o acometimento da SB são os motivos primordiais ocasionados no professor para o afastamento do ofício da categoria docente. A SB pode ser compreendida como um esgotamento profissional, aquele estresse insistente, bem como relacionada às excessivas demandas no trabalho e sua cansativa rotina diária, resultado de constante pressão emocional e o comprometimento com clientes por significantes intervalos de tempo.

Os professores passam a viver constantemente na dualidade de serem responsáveis pela reprodução de uma cultura dominante individualista e também por personificarem as esperanças de mobilidade social. Teoricamente, as instituições de ensino têm o papel de formar indivíduos para serem seres humanos independentes, críticos e capazes de atuar na sociedade para torná-la melhor e também melhorar sua qualidade de vida. No entanto, as mudanças no contexto social e econômico alteraram significativamente o papel do professor e as exigências pessoais e do meio em relação à eficácia de sua atividade (BRUN et al., 2012).

Enquanto a valorização dos professores arrefece, incrementa-se a quantidade de atividades a serem realizadas por estes profissionais. O docente vem assumindo funções multifacetadas, além daquelas habitualmente relacionadas à sua profissão, sendo sobrecargas e desestímulos (GASPARINI et al., 2005).

Segundo Batista (2010), em face de tantas exigências impostas ao professor, o profissional acaba dispondo de um conjunto de demandas que não fazem de

forma integral parte de suas atribuições enquanto docente, desempenhando continuamente o papel de provedor dos alunos em relação a questões sociais e emocionais, além de o convívio com os pais, gestores e sociedade, além da rotina de trabalho realizada à sombra de fatores estressantes, tais como: baixa remuneração financeira, carência de recursos e materiais pedagógicos para trabalhar, carga horária excessiva, salas de aulas superlotadas, a falta de segurança, fatores estes que configuram o sofrimento mental dos trabalhadores docentes.

Conforme Torres (2018), o profissional docente encara muitos desafios e submete-se a grandes responsabilidades na profissão, consagrando-se a das categorias profissionais mais propensas ao aparecimento do sofrimento mental. O estudo citado caracteriza a exploração e precariedade existentes nas condições de trabalho do professor, resultando em grave prejuízo à saúde dos trabalhadores, onde observa-se o adoecimento de forma progressiva entre os docentes nos últimos anos, com uma gama de estudos apontando o sofrimento mental como uma das formas mais preeminentes deste adoecimento, ligados às novas condições trabalhistas.

Cita Esteves (1999) que o sofrimento dos professores é caracterizado sob uma conjuntura manifestada por sinais do físico e da psique, bem como o estresse insistente, a ansiedade, depressão, a falta de estímulo ao realizar as atividades laborais, fadiga constante e uma nova expressão incrementada no meio pedagógico, a expressão 'mal-estar' docente.

A OMS (2001) define a saúde mental como “não simplesmente a ausência de doença ou enfermidade”, mas como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social”. Nos últimos anos, essa definição ganhou um maior destaque, em função de resultados com enormes progressos nas ciências biológicas e comportamentais. “Estes, por sua vez, aperfeiçoaram a nossa maneira de compreender o funcionamento mental e a profunda relação entre saúde mental, física e social” (RODRIGUES, 2015, p. 23).

Merloet et al. (2014) enfatizam que a ligação entre saúde mental e o trabalho docente evoluíram de maneira tão vertiginosa na última década que houve a necessidade de que outros conceitos fossem atribuídos para o entendimento acerca do sofrimento psíquico presente no exercício profissional, tendo sido usada como

intermédio para cessar ou diminuir o sofrimento, que antes visava o coletivo do trabalho, e agora, saindo do convencional para um direcionamento individual.

### 2.3 SÍNDROME DE BURNOUT NA DOCÊNCIA

Segundo Mazon et al. (2008) cerca de 96,5% dos trabalhadores docentes julgam o ofício estressante e acreditam que o fato esteja diretamente ligado ao aparecimento de 20,95% dos transtornos mentais, somando com uma significativa parcela de 74,1% dos docentes fazendo uso farmacológico antidepressivo.

Em função deste cenário crítico, pesquisadores se debruçaram sobre o estudo das situações do trabalho docente e sua influência sobre sua saúde desde a década de 80. Estes estudos chamaram atenção sobre os males que o trabalho docente poderia causar, tanto física quanto mentalmente. Relata-se ainda “o fato de que as escolas terem se tornado um lugar inseguro e desprotegido devido à violência existente dentro e fora desses estabelecimentos de ensino, o que representa mais uma fonte importante de estresse na escola” (CRUZ et al., 2010, p. 32).

O resultado de toda dedicação e o trabalho exercido pela categoria é o agravo à saúde mental e física dos docentes, transformando o ofício, que deveria gerar prazer em sofrimento e esgotamento profissional (FERREIRA, 2011). No Brasil existem regulamentações e políticas que norteiam o diagnóstico de diversas doenças ocasionadas no âmbito do trabalho; em especial, encontra-se a SB ou Síndrome do esgotamento profissional, doença frequentemente presente nos profissionais da atualidade, essencialmente os que se dedicam de forma integral ao cuidado e trabalho com pessoas, aponta Moraes (2016).

