

## Gestão de pessoas no ambiente escolar e o enfrentamento da síndrome de Burnout

People management in the school environment and coping with Burnout syndrome

Bethânia Araújo Rocha  
Marconi Rocha

345

**Resumo;** O objetivo principal desta pesquisa consiste em realizar uma revisão sistemática de literatura sobre as estratégias que potencialmente poderiam ser utilizadas pelos gestores escolares no enfrentamento ao Burnout. Com esse propósito, foi realizada uma pesquisa bibliográfica no indexador *Google Scholar*, sendo a busca realizada no período específico de 2013 a 2023 por meio das seguintes palavras: “burnout” and “professores”. O resultado da busca retornou inúmeros trabalhos, evidenciando um grande interesse pelo tema do Burnout. Diante disso, a leitura prévia do título do documento, das palavras-chave e de seu resumo, permitiu a escolha das obras que pudessem atender ao objetivo dessa pesquisa bibliográfica de revisão sistemática. A partir da análise das obras selecionadas foi possível identificar algumas estratégias de enfrentamento ao Burnout baseadas no gerenciamento das emoções dos professores. Nesse aspecto, o gestor escolar tem papel preponderante no delineamento e efetivação de ações que busquem prevenir ou minimizar os efeitos do esgotamento profissional. Além disso, este estudo aponta para a necessidade de elaboração e implantação de uma agenda de pesquisas e debates com vistas ao estabelecimento de uma política pública de saúde para os professores.

**Palavras-chave:** Síndrome de Burnout; Estratégias de Enfrentamento; Gestão Escolar; Trabalho Docente.

**Abstract:** The main objective of this research is to carry out a systematic literature review on the strategies that could potentially be used by school managers to combat Burnout. For this purpose, a bibliographic search was carried out in the Google Scholar indexer, with the search being carried out in the specific period from 2013 to 2023 using the following words: “burnout” and “professores”. The search results returned numerous works, showing a great interest in the topic of Burnout among teachers. Therefore, prior reading of the title of the document, the keywords and its summary, allowed the choice of works that could meet the objective of this systematic review bibliographic research. From the analysis of the selected works, it was possible to identify some strategies for coping with Burnout based on managing teachers' emotions. In this aspect, the school manager has a preponderant role in designing and implementing actions that seek to prevent or minimize the effects of professional burnout. Furthermore, this study points to the need to develop and implement a research and debate agenda with a view to establishing a public health policy for teachers.

**Keywords:** Burnout Syndrome; Coping Strategies; School Management; Teaching Work.



## Introdução

A Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) estabelece que Burnout é uma Síndrome resultante do estresse crônico no local de trabalho que não foi gerenciado com sucesso (OPAS, 2019). Sua manifestação é uma resposta à exposição duradoura a estressores crônicos e interpessoais decorrentes de cargas-horárias exaustivas, competitividade e situações emocionalmente desgastantes no trabalho (Friganović et al., 2019). A reação física e psicológica do indivíduo acometido com Síndrome de Burnout é apontada como uma tentativa de defesa ou adaptação ao ambiente de trabalho extenuante. Em outras palavras, a Síndrome de Burnout ou Síndrome do Esgotamento Profissional pode ser entendida como um estado físico, mental e emocional no qual o indivíduo vivencia uma dramática exaustão, despersonalização e redução do senso de realização pessoal (Gonçalves, 2023) sendo avaliada como uma importante questão de saúde pública (Cebrià-Andreu, 2005; Gil-Monte, 2005).

Os sintomas em professores incluem insônia, depressão, fadiga, dores musculares, problemas gastrointestinais, irritabilidade, desmotivação, sentimento de incompetência, insatisfação e frustração, decepção e perda da disposição e interesse pelo trabalho além de distúrbios alimentares (Mendes, 2003). O prognóstico desse processo tem como resposta atitudes, emoções e sentimentos que causam prejuízo no comportamento e aprendizagem dos estudantes. Também é possível citar o ônus dos encargos financeiros sobre o orçamento público devido à rotatividade e absenteísmo de professores (Dalcin; Carlotto, 2017).

