

## A SÍNDROME DE BURNOUT E SEUS IMPACTOS NA VIDA DOS PROFESSORES DO ENSINO FUNDAMENTAL

Karina Cardoso Wonghon<sup>1</sup>  
Zuleika Leonora Schmidt Costa<sup>2</sup>

**Resumo:** Este estudo teve como objetivo realizar uma revisão da literatura narrativa sobre a Síndrome de Burnout e seus impactos na vida do Professor do ensino Fundamental, por meio do qual foi realizado um levantamento bibliográfico exploratório nas seguintes bases eletrônicas: Biblioteca eletrônica Scielo; Biblioteca virtual de saúde Pepsic bvsalud.org; Google Acadêmico; autores de artigos científicos e revistas especializadas. O problema de pesquisa buscou identificar de que forma os professores do Ensino Fundamental são acometidos pela síndrome de Burnout. Concluiu-se que a Síndrome de Burnout deteriora a saúde dos professores e suas relações sociais, além de levar a uma falta de perspectiva quanto à melhoria profissional e desestimular o desempenho laboral deles, fatos que produzem sofrimento intenso capaz de levá-los a abandonar a profissão.

**Palavras-chave:** Síndrome de Burnout. Esgotamento Profissional. Síndrome de Burnout em professores do ensino fundamental.

**Abstract:** *This study aimed to carry out a review of the narrative literature on the Burnout Syndrome and its impacts on the life of the Elementary School Teacher, an exploratory bibliographic survey was carried out on the electronic bases: Scielo electronic library, Pepsic virtual health library bvsalud.org, Google Scholar, authors of scientific articles and specialized magazines. Through a research problem that seeks to identify how primary school teachers are affected by Burnout syndrome. It is concluded that the Burnout Syndrome deteriorates the health of teachers and social relationships, the lack of perspective and stimulation produces intense suffering and leads to abandonment of the profession.*

**Keywords:** *Burnout Syndrome. Professional Exhaustion. Burnout Syndrome in elementary school teachers.*

---

<sup>1</sup> Estudante de Graduação em Psicologia pelo Centro Universitário Cenecista de Osório (UNICNEC).

<sup>2</sup> Psicóloga Doutora em Educação pela UNILASALLE, Ms. em Educação pela UFRGS, Professora orientadora.

## **Introdução**

É responsabilidade da escola e do professor socializar indivíduos, o sucesso nesse desempenho depende de boas condições emocionais dos profissionais docentes.

No mundo de hoje, dentre tantas crises, vivemos uma crise de valores. Na escola, os professores veem-se atualmente, diante de alunos que não querem aprender. O contexto social e cultural desses alunos coloca para a escola e seus professores novos dilemas focados na dimensão humana e relacional do ensino (NÓVOA, 2009 apud SILVA, 2011, p. 01).

Talvez estejamos vivendo atualmente, mais do que nunca, num outro sentido, a expressão cunhada por Perrenoud quando afirmou que a educação é um combate (PERRENOUD, 1999, apud SILVA, 2011, p.01).

O nível de agressividade dos alunos, a falta de postura, respeito aos professores e aos próprios colegas e ainda a falta de perspectiva leva ao desinteresse quase total pelo estudo. Estes são apenas alguns dos dilemas enfrentados silenciosamente no interior das escolas (SILVA, 2011, p. 02).

As condições impostas aos professores para a realização de seu trabalho produzem um quadro deficitário que produz desde abandono da carreira até o surgimento de problemas de saúde com sofrimento intenso durante o exercício da profissão. Segundo Melo (2019), a escola pública, sua rotina e seus sujeitos têm sido alvos de inúmeras investigações no intuito de se compreender as relações imersas no cotidiano escolar. Um dos temas bastante discutidos atualmente é sobre a rotina escolar e suas implicações para a saúde docente.

Os pesquisadores que se empenham em estudar essa temática, especificamente quanto à rotina das instituições de ensino, apontam que existe uma série de fatores que podem desencadear o “mal-estar” na saúde docente. É unânime o discurso de que o exercício da docência não deveria ser tão árduo, chegando ao ponto de ser concebido como um tormento. Como apontou Mendes (2007, apud MELO 2019, p.2), “Um dos sentidos do trabalho

é o prazer. Esse prazer emerge quando o trabalho cria identidade [...]”. Essa identidade “[...] permite que o trabalhador se torne sujeito da ação, criando estratégias, e com essas possa dominar o seu trabalho e não ser dominado por ele [...]” Mendes (2007, apud MELO 2019 p.2), afirma ainda que, “Para que o trabalho seja um instrumento de equilíbrio para o trabalhador, é preciso que a motivação (desejo) dê origem à satisfação (prazer)” (grifos do autor). Porém, o que acontece nas escolas é o inverso deste princípio.

Ao apresentar o presente estudo, pretende-se – através de uma revisão narrativa da literatura sobre a Síndrome de Burnout e seus impactos na vida dos professores do Ensino Fundamental – demonstrar de que forma os docentes são acometidos pela síndrome de Burnout.

A contemplação deste objetivo dar-se-á através de revisão narrativa, nas bases acadêmicas que tratam desta temática.

A presente pesquisa tem por objetivo analisar a Síndrome de Burnout e os impactos causados na vida dos professores do Ensino Fundamental, seus conceitos, critérios diagnósticos e legislação pertinente.

A síndrome de Burnout tem sido considerada como um dos grandes problemas sociais haja vista que, além de promover desgastes na saúde dos docentes, esta síndrome pode causar perturbações físicas e mentais nos trabalhadores.

Profissionais que mantêm uma relação constante e direta com outras pessoas, por um período de esforço excessivo em intervalos pequenos para recuperação estão mais propensos a uma exaustão prolongada, diminuição do interesse por suas atividades de trabalho e estado de exaustão física e emocional. Entre estes profissionais estão os professores, os quais são submetidos a vários estressores no contexto do trabalho, sendo um fenômeno composto por três dimensões: “[...] exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional, afetando o contexto educacional e processo de ensino-aprendizagem com sérias repercussões para o desenvolvimento social” (ARRAZ, 2018, p. 34).