Segundo Jbeili (2008), Burnout é um termo original do inglês, constituído pela associação de duas palavras: *Burn* que tem significado de “queimar” e *Out* que se refere a “fora”, “exterior”. Com a junção dos termos, a tradução literal significa “queimar para fora” ou “queimar de dentro para fora”, sendo entendida de forma sucinta como “combustão completa”, dando início aos aspectos psicológicos, complementando com problemas físicos, comprometendo assim integralmente o desempenho do profissional. Posteriormente, a expressão Burnout foi empregada por profissionais da saúde com o intuito de designar o estado debilitado e comprometido dos pacientes usuários de drogas.

Segundo Dantas et al. (2012), a exaustão emocional é a revelação da síndrome mais familiar na literatura, além de ser a característica central da doença. Está diretamente ligada a sensação de fadiga, que é apontada como um componente importante de estresse da SB, e o esgotamento da energia emocional, incapacitando o profissional a ter uma progressividade no seu ambiente de trabalho.

Segundo Arraz (2018), a SB trata-se de um grave problema que atualmente atinge os profissionais que mantêm contato constante com pessoas, surgindo a partir da relação excessiva com esses indivíduos, fazendo com que os mesmos percam o sentido de sua relação com a profissão. A grande incidência encontra-se entre os profissionais da área da educação e da saúde, devido às características dessas profissões, que exigem contato permanente com outros indivíduos.

De acordo com Moraes (2016), o estresse é continuamente confundido com problemas psicossomáticos. Estar associado apenas a isso é um equívoco, por isso a necessidade de compreender o limiar do estresse, que tem relação direta ao bem estar profissional e ao seu ambiente de trabalho.

A SB não terá sempre um diagnóstico com determinada prontidão por não se tratar de um assunto muito comentado, sendo constantemente confundida com o estresse diário. No, no entanto, a SB já está preconizada de forma regulamentada, com seu atendimento garantido como a síndrome do esgotamento profissional, devido ao surgimento significativo de doenças ocupacionais (MORAES, 2016). Segundo Pereira (2016), o profissional docente mais predisposto ao Burnout não é aquele que deixa as suas obrigações, mas o que realiza com destreza e excelência as atividades pedagógicas. Sempre em busca da perfeição, os profissionais enchem-se de expectativas que futuramente acabam sendo frustradas, progredindo para quadro de depressão.

#### 2.4 PRINCIPAIS SINAIS E SINTOMAS DA SÍNDROME DE BURNOUT

Estudo desenvolvido por Lara (1999) aponta que a SB acarreta respostas em quadro âmbitos: psicossomáticos, comportamentais, emocionais e defensivos, sendo que cada um desses apresenta seus sinais e sintomas. A fim de sistematizar essas informações, foi elaborado o quadro abaixo:

**Quadro 1: Respostas da síndrome de Burnout, com respectivos sinais e sintomas.**

<b>RESPOSTAS DA SÍNDROME DE BURNOUT</b>	<b>SINAIS E SINTOMAS</b>
<b>PSICOSSOMÁTICOS</b>	Cefaleia, dispneia, fadiga crônica, tremores, sudorese fria, úlceras, mialgia cervical e dorsal, hipertensão, alterações de ciclos menstruais.
<b>COMPORTAMENTAIS</b>	Absenteísmo, isolamento social, impotência, alteração no humor, comportamento violento, uso de drogas, impedimento de relaxar.
<b>EMOCIONAIS</b>	Distanciamento afetivo, precipitação, vontade de desistência do trabalho, nervosismo, falta de concentração, eficiência, diminuição da produtividade no trabalho, sensação de incompetência, baixa autoestima.
<b>DEFENSIVOS</b>	Negação das emoções, ironia e atenção seletiva.

**Fonte:** Lara (1999).

Além disso, é preciso ponderar que, segundo Moraes (2016), SB e estresse não são sinônimos, devendo haver uma precisão diagnóstica para definir se realmente se trata de um quadro neurológico ou não. Além disso, a esparsa compreensão por parte dos indivíduos acerca do reconhecimento da SB se torna um fator agravante.

De acordo com Moraes (2016), a SB é marcada por significativo estado de tensão emocional e estresse crônico desencadeados por condições degradantes de trabalho. Ainda segundo o autor, a SB é responsável por isolamento, agressividade, alterações do humor, irritabilidade, ansiedade e déficit de memória afetando não só aqueles que padecem da síndrome, mas também os familiares e pessoas próximas.

## 2.5 CONSEQUÊNCIAS DA SÍNDROME DE BURNOUT

As consequências da SB são profusas, já que esta está inserida na esfera física, psicológica e comportamental do profissional em questão. Nas pesquisas referentes à síndrome, são considerados como aspectos significantes a idade, bem como a área de atuação do indivíduo (PEREIRA, 2016).

Um assunto consideravelmente importante abordado por Carlotto (2002) sobre a SB é a solidão existente na rotina do docente e a falta de consideração de comunidade, que geralmente está presente no trabalho docente, ocasionando vulnerabilidade, tornando o professor mais propenso ao Burnout.

Com a rotina exaustiva que os professores enfrentam, tais profissionais se sentem consumidos fisicamente e emocionalmente por não conseguirem conciliar as atividades e o tempo como antes. O estresse acometido pelo professor dentro e fora de sala de aula tem sido alvo de estudos, que enfatizam a relação significativa entre o profissional docente e a SB (PEREIRA, 2016).