Com efeito, a Síndrome de Burnout aparece na literatura como um tema de dupla face entrelaçada: de um lado, parte dos estudos realizados até o momento tratam principalmente da incidência, prevalência e consequências da Síndrome em profissionais da educação (Carlotto; Câmara, 2007; CARLOTTO, 2011; Levy; Nunes Sobrinho; Souza, 2009; Garcia, Benevides-Pereira, 2003; Esteves-Ferreira.; Santos; Rigolon, 201; Razeira, 2020); por outro lado, algumas pesquisas têm buscado identificar possibilidades de poder se prevenir ou intervir sobre os processos que desencadeiam esta Síndrome, minimizando



suas consequências (Dalcin; Carlotto, 2018; Lourenço, 2016; Pietrowski, Et Al., 2018; Carlotto; Câmara; 2008; Silva; 2017).

Nesse sentido, o presente trabalho tem por foco investigar, na literatura produzida na última década, quais as principais estratégias de enfrentamento ao Burnout adotadas pelos gestores escolares. Especificamente, objetiva-se verificar a existência de experiências exitosas que têm sido observadas no ambiente escolar e identificar estratégias de prevenção e intervenção relacionadas às manifestações da Síndrome. Essa investida se constitui em um esforço para assegurar a vitalidade e higidez da escola através de uma gestão que possa priorizar as pessoas, suas competências e ações coletivas.

## **Desenvolvimento**

A investigação sobre a gestão de pessoas no ambiente escolar e o enfrentamento da Síndrome de Burnout utilizou abordagem qualitativa com objetivo descritivo baseado em análise documental do tipo revisão sistemática. O método qualitativo foi escolhido porque possibilita flexibilidade na condução do processo de investigação de questões complexas cujo cerne é a interpretação ao invés da quantificação (Dalfovo; Lana; SilveIRA, 2008). A abordagem qualitativa somou-se ao objetivo descritivo deste trabalho. Na acepção de Gil (2008, p. 28), pesquisas descritivas “têm como objetivo primordial a descrição das características de determinada população ou fenômeno ou estabelecimento de relação entre variáveis”. Já a análise documental do tipo revisão sistemática é uma revisão planejada para responder a uma pergunta específica utilizando métodos sistemáticos para identificar, selecionar e avaliar criticamente os estudos (Cavalcante; Oliveira, 2020).

Para esse fim, utilizou-se a base de dados do *Google Scholar*, sendo a busca realizada no período de 2013 a 2023 por meio das seguintes palavras: “burnout” and “professores”. O processo de busca na base de dados do *Google Scholar* para o período anteriormente referenciado retornou inúmeros resultados somente em português do Brasil. A leitura prévia do título do documento, seguida de seu resumo e palavras-chave, permitiu a escolha das



obras que pudessem atender ao objetivo dessa pesquisa bibliográfica de revisão sistemática. As produções selecionadas são apresentadas na Tabela 1.