Apesar da predominância do termo Burnout na maioria dos estudos, existem referências à síndrome com outras denominações a exemplo dos estresses laboral, profissional, assistencial, ocupacional assistencial ou simplesmente ocupacional, que evidenciam a maior incidência entre aqueles que se ocupam em cuidar de pessoas, independentemente do caráter profissional ou trabalhista. Existe também a expressão síndrome de queimar-se pelo trabalho ou desgaste profissional. No Brasil, são encontradas referências à neurose profissional ou neurose de excelência, ou síndrome do esgotamento profissional (SEP). Essa variedade de denominações para o mesmo agravo pode confundir e muitas vezes dificultar levantamentos de pesquisas na área (BENEVIDES-PEREIRA, 2003 apud BATISTA, 2010, P 47).

### **Metodologia**

Trata-se de um estudo de revisão narrativa da literatura de estudos qualitativos. A pesquisa foi realizada durante os meses de março a junho de 2020, sem recorte temporal.

A revisão da literatura narrativa, quando comparada à revisão sistemática, apresenta uma temática mais aberta; dificilmente parte de uma questão específica bem definida, não exigindo um protocolo rígido para sua confecção; a busca das fontes não é pré-determinada e específica, sendo frequentemente menos abrangente. “A seleção dos artigos é arbitrária, provendo o autor de informações sujeitas a viés de seleção, com grande interferência da percepção subjetiva”. (CORDEIRO et. al. 2007, p. 428).

Realizou-se uma busca bibliográfica exploratória nas seguintes bases eletrônicas: Biblioteca eletrônica Scielo ([www.scielo.org](http://www.scielo.org)), Biblioteca virtual de saúde (<http://pepsic.bvsalud.org/>), Google Acadêmico (<https://scholar.google.com.br>), autores especializados através de artigos científicos e revistas especializadas, para o embasamento crítico da proposta de revisão. Estabeleceram-se dois critérios para refinar os resultados: Por primeiro, uma análise preliminar do material bibliográfico foi feita através de leitura exploratória do resumo de cada artigo que definiu quais textos se

enquadravam na temática síndrome de burnout. Em segundo, uma leitura completa dos artigos selecionados buscou localizar informações relacionadas ao objetivo deste estudo. Foram utilizados, como critérios de inclusão, artigos que fossem publicados em português, disponíveis na íntegra e que atendessem à temática relacionada à pesquisa.

Foram utilizados os descritores: (1) Síndrome de Burnout (2) Esgotamento Profissional (3) Síndrome de Burnout em Professores do Ensino Fundamental. Como critérios de exclusão, foram utilizados estudos de revisão, estudos de reflexão, relatos de experiências, teses e dissertações, manuais, estudos de caso, livros e artigos que não estavam disponibilizados na íntegra e/ou referiam-se a outras categorias de profissionais. Para a captação das publicações selecionadas, foram utilizados os links disponíveis diretamente nas bases de dados e no portal em que o artigo foi publicado.

## **Resultados e Discussões**

A busca inicial localizou 453 publicações, na Base de Dados BVS 144 no Google Acadêmico 112, na Base de Dados SCIELO 159, na Base de Dados PEPSIC 38, cabe ressaltar que alguns artigos se repetiam. Assim, após leituras e análise, 20 artigos foram escolhidos, sendo 03 da BVS, 04 da Pepsic, 05 do Google Acadêmico e 08 da SCIELO. Para a análise e interpretação dos artigos selecionados, foi utilizado o conteúdo da temática.

Os demais artigos que foram descartados abordavam a Síndrome de Burnout, porém em outras categorias profissionais: médicos; enfermeiros; professores universitários; professores de educação física e equipes de enfermagem.

A partir da análise das 20 publicações selecionadas, observou-se que grande parte dos artigos é de abordagem quantitativa, de modo que a maioria pertencente à categoria relato de pesquisa. As categorias profissionais mais investigadas são as de professores e profissionais da saúde, destaca-se que a maior parte das produções são recorrentes da área da Psicologia e as publicações datam dos anos de 2002 (2 publicações), 2003 (1 publicação), 2004 (2 publicações), 2006 (1 publicação), 2007 (3 publicações), 2009 (2

publicações), 2010 (2 publicações), 2011 (1 publicação), 2012 (1 publicação), 2015 (1 publicação), 2016 (1 publicação), 2018 (2 publicações) e 2019 (1 publicação).

### **Aspectos Conceituais**

Ao analisar os artigos selecionados conclui-se que seus autores, ao apresentarem seus estudos sobre os conceitos da Síndrome de Burnout, o fazem de forma pacificada não necessitando mais de discussões sobre seus conceitos, definiu-se que para uma melhor compreensão do estudo, ao escolher alguns autores que apresentam os conceitos com uma diagramação, seria mais facilitada a compreensão da patologia, ao tempo que ilustra o estudo de forma favorável para a compreensão do tema de pesquisa.

### **Síndrome de Burnout**

Para Jebeili (2008 apud ARRAZ, 2018), o termo Burnout é de origem inglesa, composto por duas palavras Burn que significa “queimar” e Out que quer dizer “fora”, “exterior”. Em tradução literal, significa “queimar para fora” ou “consumir-se de dentro para fora”, podendo ser melhor compreendido como “combustão completa” que se inicia com os aspectos psicológicos e culmina em problemas físicos, comprometendo todo o desempenho da pessoa.

O vocábulo Burnout foi criado, em 1974, por Freudenberger, segundo o qual este fenômeno é um sentimento de fracasso e exaustão causado por um excessivo desgaste de recursos e energia. Ele chegou a tal conclusão por ter percebido que trabalhadores haviam manifestado estresse emocional e sintomas físicos. As primeiras pesquisas sobre essa síndrome permearam o estudo “sobre as emoções e as maneiras de lidar com elas por parte dos profissionais, que, pela natureza do seu trabalho, precisavam manter contato com pessoas diariamente” (FREUDENBERGER, 1974 apud CARLOTTO; CÂMARA, 2004, p.499).

Para o estudo aqui selecionado segundo Vieira (2006), por definição, “Burnout é uma condição de sofrimento psíquico relacionada ao trabalho”. Está

associado com alterações fisiológicas decorrentes do estresse (maior risco de infecções, alterações neuroendócrinas do eixo hipotalâmico-hipofisário-adrenal, hiperlipidêmica, hiperglicemia e aumento de risco cardiovascular), abuso de álcool e substâncias, risco de suicídio e transtornos ansiosos e depressivos, além de implicações socioeconômicas (absenteísmo, abandono de especialidade, queda de produtividade) (VIEIRA et. al 2006, p. 352).