Pereira (2016) indica que a SB “pode levar à falência da educação”, devastação e ruína à sociedade, pois aponta a incidência do Burnout em profissionais professores de forma progressista. Em decorrência da fadiga e do esgotamento profissional, há impacto expressivo na autoestima do docente, que conseqüentemente acaba perdendo a qualidade de vida nas demais esferas, como por exemplo nos ambientes social, familiar, conjugal e profissional.

## 2.6 TRATAMENTO

Conforme Pereira (2016), a SB é reconhecida pela OMS e pelas leis brasileiras como Doença Ocupacional, e por isso admite-se o isolamento do trabalho para a terapêutica. Mas a problemática central se situa na dificuldade do diagnóstico, sendo eventualmente confundida com depressão, estresse e fadiga.

A SB é passível de terapia farmacológica, que inclui analgésicos, ansiolíticos e antidepressivos conforme cada caso, prescrito e acompanhado pelo profissional médico, aponta Pereira (2016). Nesse sentido, Jbeiliet et al. (2008) apontam que

A medicação estará de acordo com a necessidade apresentada pelo paciente, pois em muitos casos ele pode apresentar problemas biofisiológicos compreendendo dores, alergias, alteração na pressão arterial, problemas cardíacos, insônia, entre outros. Por esse motivo, a medicação (analgésicos, ansiolíticos e antidepressivos) será administrada conforme os sintomas do paciente. Lembre-se que o médico é o profissional capacitado e habilitado para prescrever a intervenção medicamentosa mais adequada, sendo desaconselhável toda e qualquer tentativa de automedicação (JBEILI, 2008, p. 8).

Segundo Silva e Salles (2016), o tratamento geralmente é feito através de ação farmacológica (medicamentos antidepressivos) e terapia, acrescentando que



atividades físicas e tratamentos alternativos vêm ganhando destaques em casos de estresse na lida com o Burnout.

### 3 CONSIDERAÇÕES METODOLÓGICAS

O presente estudo se caracteriza como uma revisão integrativa da literatura, cujo objetivo é analisar os estudos científicos sobre a Síndrome de Burnout (SB) no trabalho docente. Trata-se, então, de um tipo de revisão que busca condensar informações sobre um determinado tema, concedendo a integração de estudos diversos para a percepção do fenômeno analisado, direcionando a prática, fundamentando-a no conhecimento (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

Ainda nesse sentido, conforme Souza, Silva e Carvalho (2010) mostram, a revisão integrativa é realizada em seis fases. A primeira fase dá-se pela elaboração da pergunta norteadora, considerada a etapa mais importante da pesquisa, pois irá definir quais serão os estudos. A segunda fase constitui-se na busca ou amostragem na literatura, ou seja, relacionadamente à primeira etapa; a busca ampla e diversificada em base de dados, contemplando a pesquisa científica em bases eletrônicas, busca manual em periódicos, as referências mencionadas e aplicação do material não publicado. A terceira fase é a caracterizada pela coleta de dados. Para extrair os dados dos artigos selecionados, é necessário, através de um instrumento, assegurar que a totalidade dos dados relevantes seja extraída, minimizar o risco de erros na transição, garantir precisão na checagem das informações e inclusão do grupo participante do estudo. Os dados devem incluir: atuação dos sujeitos, metodologia, tamanho da amostra e método de análise e conceitos embasados aplicados.

A quarta fase faz parte da avaliação crítica dos estudos incluídos na revisão. Etapa similar à análise de dos dados das pesquisas, ou seja, demanda uma interpretação organizada para tratar o vigor de cada estudo. Contando com a experiência clínica do pesquisador, que favorece a análise crítica da revisão da literatura e na apuração dos métodos adotados e resultados. A quinta fase é caracterizada pela discussão dos resultados. Esta etapa refere-se à interpretação dos resultados evidenciados na análise dos artigos incluídos no referencial teórico. Além de apontar conclusões e implicações resultantes da revisão, é possível delimitar prioridades para estudos e pesquisas futuras, protegendo sempre a validade da revisão integrativa. A sexta fase e última etapa é a apresentação da revisão integrativa, a síntese do conhecimento. Na apresentação é de forma clara, de forma sucinta e completa, para permitir que o leitor avalie pontualmente os

resultados da pesquisa. Deve incluir informações detalhadas e pertinentes, baseadas em metodologias contextualizadas para uma melhor compreensão. É contemplada a visualização dos dados da pesquisa e dos achados de forma eficaz (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

Para a presente revisão integrativa, formulou-se a seguinte questão: O que tem sido publicado na literatura sobre a Síndrome de Burnout (SB) no trabalho docente?

A estratégia de pesquisa foi baseada na busca de artigos em cinco bases de dados: Lilacs (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), PUBMED, MEDLINE, Scielo (ScientificElectronic Library Online) e na BVS (Biblioteca Virtual em Saúde). Os estudos incluídos para análise basearam-se nos seguintes critérios: a) possuírem dados secundários; b) publicados entre 2010 e 2020; c) artigos acessíveis na íntegra e em língua portuguesa; e, por fim, e) terem relação com a temática. Como critérios de exclusão: artigos repetidos nas bases de dados, artigos de pesquisa bibliográfica e de reflexões, teses ou dissertações.

Destaca-se que a adoção do recorte temporal nos últimos 10 anos refere-se ao fato de representar uma janela temporal ampla que possibilitasse a coleta de estudos que representassem a produção científica acerca deste tema, tendo em vista que, previamente, identificou-se que as pesquisas nessas áreas ainda são incipientes.