Tabela 1 – Lista de Documentos

Nº	Tipo	Documento
01	Artigo	Síndrome de Burnout em professores universitários – Massa, et al. (2016)
02	Artigo	Avaliação de efeito de uma intervenção para a Síndrome de Burnout em professores – Dalcin e Carlotto (2018)
03	Dissertação	Efeito de uma intervenção para prevenção da Síndrome de Burnout em professores – Dalcin (2016)
04	Dissertação	Absenteísmo, presenteísmo, Síndrome de Burnout, liderança ética e estratégias de enfrentamento em professores no Distrito Federal – Lourenço (2016)
05	Artigo	Estratégias de <i>coping</i> frente à Síndrome de Burnout entre os professores: uma revisão integrativa da literatura nacional - Pietrowski, et al. (2018)
06	Artigo	Indicadores de estresse e estratégias de enfrentamento em professores de ensino multisseriado – Silveira, et al. (2014)
07	Artigo	Estresse e enfrentamento em professores: Uma análise da literatura – Silveira, et al. (2014)
08	Artigo	Burnout e stress em professores: um estudo comparativo 2013-2017 – Santos, et al. (2018)
09	Artigo	Inteligência emocional como fator protetor do Burnout em professores do 2.º e 3.º ciclos e secundário da RAM – Madeira e Madeira (2014)
10	Artigo	Intervenções em <i>Mindfulness</i> para Síndrome de Burnout em professores: uma revisão integrativa – Santos e Silva (2021)
11	Artigo	Síndrome de Burnout e estratégias de enfrentamento em professores de escolas públicas e privadas – Carlotto e Câmara (2008)
12	Artigo	Construção e validação de manual sobre Burnout em professores – Riberio, et al. (2017)
13	Tese	Sofrimento, processos de adoecimento e prazer no trabalho: as estratégias desenvolvidas pelos docentes do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Pernambuco na (re)conquista da sua saúde – Siqueira (2015)
14	Dissertação	Estratégias de enfrentamento do estresse docente em escolas municipais – Silva (2017)
15	Livro	Síndrome de Burnout em professores da rede pública de ensino do Estado do Rio de Janeiro – Soares (2021)

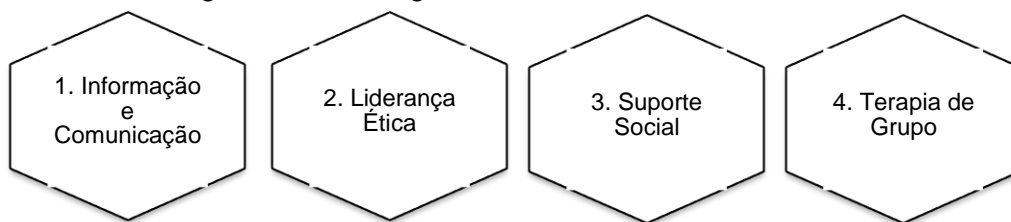
**FONTE: Dados colhidos no indexador *Google Scholar* (2023)**

A literatura apresentada na Tabela 1, de forma subjacente, procura entender, definir e explicar as variáveis associadas ao Burnout somadas aos fatores de prevalência e incidência em profissionais da educação. Além disso, os autores apresentam estudos sobre possíveis intervenções que buscam aproximar os esforços teóricos já existentes ao desenvolvimento de estratégias

de intervenções específicas ao enfrentamento da Síndrome no ambiente escolar. Porém, a maioria dos estudos que tratam de estratégias de enfrentamento ao Burnout tem como foco o indivíduo. São poucas as publicações que discutem a utilização de estratégias e ações voltadas para o ambiente de trabalho (Lourenço, 2016).

Especificamente, nesse contexto, os trabalhos analisados nessa revisão sistemática indicam quatro estratégias relacionadas a fatores situacionais que podem ser operacionalizados com a mediação do gestor escolar (Figura 1).

Figura 1 – Estratégias de Enfrentamento ao Burnout



**FONTE: AUTORES (2023)**

A primeira estratégia de intervenção está relacionada aos processos de informação e comunicação (Riberio, et al., 2017). Por pressuposto, o conhecimento é fundamental para a prevenção de doenças no ambiente de trabalho, pois permite que os trabalhadores identifiquem os riscos existentes, tomem medidas preventivas para reduzir ou eliminar os riscos, adotando procedimentos seguros e praticando hábitos saudáveis. A educação em saúde pode ser uma das principais estratégias do gestor escolar para promover o enfrentamento ao Burnout. Lourenço (2016) aponta que há falta de conhecimento dos professores que são portadores de Burnout. Esses profissionais não são capazes de identificá-lo, e dessa maneira, não reconhecem que se trata de uma doença relacionada ao trabalho, permanecendo em contínuo estresse e esgotamento no trabalho, sem buscar auxílio ou socorro (Lourenço, 2016). A promoção da educação em saúde no ambiente escolar pode ser realizada através de uma série de ações, que devem ser planejadas e executadas de forma a atingir o público-alvo e alcançar os objetivos esperados. A seguir, são apresentadas algumas sugestões que podem ser utilizadas em um planejamento de enfrentamento a Síndrome de Burnout (Tabela 2).