Segundo PEREIRA (2002), apesar de os primeiros estudos sobre a síndrome de burnout surgirem no cenário internacional no final da década de 60, passando a se consolidar na década seguinte, em nosso país, mesmo sendo prevista como doença do trabalho, ainda é desconhecida entre boa parte de nossos profissionais.

O burnout é um processo que se dá em resposta à cronificação do estresse ocupacional, trazendo consigo consequências negativas tanto individuais como profissionais, familiares e sociais.

Na esfera institucional, os efeitos do burnout se fazem sentir tanto na diminuição da produção como na qualidade do trabalho executado, no aumento do absenteísmo, na alta rotatividade, no incremento de acidentes ocupacionais, denegrindo a imagem desta e trazendo prejuízos financeiros.

Estudos de prevalência com profissionais de saúde mostram taxas de Burnout variando entre 30 e 47%; a taxa de burnout na população de trabalhadores da Finlândia chegou a 27,6%. No Brasil, a ocorrência se encontra na faixa de 10% (VIEIRA et. al 2006, p. 352).

#### **Principais Sintomas**

Conforme o artigo de Lima (2018), o Burnout é constituído de três dimensões (ou critérios diagnósticos):

- a) **Exaustão Emocional** – Caracteriza-se pela falta de energia e sentimento de esgotamento de recursos com relação ao trabalho, tendo como maior causa o conflito pessoal nas relações e a sobrecarga;
- b) **Despersonalização** – Apresenta-se como um estado psíquico no qual prevalece a dissimulação afetiva, o distanciamento e uma forma de tratamento impessoal com a clientela, certa frieza em tratar com os alunos e colegas de

trabalho, podendo apresentar sintomas como descomprometimento com os resultados, conduta voltada a si mesmo, alienação, ansiedade, irritabilidade e desmotivação;

c) Baixa Realização Profissional – É caracterizada pela tendência do trabalhador a se autoavaliar de forma negativa. Ele se torna insatisfeito com seu desenvolvimento profissional e experimenta um declínio no sentimento de competência e êxito, não conseguindo render no trabalho como antes.

Para Pereira (2002 apud LIMA, 2018), os sintomas da Síndrome de Burnout são classificados como:

Dentre os Sintomas físicos, observam-se: Manifestam-se através de fadiga constante e progressiva; Dores musculares; Distúrbios de sono; Cefaleias; Perturbações gastrintestinais; Disfunções sexuais; Alteração do ciclo menstrual.

Quanto aos Sintomas psíquicos, destacam-se: Incluem a falta de atenção; Alterações de memória; Perda de agilidade mental; Sentimentos de alienação; Solidão; Impotência; Perda de iniciativa; Disforia, depressão; Dificuldade de autoaceitação; Baixa autoestima e sentimento de desamparo.

Os Sintomas comportamentais são: Negligência; Irritabilidade; Aumento da agressividade; Incapacidade de relaxar; Perda de iniciativa; Dificuldades na aceitação de mudanças; Aumento do consumo de substâncias, podendo chegar até mesmo a um comportamento de alto risco (suicídio).

E, por fim, nota-se que os Sintomas defensivos são os que seguem: Tendência ao isolamento; Onipotência; Absenteísmo no trabalho; Ironia para tratar com as pessoas; Perda do interesse pelo trabalho e até mesmo pelo lazer.

### **Critérios Diagnósticos e Legislação**

Segundo Corbal (2015), a portaria nº 1.339 de 18 de novembro de 1999 do MS instituiu a lista de doenças relacionadas ao trabalho e incluiu a sensação de estar acabado (“Síndrome de Burnout”, “Síndrome do Esgotamento Profissional”) (Z73.0), nos transtornos mentais e do comportamento

relacionados com o trabalho, tendo como agentes etiológicos ou fatores de risco de natureza ocupacional o Ritmo de trabalho penoso (CID10 Z56.3) e outras dificuldades físicas e mentais relacionadas com o trabalho (CID10 Z56.6).

#### **Síndrome de Burnout - Legislação**

O Decreto nº 6.042/2007, alterou o Regulamento da Previdência Social, aprovado pelo Decreto no 3.048/1999, em seu anexo II que trata sobre agentes patogênicos causadores de doenças profissionais ou do trabalho, conforme previsto no art. 20 da lei no 8.213, de 1991, inseriu na lista B, a síndrome de Burnout, no título sobre transtornos mentais e do comportamento relacionados com o trabalho (Grupo V da CID-10) (CORBAL, 2015 p.08).

#### **Síndrome de Burnout em Professores do Ensino Fundamental**

As mudanças que afetam diretamente a instituição escolar e conseqüentemente os docentes – principais sujeitos do processo educativo – são reflexo das inúmeras mudanças sociais ocorridas ao longo do tempo. É possível perceber que muitos dos problemas enfrentados nas escolas pelos docentes são de origens extraescolares, pois fazem parte da “crise social”. A rotina escolar, por sua vez, sua estrutura organizativa, prioridades e andamentos cotidianos, é diretamente afetada pelas prioridades da presente sociedade capitalista, que valoriza o ter em detrimento do ser, a aparência em desfavor da essência (LIBÂNEO, 2012 apud MELO, 2019).

Para Lima (2018), os efeitos da síndrome de Burnout em professores afeta o ambiente educacional e interfere no alcance dos objetivos pedagógicos e na qualidade da aprendizagem. Dentre os custos pessoais, destaca-se a ocorrência de graves problemas psicológicos e físicos, podendo levar o trabalhador à incapacidade total para o trabalho. O professor pode apresentar rompimento com os hábitos normais, perda do entusiasmo e da criatividade, incapacidade para se concentrar, perda do auto respeito, do autocontrole em

sala de aula e reações exageradas para moderar o estresse, sendo esses efeitos do Burnout.

Segundo a pesquisa de Melo (2019), o professor se torna refém da estrutura cotidiana, rotina dialética de pressão e opressão que influencia, diretamente, seu desempenho e, conseqüentemente, o de seus alunos. Infelizmente, a rotina escolar tem contribuído diretamente para o surgimento/fortalecimento de problemas na saúde mental dos docentes.