Os descritores utilizados foram gerados a partir da lista de Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), todos combinados, conforme a descrição e aproximação de sentido, para poder realizar o cruzamento nas bases de dados, sendo os termos utilizados: “Burnout” em língua portuguesa, “Docência” em língua portuguesa e “Estresse” em língua portuguesa, com cruzamento dos operadores de pesquisa (Booleano): AND.

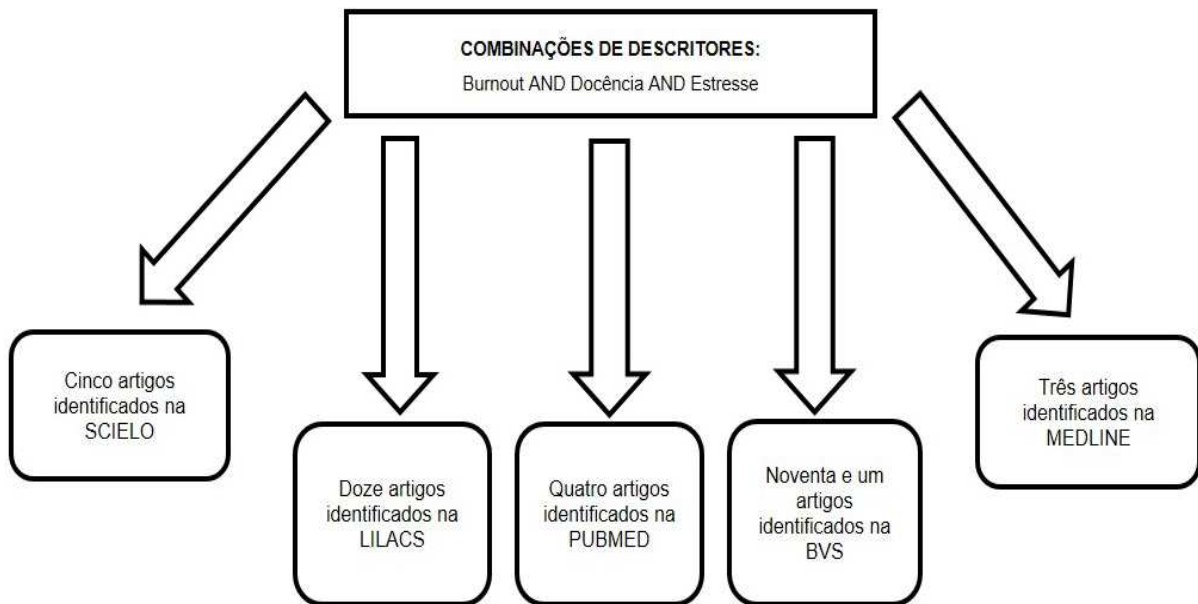
## 4 RESULTADOS

A coleta foi realizada em Outubro de 2020, sendo esta realizada por duas etapas: a primeira deu-se na busca avançada nas bases de dados, exemplificando o quantitativo dos artigos, onde foram encontrados 115 estudos distribuídos nas bases de dados utilizadas para a pesquisa. De início, na LILACS foram identificados 12 artigos, onde três foram escolhidos por contemplar o tema em questão e oito foram excluídos, contendo um artigo em espanhol, três com mais de 10 anos de publicação, três com acesso indisponível, um repetido e um divergente do tema do presente estudo.

Na base de dados da Scielo, cinco foram encontrados na busca, onde dois foram escolhidos para fazer parte da pesquisa e três excluídos sob os critérios de inclusão e exclusão, sendo um repetido e um indisponível para acesso. Na Pubmed, foram encontrados quatro artigos, um em inglês e três em espanhol, sendo todos excluídos para o estudo. No banco de dados da Medline foram localizados três artigos, todos na língua inglês. Na BVS, 91 artigos foram encontrados, 61 publicados há mais de 10 anos, 12 publicados nos idiomas inglês e espanhol, quatro repetidos, sete indisponíveis para acesso e cinco com temas divergentes, apenas dois artigos foram selecionados ao aplicar os critérios de inclusão e exclusão. Assim, a amostra foi composta por 07 artigos.

O fluxograma abaixo ilustra o quantitativo de artigos identificados em cada base de dados:

**Figura 1:** Combinação de descritores utilizados para a pesquisa, com o quantitativo de artigos identificados em cada base de dados, Mossoró-RN, 2020.



Fonte: dados da pesquisa (2020).

A segunda etapa se deu pela leitura de cada um dos artigos, preenchendo um instrumento eficaz contendo as seguintes informações da pesquisa: título, autores, ano de publicação, tipo da pesquisa e principais resultados, bem como o quantitativo de artigos encontrados nas bases de dados.

No quadro 2, disposto logo abaixo, apresentam-se, de forma sistemática, as principais informações acerca dos artigos que integram esta revisão integrativa da literatura:

**Quadro 2:** Relação dos estudos incluídos na revisão segundo título, autores, ano de publicação, base de dados, objetivos, tipo de pesquisa e principais resultados, Mossoró-RN, 2020.