Tabela 2 – Plano de intervenção para atividades de promoção da saúde no enfrentamento ao Burnout no ambiente escolar

Ação 1 – Definição dos objetivos: definir os objetivos da educação em saúde para o enfrentamento ao Burnout; estabelecer quais são os principais conhecimentos que os professores devem adquirir sobre a Síndrome.
Ação 2 – Estabelecer o Público-alvo: quem são os professores que devem ser alcançados?
Ação 3 – Diagnóstico da situação: realizar um momento de escuta buscando identificar os principais estressores crônicos pessoais e interpessoais relacionados ao esgotamento profissional dos professores.
Ação 4 – Idealizar o plano de ação: deve ser elaborado com base nos objetivos, no público-alvo e no diagnóstico da situação.
Ação 5 – Execução: deve ser realizada de forma adequada, garantindo a qualidade do conteúdo e a participação dos professores; poderão ser promovidas palestras, cursos, campanhas educativas, oficinas e distribuição de material educativo.
Ação 6 – Avaliação: avaliar as ações de educação em saúde para verificar se elas estão atingindo os objetivos esperados no enfrentamento ao Burnout.

**FONTE: AUTORES (2023)**

A segunda estratégia para o enfrentamento ao Burnout que foi verificada na revisão sistemática dos documentos aqui analisados está relacionada a liderança ética do gestor escolar. Lourenço (2016) assevera que a liderança ética tem vigorosos desdobramentos sobre a efetividade e a dedicação do professor no desempenho de sua atividade profissional. Dessa maneira, o gestor escolar, como líder, deve apresentar capacidade de influenciar, motivar e qualificar os liderados a contribuírem para o sucesso escolar. Em síntese, as pessoas, com suas habilidades e competências, engajamento e capacidade de ação coletivamente organizada, constituem-se no princípio vital da escola e a base da sua qualidade educacional (Lück, 2009). Portanto, o gestor escolar deve ser uma pessoa aberta ao diálogo, inclusiva e comprometida com a melhoria da educação agindo de forma ética, responsável e humanizada em suas relações com todos os membros da comunidade escolar. Nesse cenário, o gestor escolar contribui para o estabelecimento de um ambiente escolar onde todos se sintam respeitados e valorizados, promovendo uma rede ativa de relações interpessoais orientada pela solidariedade, reciprocidade e valores humanos elevados (Lück, 2009). Ao realizar a cobrança por resultados de

aprendizagem, o gestor escolar precisa agir de forma civilizada, ética e responsável, sem gerar atritos de forma que os professores se sintam motivados a melhorar seu trabalho, sem se sentirem pressionados ou desvalorizados. Para Lourenço (2016), a liderança ética dos gestores escolares tende a minimizar os estressores da exaustão e do esgotamento profissional docente que precedem a Síndrome de Burnout.

Outra estratégia de intervenção que emergiu dos documentos analisados está em oferecer ao docente uma matriz de suporte social. O suporte social pode ser definido como a percepção de apoio disponível de outras pessoas, incluindo familiares, amigos, colegas de trabalho e gestores. No plano do trabalho, o suporte social deve ser entendido como estratégia de enfrentamento do estresse, pois pode ajudar o trabalhador a lidar com situações extenuantes de forma mais eficaz (Rodrigues; MadEIRA, 2009). Siqueira (2015) registra que para enfrentar o sofrimento proveniente dos estressores do trabalho, muitos professores recorrem a estratégias socialmente defensivas, construídas de maneira colaborativa, como forma de cooperação para enfrentarem os preditores do Burnout. Por conseguinte, os gestores escolares podem organizar grupos de apoio social na escola valendo-se da premissa de que professores no mesmo ambiente de trabalho respondem de maneira diferente aos mesmos estressores. Assim, o suporte social tende a impactar positivamente a saúde mental e o bem-estar dos professores quando combinado com atividades de lazer e integração fora do ambiente de trabalho. Em vista disso, os gestores podem organizar agendas de lazer e integração que busquem incluir atividades físicas, artísticas e culturais que possam promover a sensação de acolhimento e pertencimento.