Dejours (1993 apud MELO, 2019) apontou que não é exatamente o trabalho em si que leva ao adoecimento, mas a rotina das inter-relações estabelecidas, como as de âmbito emocionais, afetivas e funcionais. Trigo, Teng e Hallak (2007, p. 230) concordam com essa argumentação, pois muitos pontos permanecem não esclarecidos, mas os autores, de forma geral, concordam que o burnout interfere nos níveis institucional, social e pessoal. Porém, em contraponto a isso, Batista (2010) enfatiza que a realidade do professor da primeira fase do ensino fundamental é composta por um ambiente físico de trabalho insalubre; por uma autopercepção da saúde negativa; pela saúde mental atingida pela Síndrome de Burnout; pelo desconhecimento por parte dos médicos.

Segundo Dejours (1993 apud MELO, 2019), a rotina coisificada por essas pressões afeta e influencia o esvaziamento das relações interpessoais, provocando desmotivação, descrença, desânimo, tensões etc, chegando ao ponto de os professores necessitarem de hospitalizações e licença para tratamento de saúde. Há casos em que são desenvolvidas fobias, gerando no docente desânimo (adoecimento) e até pavor pelo ambiente e pela rotina escolar. Trigo, Teng e Hallak (2007, p. 229) examinaram a relação entre variáveis ocupacionais (predisponentes à Síndrome de Burnout) e os transtornos depressivos e constataram que os indivíduos que trabalham em condições de muitas demandas psicológicas associadas abaixo poder de decisão têm maior prevalência de depressão.

Em estudo realizado no estado da Paraíba, Batista (2010) realizou uma pesquisa que mostra a realidade do professor do Ensino Fundamental naquele estado e construiu uma triangulação de métodos que incluiu pesquisas de natureza quantitativa e qualitativa. Essa escolha foi feita mediante a necessidade de uma compreensão mais completa que considerasse aspectos objetivos e subjetivos da realidade do professor sendo, assim, coerente com o seu caráter complexo. Investigou as condições físicas de trabalho do professor através da análise do conforto ambiental das salas de aula; construiu-se o discurso coletivo do professor a respeito da sua saúde e de sua autopercepção como profissional; no campo da saúde mental, verificou-se a presença da Síndrome de Burnout nos professores; investigou-se como essa síndrome no professor do ensino fundamental vem sendo avaliada pelos peritos da Junta Médica; e, por fim, verificou-se a diferença de gênero quanto à morbidade relacionada aos afastamentos dos professores por motivo de doença. O conjunto de resultados apresentou uma categoria profissional que trabalha em condições físicas e ambientais insalubres, que se autopercebe como invisível para a sociedade, desconsiderada pelos gestores da educação, desrespeitada pelos alunos e seus pais e com a saúde fragilizada.

Em termos de saúde mental, a Síndrome de Burnout, através de suas dimensões, está comprovadamente presente na maioria dos professores da primeira fase do ensino fundamental e a Perícia Médica Municipal, não só desconhece essa síndrome, como está despreparada para diagnosticá-la. Soma-se a essa situação, uma categoria que apresenta diferenças de gênero com consequências diretas na saúde, manifestadas através das doenças que afastam do trabalho, revelando a necessidade de se rever o lugar ocupado pela mulher no contexto do trabalho docente.

Ainda para Batista (2010, p. 19), “esses resultados justificam incluir a Síndrome de Burnout como um problema de Saúde Pública na cidade de João Pessoa – Paraíba” e podem ser usados como argumento para considerar a

saúde mental do professor uma questão prioritária no campo da Saúde do Trabalhador, exigindo uma participação mais expressiva da categoria docente, principalmente através de uma escuta mais efetiva dessa categoria, com vistas à construção de políticas educacionais e no planejamento institucional.

Em pesquisa no estado do Paraná, Wiltenburg (2009, p.12) descreve ter “ouvido alguns relatos de professores que não tinham conhecimento do assunto, ou só ouviram falar”.

Outros destacaram a importância da mudança na rotina diária e de se implementar uma alimentação mais saudável, além da necessidade de se criar um grupo de apoio entre os colegas para que venham a promover uma ajuda mútua e que a hora do intervalo das aulas, onde os professores se encontram para um café, não viesse a se configurar como um espaço de lamentações.

O termo "Síndrome de Burnout" nas diversas bibliografias consultadas tem o mesmo significado que "Síndrome do Esgotamento Profissional". Esta variante na forma de expressão não é a única encontrada na literatura, entre elas podemos citar: Mal-estar docente, estresses laborais, profissional, assistencial, ocupacional assistencial ou simplesmente estresse ocupacional, segundo Benevides-Pereira (2003). Essa variedade de denominações para o mesmo agravo pode confundir e muitas vezes dificultar levantamentos de pesquisas na área. Constatou-se que a afirmativa de Benevides e Pereira é a expressão da verdade, pois só foi encontrada uma pesquisa com o título propriamente dito, embora outros títulos abordavam o mesmo tema.

#### **Categoria - 1 Como se desenvolve a síndrome nos professores**

A síndrome é um processo individual que se desenvolve com o passar do tempo. “Não surge de maneira súbita, emergindo de forma paulatina, cumulativa, com progresso em severidade. Sua evolução pode levar anos e até mesmo, décadas” (CARLOTTO, 2001 apud SANTINI 2004, p.193). Na mesma linha de pensamento, França (1987, apud SANTINI, 2004) cita que,

com o passar do tempo, aparecem reações no organismo que são características dos sintomas desta síndrome de modo que o indivíduo geralmente se recusa a acreditar que esteja acontecendo algo de errado com ele. Segundo Jiménez, Gutiérrez e Hernandez (1994, apud SANTINI, 2004, p. 192), “[...] um professor experimentaria esgotamento emocional ao sentir não poder dar aos seus alunos mais de si mesmo”. Este sintoma mostraria despersonalização ao desenvolver atitudes negativas, cínicas e às vezes insensíveis em relação aos estudantes, pais e companheiros, e teria sentimentos de baixa realização pessoal ao ver-se ineficaz na hora de ajudar seus alunos no processo de aprendizagem e de cumprir com outras responsabilidades de seu trabalho.