TÍTULO	AUTOR (ES)	ANO	BASE DE DADOS	OBJETIVO	TIPO DE PESQUISA	PRINCIPAIS RESULTADOS
Docência em Enfermagem: insatisfações e indicadores desfavoráveis	Corral-Mulato et al.,	2010	Scielo	Identificar e analisar entre docentes de um curso de graduação em Enfermagem os momentos de insatisfação e os indicadores desfavoráveis de sua profissão e a relação entre esses	Estudo descritivo-exploratório de abordagem qualitativa	A insatisfação na profissão compreendeu principalmente, duas categorias: questões éticas e o excesso de atividades, categorias que também foram identificadas como

				elementos.		indicadores desfavoráveis da profissão.
Prazer e Dor na Docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout	Andrade e Cardoso	2012	SciELO	Apresentar algumas reflexões acerca dos principais fatores de risco para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout entre os docentes, a fim de compreendê-los dentro de um processo de desgaste físico-emocional em decorrência do trabalho.	Revisão bibliográfica, de natureza qualitativa.	É necessário aprofundar o conhecimento sobre a manifestação do estresse ocupacional entre os docentes, a fim de se compreender e elucidar alguns problemas enfrentados por essa atividade, como a insatisfação profissional, o baixo rendimento no trabalho, o absenteísmo e algumas doenças ocupacionais, dentre elas o Burnout.
A representação social e os significados dos docentes sobre a síndrome de Burnout na dimensão da exaustão emocional.	Cerdeira	2013	BVS	Buscou-se conhecer o perfil sociodemográfico e a representação social dos docentes com SB, na dimensão da Exaustão Emocional (EE).	Estudo exploratório e qualitativo	A análise dos significados identificou 04 categorias: Relacionamento, expressa as relações interpessoais; Tempo, relata a dificuldade de administração; Atividade Profissional, expressa o ato de ser professor; e Estresse, expressa os efeitos da docência. Observou-se uma relação direta com os professores e o reconhecimento de uma realidade desconhecida,

						sujeitando-os a dificuldades no diagnóstico e tratamento da síndrome, requerendo ações e medidas de prevenção e educação junto aos docentes e a IES.
Preditores da Síndrome de Burnout em docentes do ensino privado	Dalagasperina et al.	2014	BVS	Identificar os fatores de estresse laboral e as variáveis sócio-demográficas preditoras da Síndrome de Burnout.	Coleta de dados com método quantitativo de caráter correlacional e explicativo.	Há uma necessidade de planejamento de Algumas intervenções que possam auxiliar na prevenção e redução desse adoecimento no grupo em foco. As intervenções em saúde mental no trabalho do professor podem englobar os níveis individual, grupal e organizacional e que o mais indicado seriam tomar medidas que envolvam conjuntamente esses níveis.
Fatores que prevalecem ao esgotamento profissional em professores	Silva et al.	2016	Lilacs	Verificar a prevalência e os fatores associados à síndrome do esgotamento profissional nos professores da rede pública dos Ensinos Infantil, Fundamental e Médio.	Estudo descritivo, quantitativo e de corte transversal	Observou-se que o cargo do professor interfere na percepção em relação ao trabalho
<i>Burnout</i> , estresse,	Baptista et	2019	SciELO	Investigar variáveis que se	Estudo descritivo,	Idade, eventos

depressão e suporte laboral em professores universitários	al.			associam ao <i>burnout</i> em professores universitários, possíveis preditores e diferenças de média nos níveis de <i>burnout</i> entre docentes de universidades públicas e privadas.	quantitativo e de corte transversal	estressantes, suporte laboral e depressão foram as variáveis que apresentaram correlações com a SB e suas categorias. De forma geral, os eventos estressores e a sintomatologia depressiva foram os preditores significativos da SB na amostra e professores de universidade pública demonstram maior nível de desgaste psicológico em comparação aos de universidades privadas.
Síndrome de Burnout em docentes: Revisão integrativa sobre as causas	Dias et al.	2020	BVS	Identificar na literatura científica as causas da síndrome de Burnout em profissionais docentes	Revisão integrativa da literatura	Principais causas da síndrome de Burnout em professores: falta de ambiente com estrutura física adequada, desinteresse de alunos, inflexibilidade nas relações, insatisfação profissional, exaustão emocional, inversão de valores sociais, violência nas escolas, escassa atividade de lazer, desvalorização profissional e



						salarial, regime de trabalho horista, dentre outras.
--	--	--	--	--	--	--

**Fonte:** dados da pesquisa (2020).

## 5 DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Trabalhar faz parte da natureza humana. Com o tempo novas reflexões surgiram acerca do trabalho docente, como as possibilidades sociais e individuais que esse exercício profissional pode trazer para a categoria profissional (DRUMOUND, 2002).

Relatou-se que a maneira como a categoria docente lida com esse cotidiano potencialmente adverso à sua natureza pode repercutir de forma negativa, acarretando nesses profissionais problemas físicos e psíquicos. Dentre os problemas de saúde que mais acometem os professores atualmente é a SB, caracterizada pelo esgotamento profissional e exaustão emocional. É perceptível a forma como esses profissionais são acometidos pelo estresse laboral e o quanto ficam sobrecarregados com as demandas sócio-educativas, evidenciando a forma como problemas podem interferir diretamente na qualidade do ensino ofertado e na improdutividade na carga horária de trabalho (SILVA, 2017).