Até aqui é possível conjecturar que as estratégias que pretendem prevenir e/ou reduzir o Burnout são em sua maioria limitados pelas peculiaridades de cada instituição escolar, estilos de personalidade e os diferentes contextos sociais nos quais professores estão inseridos (Lourenço, 2016). Em outras palavras, a disponibilidade de recursos para o enfrentamento do Burnout varia de pessoa para pessoa, e também em um mesmo indivíduo, de acordo com o estágio de desenvolvimento em que se encontra o estressor.



Nessa perspectiva, a terapia de grupo surge como outra possibilidade de enfrentamento que pode ajudar professores a aprenderem sobre o Burnout e suas causas. Isso pode, potencialmente, ajudá-los a entender melhor seus próprios sintomas e como gerenciá-los. Essa estrutura da terapia de grupo comportamental emotiva, com desenvolvimento de competências sociais e necessidade de elementos de sustentação poderia ser uma forma de aumentar o bem-estar e promover a saúde emocional dos professores e reduzir o estresse e o esgotamento (Maior, et al., 2020). Logo, o gestor escolar poderia se tornar um facilitador da terapia de grupo, realizada no próprio ambiente escolar, assumindo a função de moderador, ou designando outro profissional para conduzir as sessões de autoajuda. A sugestão é que o enfrentamento ao Burnout nos grupos de autoajuda compreenderia duas ações básicas: a primeira com foco no problema, que busca alterar a relação do professor com o ambiente escolar, destacando a relação com o estressor e sua reestruturação cognitiva; e outra que enfatiza a resposta emocional ao estressor (Silva, 2027). O objetivo das ações seria tentar reduzir a sensação desagradável do estresse. Tais estratégias de enfrentamento com apoio de grupos de autoajuda têm sua eficácia quando produzem adaptações e redução à tensão proveniente de eventos estressantes, mudando o significado daquele evento por meio de manobras cognitivas (Silva, 2017). Por hipótese, a partir da leitura e análise dos documentos dessa revisão sistemática, a terapia de grupo no enfrentamento ao Burnout pode oferecer aos professores alguns benefícios como: redução do isolamento, pois os grupos de autoajuda oferecem um espaço seguro e confidencial para compartilhamento de experiências e sentimentos entre os professores participantes que estão vivenciando o mesmo infortúnio, ajudando a reduzir o isolamento e a sensação de solidão; aprendizagem sobre a Síndrome, ajudando os professores no aprendizado sobre a predição e as causas do distúrbio, colaborando para que possam entender melhor seus próprios sintomas e como gerenciá-los; e apoio social e incentivo, que pode ser extremamente importante para ajudar professores a se sentirem mais fortes e motivados a enfrentar o esgotamento profissional.





## Conclusão

O estudo mostrou um breve repertório de estratégias de enfrentamento ao Burnout no ambiente escolar, notadamente voltadas para a promoção de redes de suporte social e relações interpessoais caracterizadas por sentimentos de confiança, respeito, empatia e apoio. A análise sistemática das obras pesquisadas sustenta a importância da atuação do gestor escolar no sentido de buscar compreender as variáveis conjunturais da saúde e bem-estar dos professores relacionadas aos preditores do esgotamento profissional.