Carlotto (2002 p. 25) conclui dizendo que “Burnout em professores é um fenômeno complexo e multidimensional resultante da interação entre aspectos individuais e o ambiente de trabalho”. Este ambiente não diz respeito somente à sala de aula ou ao contexto institucional, mas sim a todos os fatores envolvidos nesta relação, incluindo os fatores macrossociais, como políticas educacionais e fatores sócio-histórico. Harmonizados com esse entendimento, Trigo, Teng e Hallak (2007) argumentam que há muitas indicações de que situações estressantes de origens familiar e laboral são fatores de risco para o desenvolvimento de desordens relacionadas ao estresse, segundo evidencia o estudo sobre a síndrome de Burnout aqui destacado.

#### **Categoria - 2 Saúde do professor no ensino fundamental**

Ao se propor abordar a saúde e a Síndrome e Burnout do professor do ensino fundamental, Batista (2010 p. 21) enfatiza a necessidade de discorrer a respeito do lugar que o professor ocupa como trabalhador e das consequências de sua função em sua saúde. [...], para falar desse lugar, é imprescindível transitar pelos conceitos de Saúde Pública e de Saúde do Trabalhador” (Grifos nossos).

Batista (2010) descreve que, na Perícia Médica, os peritos não conhecem, em sua maioria, a portaria que inclui a Síndrome de Burnout como doença do

trabalho, não têm conhecimento da Síndrome de Burnout; não fez nenhum diagnóstico acerca dela; não conhece algum colega que tenha sido diagnosticado; não afastou nenhum professor do trabalho em decorrência da síndrome; e nenhum recebeu treinamento para lidar com a doença em sua prática profissional.

Em pesquisa realizada por Codo (1999, apud TRIGO, TENG, HALLAK, 2007, p.224), acerca de estudos sobre educadores que abrangeram 1.440 escolas e 30 mil professores, revelou que, quanto à saúde mental dos professores de 1º e 2º graus em todo o país, 26% da amostra estudada apresentava exaustão emocional. Essa proporção variou de 17% em Minas Gerais e Ceará a 39% no Rio Grande do Sul.

Pesquisadores que se empenham em estudar essa temática, em específico a rotina das instituições de ensino, apontam que existe uma série de fatores que podem desencadear o “mal-estar” na saúde docente. Tais pesquisas demonstram, que um dos principais fatores citados pelos professores, em relação a condições que afetam sua saúde, é a sobrecarga de trabalho e a multiplicidade de tarefas.

Para Constable e Russel (1986); Gil-Monte (1997); Maslach e Leiter (1997); Maslach et al. (2001); Ross e Russel (1989); Schaufeli (1999c, apud TRIGO, TENG, HALLAK, 2007, p. 231), o abandono psicológico e físico do trabalho pelo indivíduo acometido por burnout leva a prejuízos de tempo e dinheiro para o próprio indivíduo e para a instituição que tem sua produção comprometida.

Partindo da observação dessa realidade, uma série de questionamentos surgiu e apontou para a natureza complexa que envolve a função do professor. “Essa função, descrita acima como muito estressante, depende de condições de trabalho que atingem diretamente a saúde e que podem trazer, em muitos casos, agravos irreversíveis” (BATISTA, 2010, p. 19).

Através de uma pesquisa qualitativa, cujos objetivos foram: investigar a Síndrome de Burnout em professores do Ensino Fundamental no Estado da

Paraíba, Batista (2010) considera o tema como sendo um problema de saúde pública. O fato de a Síndrome de Burnout ser uma questão cada vez mais evidente no campo da Saúde do Trabalhador, de ser considerada atualmente uma epidemia no meio educacional e ter uma relação direta com fatores ambientais e subjetivos. Para Lima (2018), os efeitos em longo prazo (entre 10 e 15 anos de profissão) são: depressão; possibilidade de úlcera; hipertensão, alcoolismo entre outros.

É premente a necessidade de pensar na saúde do trabalhador da educação, entender esse processo de saúde e doença dos professores do ensino fundamental, pensado em sua relação com o trabalho, defendendo como princípio resgatar o saber dos trabalhadores [...] exercitando o direito à informação e recusando trabalhos perigosos ou arriscados à saúde (GOMES, 2002). Mendes e Dias (1991, p. 347) complementam a argumentação afirmando que “a saúde do trabalhador considera o trabalho enquanto organizador da vida social, como espaço de dominação e submissão do trabalhador pelo capital, mas igualmente, de resistência, de constituição, e do fazer histórico” (BATISTA, 2010, p. 23).

Esse novo pensar pode ser caracterizado pelo desvelamento circunscrito de um adoecer e morrer dos trabalhadores, marcado por verdadeiras epidemias, tanto de doenças profissionais clássicas (intoxicação por metais e silicose), quanto de novas doenças relacionadas ao trabalho. Como, por exemplo, as lesões por esforço repetitivo (LER) e a Síndrome de Burnout (BATISTA 2010, p.23).

De acordo com a pesquisa de Wiltenburg (2009), a Síndrome de Burnout traz consequências não só do ponto de vista pessoal, senão também do ponto de vista institucional. Nesse sentido, Trigo, Teng e Hallak (2007, p. 224) mostram que o desequilíbrio na saúde do profissional pode levá-lo a se ausentar do trabalho (absenteísmo), gerando licenças por auxílio-doença e a necessidade, por parte da organização, de reposição de funcionários, transferências, novas contratações, novo treinamento, entre outras despesas. Wiltenburg (2009)

cita, na mesma linha de pensamento, o caso do absenteísmo, da diminuição do nível de satisfação profissional, aumento das condutas de risco, inconstância de empregos e repercussões na esfera familiar. Uma enfermidade como a síndrome de Burnout interfere diretamente na relação de ensino e aprendizagem, uma vez que causa danos aos professores na medida em que pode prejudicar o relacionamento com seus alunos, com seus pares e, conseqüentemente, traz conseqüências negativas capazes de comprometer a qualidade do trabalho pedagógico.

Benevides-Pereira (2012, p.156) destaca que, no “imaginário popular o fazer docente, é visto mais como uma vocação, uma missão a ser desempenhada, do que propriamente uma profissão”. Assim sendo, a remuneração do educador carrega consigo um atributo que se assemelha mais a uma “ajuda de custo” do que propriamente ao pagamento pelas atividades desenvolvidas. Se por um lado o professor é visto como alguém que desempenha uma atividade vocacional, “por outro perdeu sua autonomia, tendo que se submeter a dispositivos, métodos e normas dos quais não participou para seu estabelecimento e muitas vezes não concorda”.