No Brasil, os dados governamentais mais recentes sobre o tema, divulgados em 2017, indicam que aproximadamente 4,2 milhões de pessoas foram afastadas do trabalho, das quais 3.852 em decorrência da SB. A divulgação de pesquisas que envolvem a SB nas inúmeras ocupações que existiam no Brasil culminou com o reconhecimento como um problema clínico, uma psicopatologia de cunho ocupacional, estando presente na 10ª revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID – 10) sob o código Z73.0 (COSTA, 2017).

Foi observado que a ansiedade, a depressão e estresse são principais fatores que prejudicam a atividade docente e são responsáveis por 46% de absenteísmo na profissão (BAPTISTA, 2019).

Em faces dos levantamentos sobre a relação da SB com o estresse, foi possível destacar que o estresse laboral é o *feedback* da sobrecarga de tensão exercida externamente no ambiente de trabalho. A maneira como esse profissional docente está inserido no seu trabalho levando em consideração os impactos que originam o estresse pode desencadear um esgotamento profissional, podendo o levar a doenças de caráter psíquico e emocional (SANTOS; DAVID, 2011).

Ao analisar, percebeu-se também que a falta do reconhecimento do trabalho docente por parte dos discentes tendem a induzir ao distanciamento afetivo dos professores (DALAGASPNERINA, 2014).

Então, usando como referência a literatura e os resultados desta pesquisa, foi possível confirmar a presença de fatores decisivos para o desencadeamento da Síndrome de Burnout entre professores como, por exemplo, o estresse laboral, a sobrecarga de atividades, sua jornada de trabalho excessiva, a remuneração por horas trabalhadas, a violência instaurada nas instituições de ensino, insultos e desrespeito contra o profissional professor em sala de aula, a idade do professor associada à falta de experiência profissional, a falta de tempo para se relacionar com pessoas numa realidade fora daquele espaço educacional, e entre outros fatores, ocasionando assim a SB.

Com isso, os estressores ocupacionais têm ocasionado implicações não apenas a refletir no trabalho docente, mas, principalmente no adoecimento do profissional, podendo haver mudanças consideravelmente nas funções psicológicas, comportamentais e fisiológicas (DIAS, 2020).

No que se remete à imagem do professor, Jesus (2004) acredita que o desprestígio da imagem social dos docentes está associado à alteração do seu papel tradicional no ambiente escolar, considerando que por muito tempo a instituição de ensino foi lugar de transmissão de saberes enciclopédicos atribuídos aos poucos que tinham a oportunidade de poder estudar e era vista como um meio de avanço econômico e social. Embora hoje as instituições já não tenham estes significados.

Ainda na mesma linha de raciocínio, o autor Jesus considera que as dificuldades que enfrentam os professores no trabalho docente são agravadas também por uma formação inicial que impulsiona uma visão idealizada do trabalho e ensino, que desavenha das situações concretas encontradas na prática diária das instituições onde trabalham. Sendo assim a visão contribui para um “choque de realidade” que, acomete profissionais docentes de todas as faixas etárias, principalmente os professores iniciantes no ramo da docência (JESUS, 2004).

Foi destacado que o professor assume diversas funções na docência, inclusive as burocráticas, culminando a sensação de desrespeito, principalmente quando estas atribuições destinadas ao profissional são desnecessárias ou não relacionadas à função de sua profissão, causando assim além do estresse, uma sensação de insatisfação com o seu trabalho (CORRAL-MULATO et al., 2010).

E no que se refere ao trabalho docente, observou-se que as responsabilidades e exigências que são estabelecidas sob competência dos

profissionais têm aumentado notavelmente nos últimos anos. Correspondendo uma rápida transformação do contexto social, o qual tem sido traduzido em uma modificação do papel do professor, onde este apresenta-se em sociedade como um hospedeiro que abriga esse estresse laboral em seu corpo vivido dia após dia.

Acredita-se que a carga horária que o professor emprega também indica ser um agravante problema associado à exaustão emocional e estresse laboral, pelo aumento no quantitativo de turmas, horários estendidos em sala de aula e até a falta de tempo para se comunicarem entre eles pode resultar nos docentes um sentimento de esgotamento emocional (PATRÍCIA, 2012).

Em face da massiva sobrecarga de trabalho imposta aos profissionais docentes, pode se destacar que estes profissionais têm impactos na saúde mental ocasionados pela SB, e isso faz refletir sob a condição de trabalho e a qualidade de vida do profissional professor, ao fato de perceber o quão importante seria se este tivesse a saúde física e mental preservada, visto que através desse contexto de funcionamento conseguiria apontar de forma mais detalhada o alto nível de estresse ao qual a categoria docente é diariamente submetida.

Observou-se, segundo relato de Alves (2010) que além dois professores terem empatia pela profissão docente, os trabalhadores afirmam que sentem prazer no ofício. Escolheram o magistério pelo amor de ensinar os que lhe foram ensinados, e, especialmente, que se sentem realizados completos e satisfeitos com aprendizagem dos seus alunos e satisfação dos mesmos em sala de aula.

Foi possível observar, através do autor supracitado que a satisfação no trabalho é um estado psicológico decorrente da percepção do aluno, por exemplo, as atividades por ele desenvolvidas surtirão efeito e atenderão ou não a valores consideravelmente importantes, o que permitirá ao profissional docente refletir que possivelmente o processo ensino aprendizagem seja de fato, satisfatório e reconhecido pela classe de estudantes como um valor, dando-lhe ao professor a razão de fazer parte da categoria docente.