Ficou evidenciado que o gestor escolar tem papel preponderante no delineamento e efetivação de ações que busquem prevenir ou minimizar os efeitos do esgotamento profissional. Consequentemente, é importante salvaguardar ações do gestor no desenvolvimento das competências socioemocionais e da racionalidade dos professores bem como na efetivação de um ambiente escolar onde todos se sintam acolhidos, respeitados e valorizados.

Tendo em vista a comprovada complexidade da Síndrome de Burnout, as intervenções de enfrentamento devem integrar não apenas as medidas de intervenção microssociais e de relações pessoais, mas especialmente os contextos macrossociais e organizacionais, visando a construção de políticas públicas que possam incidir sobre as condições de trabalho do professor.

## Referências

BATISTA, J. B. V., CARLOTTO, M.S., COUTINHO, A.S., AUGUSTO, L. G. S. Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. **Rev. bras. epidemiol.** Ver. Bras. Epidemiol. 2010; 13(3): 502-512.

CARLOTTO, MARY SANDRA; CÂMARA, SHEILA GONÇALVES. Preditores da Síndrome de Burnout em professores. **Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional (ABRAPEE)**, v. 11, n. 1, Jan/Jun 2007.

CARLOTTO, MARY SANDRA. Síndrome de Burnout em Professores: Prevalência e Fatores Associados. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Out-Dez 2011, Vol. 27 n. 4, pp. 403-410.



CARLOTTO, MARY SANDRA; CÂMARA, SHEILA GONÇALVES. Síndrome de Burnout e estratégias de enfrentamento em professores de escolas públicas e privadas. **Psic. da Ed.**, São Paulo, 26, 1º sem. de 2008, pp. 29-46.

CAVALCANTE, LÍVIA TEIXEIRA CANUTO; OLIVEIRA, ADÉLIA AUGUSTA SOUTO DE. Métodos de revisão bibliográfica nos estudos científicos. **Psicol. rev.** Vol.26, no.1, Belo Horizonte, jan./abr. 2020.

CEBRIÁ-ANDREU, J. El síndrome de desgaste profesional como problema de salud pública. **Gaceta Sanitaria**, 2005; 19(6), 470-470.

COUTINHO, LAIS SOARES; ALCANTARA, VANESSA CARINE GIL DE. **Síndrome de Burnout em professores da rede pública de ensino do Estado do Rio de Janeiro** [livro eletrônico], 49 p. Campina Grande: Editora Ampila, 2021. 49 p.

DALCIN, LARISSA. **Efeito de uma intervenção para prevenção da Síndrome de Burnout em professores.** 86 f. Dissertação (Mestrado) – Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Porto Alegre, 2016.

DALCIN, LARISSA; CARLOTTO, MARY SANDRA. Avaliação de efeito de uma intervenção para a Síndrome de Burnout em professores. **Psicologia Escolar e Educacional**, SP. Volume 22, Número 1, Janeiro/Abril de 2018: 141-150.

DALCIN, LARISSA; CARLOTTO, MARY SANDRA. Síndrome de Burnout em professores no Brasil: considerações para uma agenda de pesquisa. **Psicologia em Revista**, Belo Horizonte, v. 23, n. 2, p. 745-771, ago. 2017.

DALFOVO, MICHAEL SAMIR; LANA, ROGÉRIO ADILSON; SILVEIRA, AMÉLIA. Métodos quantitativos e qualitativos: um resgate teórico. **Revista Interdisciplinar Científica Aplicada** [online], Blumenau, v.2, n.4, p.01-13, Sem II. 2008.

ESTEVES-FERREIRA, A. A.; SANTOS, D. E.; RIGOLON, R. G. Avaliação comparativa dos sintomas da síndrome de Burnout em professores de escolas públicas e privadas. **Rev. Bras. Educ.** [online]. 2014, vol.19, n.59, pp.987-1002.

FRANCO, G. Inteligência emocional como fator protetor do Burnout em professores do 2.º e 3.º ciclos e secundário da ram. **Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology**, 6(1), 417–426. 2014.