Gomes (2002 apud, BENEVIDES-PEREIRA, 2012, p.157), comenta um informe da Organização Internacional do Trabalho (1981) que descreve um número crescente de estudos realizados em países desenvolvidos mostrando que os educadores correm o risco de esgotamento físico ou mental sob o efeito de dificuldades materiais e psicológicas associadas ao seu trabalho. Esteve (1999), através de sua pesquisa, também observou que estudos realizados sobre o trabalho docente em diversos países demonstraram a intensificação no trabalho, com o aumento de responsabilidades e exigências, como causadora de uma modificação do papel do professor, implicando uma fonte importante de mal-estar para muitos deles.

Gasparini et al (2005 apud BATISTA, 2010, p.34), ao investigar as condições de trabalho do professor e os efeitos sobre sua saúde, afirmaram que o papel do professor extrapolou a mediação do processo de conhecimento do aluno,

o que antes era esperado. Dessa forma, ampliou-se a missão do profissional para além da sala de aula, a fim de garantir uma articulação entre a escola e a comunidade: o professor, além de ensinar, deve participar da gestão e dos planejamentos escolares (o que significa uma dedicação mais ampla), estendendo sua função às famílias e à comunidade. Codo (2002, p.42,130) citava que, no Brasil, no ano de 1999, os professores trabalhavam em péssimas condições e com poucos recursos. Mas eles sabiam da importância do seu trabalho e continuavam fazendo de tudo para ensinar seus alunos. Em um quadro como este, onde um trabalho tão essencial é feito em condições tão ruins, os profissionais acabam se desgastando emocionalmente.

Os tempos mudam, mas parece que as políticas públicas para educação não evoluem. Segundo Carlotto (2002, p.24), embora o sucesso da educação dependa do perfil do professor, a administração escolar não fornece os meios pedagógicos necessários à realização das tarefas, cada vez mais complexas. Os professores são compelidos a buscar, então, por seus próprios meios, formas de requalificação que se traduzem em aumento não reconhecido e não remunerado da jornada de trabalho. Para Batista (2010, p. 106), “O professor reconhece o quanto a falta de assistência médica agrava seus problemas de saúde.” (Depoimento coletivo):

O professor não tem nem tempo nem dinheiro de ter um relaxamento, alguma técnica de relaxamento [Sic]. Eu acho que o peso maior é porque nós não temos um tempo profissional com atendimento. O profissional da educação trabalha com pessoas diferentes, então ele tem que ter um respaldo, é fato obrigatório que o professor tenha um atendimento diferenciado, porque tá tudo muquirana aí, tá tudo doente, não tem um profissional da educação que esteja sadio, não tem nenhum. Ele só recebe cobrança. Não existe uma política nenhuma pro professor. Vem verba pro aluno, curso pra “coisar” o aluno, pra melhorar o aluno. Pra o professor, nada, ninguém fala em nada pra o professor. “Vamos colocar uma coisa, um relaxamento antes da aula pra ver se o professor...” Nada, nada pra o professor. Tudo é o aluno, pra o professor só cobrança e mais a sala de aula, só. É só olhar para aquele professor competente, que tem compromisso com a turma, que vem todos os dias, que não chega atrasado. Fica est nenhum, não tem política educacional nenhuma preocupada com a saúde do professor. Um plano de saúde, o professor não tem. Quando a gente quer pagar um plano de saúde, não pode. Nenhuma instância, nem estadual,

nem municipal, nem na própria escola é vista a questão da pessoa-professor, a pessoa-professor. O aluno, ele é pessoa: tem de ser respeitado, tem de ser ouvido, tem de ser o coitadinho. O professor, não, o professor é a coisa (Discurso coletivo). ressado. Por que? Porque não estão cuidando dele, não cuidam do professor. Não tem um programa no Município, que eu conheça, na Paraíba, em município. (BATISTA, 2010, p.106)

### **Categoria - 3 Saúde do Professor – Fatores de Risco**

A partir da consciência do que acontece consigo e do nível de estresse a que é acometido, o professor identifica no aluno, ou em sua relação com ele, a principal causa de estresse e, conseqüentemente, de adoecimento. Vários estudos realizados principalmente no Brasil por Barreto e Assunção (2005), Codo (2000); Esteve (1999), Gasparini et al. (1999;) se referem às dificuldades existentes na relação professor/aluno.

Houve uma inversão de valores e o respeito e a valorização que havia anteriormente por parte dos alunos foram substituídos por desrespeito, humilhação e muitas vezes, violência. A família, ao se omitir da sua função de educar, transfere para a escola toda sua responsabilidade com a criança. Conviver com o aluno diariamente em ambiente conflituoso e com equipe de trabalhado insuficiente, também são fatores de aumento da carga e desgaste (REIS 2004, apud WILTENBUR, 2009, p. 105).

É possível, portanto, compreender o valor e a importância de um trabalho mais próximo ao professor, o que justifica o investimento em projetos que atendam não apenas à formação pedagógica do professor, mas também ao cuidado com sua saúde emocional. “As licenças-saúde ocultam um problema profissional desconhecido que é importante retirar da sombra” (CAMANA, 2007, p.119).

A falta de assistência médica também pode ser considerada um fator de risco para a profissão, pois, segundo Batista (2010, p105), “O professor reconhece o quanto a falta de assistência médica agrava seus problemas de saúde”.

Para Maslach e Leiter (1997, apud TRIGO; TENG; HALLAK, 2007, p. 230),

[...] os indivíduos que estão neste processo de desgaste estão sujeitos a largar o emprego, tanto psicológica quanto fisicamente. Eles investem menos tempo e energia no trabalho, fazendo somente o que é absolutamente necessário e faltam com mais frequência. Além de trabalharem menos, não trabalham tão bem. Trabalho de alta qualidade requer tempo e esforço, compromisso e criatividade, mas o indivíduo desgastado já não está disposto a oferecer isso espontaneamente. A queda na qualidade e na quantidade de trabalho produzido é o resultado profissional do desgaste.

Segundo Trigo, Teng e Hallak (2007, p. 230), acredita-se que características próprias do indivíduo podem estar associadas a maiores ou menores índices de Burnout. Outras situações são consideradas como fator de risco, para desenvolver a síndrome de Burnout, entre elas: abuso de álcool; suicídio; transtornos ansiosos e depressivos (ARRAZ, 2018, p.34).