A maneira como esse profissional docente está inserido no seu trabalho levando em consideração os impactos que originam o estresse pode desencadear um esgotamento profissional, podendo o levar a doenças de caráter psíquico e emocional.

Observou-se na pesquisa que o estresse laboral com o que o professor lida diariamente progride para a SB, a começar por três pontos principais: exaustão

emocional, o esgotamento emocional, e a despersonalização relacionado à falta de sensibilidade às questões existentes na caminhada do desse trabalhador.

E, mesmo que a questão do esgotamento profissional e estresse laboral não sejam assuntos novos no cotidiano, muitos profissionais docentes ainda evitam a busca direcionada pela ajuda profissional, mesmo apresentando sinais e sintomas da SB, com isso, acabam facilitando o processo de adoecimento físico e mental, sendo fortes candidatos a entrarem no estágio crônico e avançado da doença, pois, é importante destacar que a SB vem se apresentando com alta prevalência na categoria docente.

## 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nesta pesquisa de revisão integrativa da literatura, sob a análise dos artigos selecionados, foi possível identificar alguns fatores existentes associados ao estresse laboral e principais causas da SB presentes no trabalho docente, são elas: sobrecarga de trabalho, carga horária extensa, exaustão emocional, falta de tempo para lazer, desânimo, salas de aulas superlotadas, desinteresse dos alunos em sala de aula, insatisfação profissional, desvalorização na profissão, baixa remuneração, pressão exercida pelos gestores e coordenadores, falta de tempo para se relacionar fora do ambiente escolar, desempenhar tarefas que não são do ofício, despersonalização, insegurança, ansiedade.

No tocante a este estudo, foi possível responder à questão da pesquisa, bem como alcançar o objetivo levantado no trabalho, onde foi analisado nos artigos a SB nos profissionais professores.

Foi possível destacar também que os profissionais educadores que estão em trabalho direto e interação com as pessoas estão passíveis e vulneráveis a evoluir com quadro de SB, de forma aguda ou crônica. Por isso é importante destacar a grande relevância do assunto no que se refere SB no trabalho docente e observar a necessidade das instituições de ensino delinear atividades voltadas à saúde mental do professor.

Tendo como objetivo elaborar métodos eficazes voltados à prevenção da saúde dos docentes, e desenvolver tarefas positivas para que esses profissionais possam combater ao estresse laboral e conter o considerável desenvolvimento da SB na categoria docente, minimizando esses fatores prejudiciais à saúde, uma vez que a SB é considerada grande problema de saúde e importante causa de afastamento no trabalho docente. Desta maneira, os professores precisam de atenção voltada à preservação da saúde mental, visto que os impactos ocasionados pela síndrome podem afetar diretamente na qualidade de ensino ofertada e convivência social.

Espera-se que esta pesquisa proporcione a sensibilização dos professores e população em geral quanto aos impactos da SB, que o resultado deste estudo acerca da SB na docência promova um auto-cuidado para o público alvo, e, que possa de forma positiva auxiliar no levantamento de novas estratégias e promoção à

saúde mental dos professores no combate ao estresse laboral e a SB, com intuito de melhorar a qualidade de vida dos docentes.

## REFERÊNCIAS

- ANDRADE, P. S. D; CARDOSO, T. A. D. O. prazer e dor na docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout. **Saúde e Sociedade**, São Paulo, v. 21, n. 1, p. 1-12, mar., 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/sausoc/v21n1/13.pdf> Acesso em: 10 out. 2020.
- BAPTISTA, M. N. *et al.* Burnout, estresse, depressão e suporte laboral em professores universitários. **Revista Psicologia: organizações e trabalho**, São Paulo, v. 19, n. 01, p. 564-570, 2019. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpot/v19n1/v19n1a08.pdf> Acesso em: 10 set. 2020.
- BATISTA, J. B. V.; CARLOTTO, M. S.; MOREIRA, A. M. Depressão como causa de afastamento do trabalho: um estudo com professores do ensino fundamental. **Psico**, Porto Alegre, p. 257-267, 2013.
- CAMPOS, T. C.; VÉRAS, R. M.; ARAÚJO, T. M. de. Trabalho docente em universidades públicas brasileiras e adoecimento mental: uma revisão bibliográfica. **Revista Docência do Ensino Superior**, Belo Horizonte, v. 10, p. 1-19, 2020.
- CORTEZ, P. A. *et al.* A saúde docente no trabalho: apontamentos a partir da literatura recente. **Cadernos Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 1, p. 113-122, 2017. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1414-462x201700010001> Acesso em: 30 maio 2020.
- DALAGASPERINA, P.; MONTEIRO, J. K. Preditores da Síndrome de Burnout em Docente do ensino privado. **Psico-USF**, Bragança Paulista, v. 19, n. 2, p. 265-275, ago./2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/pusf/v19n2/a09v19n2.pdf> Acesso em: 13 out. 2020.
- DIAS, B. V. B; SILVA, D. A., P. S. D. S. Síndrome de Burnout em docentes revisão integrativa sobre as causas. **Cuidarte Enfermagem**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 01, p. 95-100, 2020. Disponível em: <http://www.webfipa.net/facfipa/ner/sumarios/cuidarte/2020v1/p.95-100.pdf> Acesso em 16 out. 2020.
- DIEHL, L.; MARIN, A. H. Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, São Paulo, v. 7, n. 2, p. 64, 2016. Universidade Estadual de Londrina. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5433/2236-6407.2016v7n2p64> Acesso em: 25 set. 2020.
- FREITAS, C. C. **Incidência da síndrome de Burnout em enfermeiros de uma unidade hospitalar do estado do Rio Grande do Norte**. 2020. 56 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Enfermagem, Programa de Pós-graduação em Saúde e Sociedade, Universidade do Estado do Rio Grande do Norte, Mossoró, 2020.