FRIGANOVIĆ, A., SELIČ, P., ILIĆ, B., & SEDIĆ, B. Stress and burnout syndrome and their associations with coping and job satisfaction in critical care nurses: a literature review. **Psychiatra Danubina**, 2019; 31(Suppl 1), 21–31.

GARCIA, L. P.; BENEVIDES-PEREIRA, ANA MARIA T. Investigando o Burnout em Professores Universitários. **Revista Eletrônica InterAção Psy** – Ano 1, nº 1- Ago 2003 – p. 76-89.



GIL, ANTONIO CARLOS. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 2. ed. São Paulo: Atlas, 1989. 206 p.

GIL-MONTE, P. R. **El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout)**. In P. R. Gil-Monte & B. Moreno-Jiménez, **Uma enfermidade laboral en la sociedad del bienestar**. (pp. 36-37). Madrid: Pirámide, 2005.

GONÇALVES, RAPHAELA DOS SANTOS. **A síndrome de Burnout em professores: sua relação com a satisfação no trabalho, fatores sociodemográficos e organizacionais**. 78 f. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal de São Paulo. Programa de Pós graduação Interdisciplinar em Ciências da Saúde, 2023.

LEVY, G. C. T. M.; NUNES SOBRINHO, F. P.; SOUZA, C. A. A. Síndrome de Burnout em professores da rede pública. **Produção**, v. 19, n. 3, p. 458-465, 2009.

LOURENÇO, VIVIANE PINHEIRO. **Absenteísmo, presenteísmo, síndrome de Burnout, liderança ética e estratégias de enfrentamento em professores no Distrito Federal**. 124 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2016.

LÜCK, HELOÍSA. **Dimensões de gestão escolar e suas competências**. Heloísa Lück. Curitiba: Editora Positivo, 2009.

MAIOR, EDIT; DOBREAN, ANCA DOBREAN; PĂȘĂRELU, COSTINA-RUXANDRA. Teacher rationality, social-emotional competencies and basic needs satisfaction: direct and indirect effects on teacher burnout. **Journal of Evidence-Based Psychotherapies**, Vol. 20, No. 1, March 2020, 135-152.

MASSA, L. D. B., SILVA, T. S. DE S., SÁ, I. S. V. B., BARRETO, B. C. DE S., ALMEIDA, P. H. T. Q. DE, & PONTES, T. B. Síndrome de Burnout em professores universitários. **Revista De Terapia Ocupacional Da Universidade De São Paulo**, 27(2), 180-189, 2016.

MEDEIROS, B. M. V. DE; PRAZERES, L. S. A. DOS. GESTÃO DE PESSOAS NA EDUCAÇÃO: uma análise das propostas participativas no desenvolvimento das políticas públicas educacionais. **Anais do Congresso Brasileiro de Processo Coletivo e Cidadania**, n. 8, p. 447-463, out/2020 ISSN 2358-1557.

MENDES, RENÉ. **Patologia do trabalho**. 2. ed. Sao Paulo: Atheneu, 2003.

**ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE**. CID: burnout é um fenômeno ocupacional. Disponível em

<<https://www.paho.org/pt/noticias/28-5-2019-cid-burnout-e-um-fenomeno-ocupacional#:~:text=A%20burnout%20se%20refere%20especificamente,defini%C3%A7%C3%A3o%20%C3%A9%20agora%20mais%20detalhada>>. Acesso em 18/12/2023.



PIETROWSKI, DANIELA LOPES; CARDOSO, NICOLAS DE OLIVEIRA; BERNARDI, CLAUDIA CANESTRINE DO NASCIMENTO. Estratégias de *coping* frente à síndrome de Burnout entre os professores: uma revisão integrativa da literatura nacional. **Contextos Clínicos**, 11(3):397-409, setembro-dezembro 2018, Unisinos.