#### **Categoria - 4 Como se desenvolve a síndrome nos professores**

Fatores psicológicos e comportamentais capazes de contribuir para o desenvolvimento do Burnout podem envolver: a escolha profissional equivocada, aptidões e características de personalidade gerando uma sensação de inadequação no trabalho, problemas pessoais, doenças, mudanças ou conflitos familiares, perdas, falta de preparo e competência para desempenhar seu papel, afastamento da família por excesso de trabalho, perdendo-a como fonte de apoio (WILTENBURG, 2009, p. 09).

Segundo Lima et al. (2003, apud LEVY; SOBRINHO; SOUZA, 2009), o conceito de carga mental ou cognitiva diz respeito ao resultado das inúmeras exigências que mobilizam os processos mentais do professor, ou de qualquer outro profissional, tais como atenção difusa, memória, tomada de decisão e percepção apurada dos fatos durante o contato com os alunos. Nesse ambiente, o professor é levado a tomar decisões múltiplas e diversificadas, em reduzido espaço de tempo, gerando tensão, insegurança e angústia.

Levy, Sobrinho e Souza (2009) citam que os resultados de pesquisas sobre a Síndrome de Burnout, de modo geral, apontam índices elevados de professores com problemas psicológicos, por acumularem várias funções na mesma atividade, com excessiva carga de responsabilidade, somada à

desvalorização do magistério perante a sociedade. Esses resultados indicam também que as doenças evoluem de acordo com o tempo de serviço dos profissionais do magistério.

#### **Categoria - 5 Impactos na família dos professores**

No estudo de Batista (2010), outra questão a ser analisada é o da família do professor que sofre também os impactos do adoecimento psíquico dele. As relações internas do núcleo familiar vão sendo minadas e as consequências contribuem negativamente sobre a saúde do professor. O autor descreve o seguinte depoimento na sua pesquisa:

E às vezes, o estresse é tão grande, assim, a nossa tarde é tão estressante, que nós que somos mães, né? Quando chegamos em casa, não temos mais paciência com nossos filhos. Descontamos ou no filho ou no marido, muitas vezes você descarrega a sua tarde todinha na família, quando o grau de estresse está muito alto. Porque eu me sentia num barco no alto mar, sem ter rumo, eu fiquei super mal. Hoje eu não consigo mais sair conversando, consigo, não. Quando eu saio... Eu não sou mais eu. Às vezes, falava alto, não era nem porque queria, era o estresse acumulado de anos e anos. Porque você chegar a se trancar, chorar, chorar, chorar, pra ninguém ver, é complicado (Discurso coletivo). (BATISTA, 2010, p.106)

A falta de atenção para com a família tem repercussão negativa. Para Daneluz (2016), a necessidade de cumprimento de outras atribuições presentes no cotidiano escolar agregadas ao atendimento dos alunos, o tempo para preparo de atividades que geralmente são específicas para suprir as particularidades de cada sujeito da educação são acrescidos a necessidade de atender a família de cada um deles assim como a própria família.

A família dos professores na outra extremidade do problema também sofre com a síndrome, pois as relações internas do grupo na maioria dos casos ficam abaladas, em casos extremos chegando ao divórcio dos casais.

#### **Considerações Finais**

Com base na pesquisa, constatou-se que há pouca produção na área de conhecimento sobre o tema Síndrome de Burnout na vida dos professores do Ensino Fundamental. Pesquisas foram realizadas e utilizou-se de um

instrumento para sua avaliação, o Maslach Burnout Inventory (MBI), que é o mais utilizado em pesquisas no Brasil e a partir do qual foi possível constatar o desenvolvimento da Síndrome de Burnout entre os professores do Ensino Fundamental.

Fatores como a violência instalada no ambiente escolar, a jornada de trabalho excessiva, os baixos salários, a idade do professor associada à falta de experiência profissional e a escolha inadequada da carreira, a falta de formação continuada nas demandas educacionais os aspectos ligados à rotina diária do professor, a má gestão de políticas educacionais, a infraestrutura material das escolas, o fato de ter de permanecer de pé em função das características da própria atividade ocupacional, associados à desvalorização da profissão são fatores estressores que atuam como agentes etiológicos da patologia.

Diante do exposto, cabe dizer que a síndrome de burnout afeta de forma significativa os professores do Ensino Fundamental, o mal-estar docente pode ser um desastre para o sistema de ensino, considerando que há a possibilidade de, no futuro, não haver pessoas interessadas em viver desta profissão.

Com base nos resultados da pesquisa, considerando que a síndrome de Burnout é um fenômeno psicossocial decorrente de estressores laborais resultantes das relações interpessoais, deve-se propugnar estratégias adequadas de enfrentamento que sejam capazes de prevenir o surgimento da patologia.

O desenvolvimento e o treinamento de habilidades psicológicas, intelectuais e sociais através de grupos de apoio forneceriam um reforço resiliente para a construção de relações interpessoais saudáveis.

Para que haja mudanças positivas, espera-se, das instituições, que adotem decisões baseadas em evidências científicas sobre a abordagem e o tratamento da Síndrome em comento. A busca por capacitar os profissionais da educação para lidarem com situações de conflito, nas quais é preciso

dispor de equilíbrio para fazer frente às dificuldades apresentadas pela escola na atualidade, deve ser uma meta a ser alcançada pelas autoridades responsáveis pelas diretrizes do planejamento pedagógico. Destaca-se a necessidade da implementação de instrumentos de avaliação que, de forma vigilante, detectem a patologia para que se possa tratar os docentes de forma precoce.

### Referências bibliográficas

ARRAZ, Fernando Miranda. **A Síndrome de Burnout em Docentes**. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ano 03, ed. 06, v. 07, pp. 34 -47, jun., 2018. ISSN:2448-0959. Disponível em: [https://pdfs.semanticscholar.org/7c6c/7f1ce1e7ea5bd9a97a69c3e8dab5e31ec57.pdf?\\_ga=2.39808864.238016148.1588723035-1072102769.1588723035](https://pdfs.semanticscholar.org/7c6c/7f1ce1e7ea5bd9a97a69c3e8dab5e31ec57.pdf?_ga=2.39808864.238016148.1588723035-1072102769.1588723035). Acesso em: 07 abr. 2020.