GASPARINI, S. M.; BARRETO, S. M.; ASSUNÇÃO, A. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde: **Educação e Pesquisa**, Belo Horizonte, v.31, n.2, p 189-199, maio, 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1517-97022005000200003> Acesso em: 11 maio 2020.

GOUVEA, L. A. V. N. de. As condições de trabalho e o adoecimento de professores na agenda de uma entidade sindical. **Saúde em Debate**, Rio Janeiro, v. 40, n. 111, p. 206-219, dez., 2016. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0103-1104201611116> Acesso em: 30 jun. 2020.

TRIGO, T. R.; TENG, C. T.; HALLAK, J. E. C. Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. **Revista de Psiquiatria Clínica**, São Paulo, v. 34, n. 5, p. 223-233, dez., 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0101-60832007000500004>. Acesso em: 16 out. 2020.

ILVA, E. Adoecimento e Sofrimento de Professores Universitários: dimensões afetivas e ético-políticas. **Psicologia: teoria e prática**, São Paulo, v. 17, n. 1, p. 61-71, abr., 2015. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.15348/1980-6906/psicologia.v17n1p61-71> Acesso em: 20 ago. 2020.

LIMA, E. J. C.de J. DOCENCIA E A DEPRESSÃO: FATORES PREDOMINANTES NO PROCESSO. **Educere**, Brasília, v. 6, p. 10586-10596, 2018.

MEIR, L. C.; ARAUJO, E. K. M. de; CARVALHO, J. R. M. de. Síndrome de burnout: suscetibilidade em enfermeiros atuantes na urgência e emergência de um hospital público de Campina Grande, PB. **Revista Eletrônica Gestão e Saúde**, João Pessoa, v. 2, p. 1289-1320, 2015.

NOGUEIRA, L. de S. *et al.* Burnout and nursing work environment in public health institutions. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 71, n. 2, p. 336-342, abr., 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0524> Acesso em: 30 jun. 2020.

ROSENO, D. A. **Caracterização da Síndrome de Burnout em enfermeiros de cinco municípios do sertão paraibano**. 2019. 48 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Enfermagem, Programa de Pós-graduação em Saúde e Sociedade, Universidade do Estado do Rio Grande do Norte, Mossoró, 2019.

ROSENO, D. A.; CAVALCANTI, J. R. L. de P.; FREIRE, M. A. Caracterização da síndrome de burnout em enfermeiros em municípios do interior do Estado da Paraíba – Brasil. **Revista Ciências em Saúde**, João Pessoa, v. 10, n. 1, p. 23-30, fev., 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.21876/rcshci.v10i1.877> Acesso em: 15 jun. 2020.

SILVA, L. C.; SALLES, T. L. D. A. O estresse ocupacional e as formas alternativas de tratamento. **Revista de Carreiras e Pessoas**, São Paulo, v. 6, n. 2, p. 234-247, maio, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.20503/recape.v6i2.29361>. Acesso em 13 out. 2020.

SILVA, M. E. P. da. Burnout: por que sofrem os professores? **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 1, n. 6, p. 89-99, 2006. Disponível em: <http://www.revispsi.uerj.br/v6n1/artigos/PDF/v6n1a08.pdf> Acesso em: 20 set. 2020.

SILVA, A. F. D. *et al.* Fatores que prevalecem ao esgotamento profissional em professores. **Caderno Brasileiro de Saúde Ocupacional**, São Carlos, v. 25, n.2, p. 333-339, out./2016. Disponível em <http://doi.editoracubo.com.br/10.4322/0104-4931.ctoAO0822> Acesso em: 16. Out. 2020.

SILVA, N. R.; BOLSONI-SILVA, A. T.; LOUREIRO, S. R. Burnout e depressão em professores do ensino fundamental: um estudo correlacional. **Revista Brasileira de Educação**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 8, p. 1-18, set., 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/s1413-24782018230048> Acesso em: 15 ago. 2020.

SOUZA, M.T. D.; SILVA, M. D. D.; CARVALHO, R. de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, São Paulo, v. 8, n. p. 102-106, mar., 2010. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/s1679-45082010rw1134> Acesso em: 10 mar. 2020.

THIELE, M. E. B. Condições de trabalho docente: um olhar na perspectiva do acolhimento. *In: Anais do IX Congresso Brasileiro de Educação*, Curitiba, p. 1-29, 2010.

TOSTES, M. V. *et al.* Sofrimento mental de professores do ensino público. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 42, n. 116, p. 87-99, jan., 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0103-1104201811607> Acesso em: 30 jun. 2020.

VALE, P. C. S. D; AGUILLERA, F. Estresse dos professores de ensino fundamental em escolas públicas: uma revisão de literatura. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, Salvador, v.5, n.1, p.86-94, fev., 2016; Disponível em: <http://dx.doi.org/10.17267/2317-3394rpsds.v5i1.712> Acesso em: 14 maio 2020.