BATISTA, Jaqueline Brito Vidal. **Síndrome de Burnout em professores do ensino fundamental: Um problema de saúde pública não percebido**. 2010. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/10509>. Acesso em: 05 maio 2020.

BENEVIDES-PEREIRA, A M. T. **Burnout: Quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 3ª Ed, 2010. Disponível em: <https://www.pearsonclinical.com.br/burnout-quando-o-trabalho-ameaca-o-bem-estar-do-trabalhador.html>. Acesso em: 05 maio 2020.

BENEVIDES-PEREIRA, Ana Maria Teresa, et. al. **O trabalho docente e o Burnout: Um estudo em professores paranaenses**. Disponível em: [https://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2008/550\\_775.pdf](https://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2008/550_775.pdf). Acesso em: 05 maio 2020.

BENEVIDES-PEREIRA, Ana Maria Teresa. **Considerações sobre a síndrome de Burnout e seu impacto no ensino**. Disponível em:

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0006-59432012000200005](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0006-59432012000200005). Acesso em: 11 maio 2020.

CAMANA, Christiane. **O Sofrimento “Externo” do Professor**. In: POURTOIS, J.P., MOSCONI, Nicole (Orgs.) *Prazer, Sofrimento, Indiferença na Educação*. São Paulo: Edições Loyola, 2007.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S.G. **Análise fatorial do Malasch Burnout Inventory (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares**. *Psicologia em Estudo*, v. 9, n. 3, 2004. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-73722004000300018](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722004000300018). Acesso em: 09 maio 2020.

CARLOTTO, Mary Sandra. **A síndrome de burnout e o trabalho docente**. *Psicologia em Estudo*, v. 7, n. 1, p. 21-29, 2002. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-73722002000100005](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722002000100005). Acesso em: 09 maio 20.

CODO, W. (Org.) **Saúde mental & trabalho: Leituras**. Petrópolis: Vozes, 2002, p. 130-42.

CORBAL, Betyna Saldanha. **Síndrome de Burnout, síndrome do esgotamento profissional**, 2015 – Manual de Procedimentos para os Serviços de Saúde - Ministério da Saúde – 2001; Disponível em: <https://www2.camara.leg.br/atividade-legislativa/comissoes/comissoes-permanentes/cssf/audiencias-publicas/audiencia-publica-2015/audiencia-10-12-manha/apresentacao-betyna>. Acesso em: 15 maio 2020

CORDEIRO, Alexander Magno et al. **Revisão sistemática: Uma revisão narrativa**. *Rev. Col. Bras. Cir.*, Rio de Janeiro, v. 34, n. 6, p. 428-431, Dec. 2007. Disponível em: [https://scholar.google.com/scholar?hl=pt-BR&as\\_sdt=0%2C5&q=CORDEIRO%2C+Alexander+Magno+et+al.+Revis%C3%A3o+sistem%C3%A1tica%3A+uma+revis%C3%A3o+narrativa.+Rev.+C](https://scholar.google.com/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5&q=CORDEIRO%2C+Alexander+Magno+et+al.+Revis%C3%A3o+sistem%C3%A1tica%3A+uma+revis%C3%A3o+narrativa.+Rev.+C)

ol.+Bras.+Cir.%2C+Rio+de+Janeiro%2C+v.+34%2C+n.+6%2C+p.+428-431%2C+Dec.+2007.&btnG=. Acesso em: 15 maio 2020.

DANELUZ, Zeli Terezinha. **Ficha para identificação da produção didático-pedagógica – turma pde/2016.** Disponível em: [http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospde/pdebusca/producoes\\_pde/2016/2016\\_pdp\\_edespecial\\_unicentro\\_zeliterezinhadaneluz.pdf](http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospde/pdebusca/producoes_pde/2016/2016_pdp_edespecial_unicentro_zeliterezinhadaneluz.pdf). Acesso em: 19 maio 2020.

LEVY, Gisele Cristine Tenório de Machado; SOBRINHO, Francisco de Paula Nunes; SOUZA, Carlos Alberto Absalão de. **Síndrome de Burnout em professores da rede pública.** 2009. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-65132009000300004](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-65132009000300004) Acesso em: 11 maio 202.

LIMA, Albery Ferreira; AMORIM, Fabiana; CAVALCANTE, Ligia. **Síndrome de Burnout & Assédio Moral.** 2018. Disponível em: [http://sinproal.com.br/v2/wp-content/uploads/2018/05/BONECA\\_CARTILHA\\_REVISADA\\_final.pdf](http://sinproal.com.br/v2/wp-content/uploads/2018/05/BONECA_CARTILHA_REVISADA_final.pdf). Acesso em: 05 maio 2020.

MELO, Leandro Ferreira. **Políticas públicas educacionais, rotina escolar e adoecimento psíquico docente.** EBR - Educação Básica revista, Vol 5, nº 1, p.2, 2019. Disponível em: <http://www.laplageemrevista.ufscar.br/index.php/REB/article/view/359>. Acesso em: 04 maio 2020.

SANTINI, Joarez. **Síndrome do esgotamento profissional: Revisão bibliográfica.** Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/Movimento/article/view/2832>. Acesso em: 11 maio 2020.

SILVA, Maurina Passos Goulart Oliveira da. **A silenciosa doença do professor: Burnout, ou o mal-estar docente.** 2011. Disponível em:

<https://www.unaerp.br/documentos/1464-161-454-1-sm/file>. Acesso em: 07 maio 2020.

TRIGO, Telma Ramos; TENG, Chei Tung; HALLAK, Jaime Eduardo Cecílio. **Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos**. Archives of Clinical Psychiatry, São Paulo, v. 34, n. 5, p. 223-233, 2007. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S010160832007000500004&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S010160832007000500004&script=sci_arttext&tlng=pt). Acesso em: 02 maio 2020.

VIEIRA, Isabela, et al. **Burnout na clínica psiquiátrica: Relato de um caso**. 2006. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0101-81082006000300015](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-81082006000300015). Acesso em: 08 abr. 2020.

WILTENBURG, Dinéa Cristina Distéfano. **Síndrome de Burnout: Conhecer para prevenir-se, uma intervenção necessária**. 2009. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/pde/arquivos/2338-8.pdf>. Acesso em: 10 maio 2020.