RAZEIRA, MAURICIO BERNDT. **Síndrome de Burnout e indicadores de qualidade de vida no trabalho dos professores do Instituto Federal de Mato Grosso: Estudo de caso do campus São Vicente**. 183 f. Tese Doutorado – Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Escola superior de Educação Física, Universidade Federal de Pelotas. Pelotas, 2020.

RIBEIRO, L. DA C. C.; OLIVEIRA, T. C.; MOREIRA, S. A.; DE PAULA, F. A. Construção e validação de manual sobre Burnout em professores. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, [S. l.], v. 7, 2017.

RODRIGUES, V. B.; MADEIRA, M. Suporte social e saúde mental: revisão de literatura. **Revista da faculdade de Ciências da Saúde**. Porto: Edições Universidade Fernando Pessoa. ISSN 1646-0480.6 (2009) 390-399.

SANTOS, ADRIANA; TEIXEIRA, ANA RAQUEL; QUEIRÓS, CRISTINA. Burnout e stress em professores: um estudo comparativo 2013-2017. **Psicologia, Educação e Cultura**. Vol. XXII, Nº 1. Maio de 2018.

SANTOS, KARINE DAVID ANDRADE; SILVA, JOILSON PEREIRA DA. Intervenções em *Mindfulness* para Síndrome de Burnout em Professores: uma revisão integrativa. **Contextos Clínicos**, v. 14, n. 1, jan./abr. 2021.

SILVA, GABRIELA ANTONIA CORRÊA DA. **Estratégias de enfrentamento do estresse docente em escolas municipais**. 110 f. Dissertação (Mestrado) – Universidade de Taubaté. Programa de Pós-graduação em Educação e Desenvolvimento Humano: Formação, Políticas e Práticas Sociais. Taubaté, 2017.

SILVEIRA, KELLY AMBROSIO; ENUMO, SÔNIA REGINA FIORIM; PAULA, KELLY MARIA PEREIRA DE; BATISTA, ELISA POZZATTO. Estresse e enfrentamento em professores: uma análise da literatura. **Educação em Revista**, Belo Horizonte, v.30, n.04, p. 15-36. Outubro-Dezembro 2014.

SILVEIRA, KELLY AMBROSIO; ENUMO, SÔNIA REGINA FIORIM; PAULA, KELLY MARIA PEREIRA DE; BATISTA, ELISA POZZATTO. Indicadores de estresse e estratégias de enfrentamento em professores de ensino multisseriado. **Revista Quadrimestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional**. Volume 18, Número 3, Setembro/Dezembro de 2014: 457-465. São Paulo.

SIQUEIRA, ALINE BRANDÃO DE. **Sofrimento, processo de adoecimento e prazer no trabalho: as estratégias desenvolvidas pelos docentes do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Pernambuco na (re)conquista da sua saúde**. 200 f. Tese (Doutorado) – Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, 2015.



## Sobre os autores

### **Bethânia Araújo Rocha**

betha.araujo1@gmail.com

Especialista em História Social da Educação no Brasil pela Faculdade Pitágoras de Linhares. Especialista em Educação Artística pelas Faculdades Integradas de Jacarepaguá. Especialista em Gestão Escolar pelo Centro Universitário Faveni (UNIFAVENI). Licenciada em História pela Faculdade Pitágoras de Linhares. Professora Efetiva de História da Rede Pública Estadual do Estado do Espírito Santo na função de Gestão Escolar da Superintendência Regional de Educação São Mateus (SRESM).

### **Marconi Rocha**

rochamarconi2@gmail.com

Mestre em Ensino na Educação Básica pela Universidade Federal do Espírito Santo UFES). Especialista em Gestão Pública pelo Instituto Federal do Espírito Santo (IFES). Especialista em Educação Pobreza e Desigualdade Social pela Universidade Federal do Espírito Santo (UFES). Especialista em Gestão Escolar pelo Centro Universitário Faveni (UNIFAVENI). Licenciado em Química pela Universidade do Oeste Paulista (UNOESTE). Professor Efetivo de Química da Rede Pública Estadual do Estado do Espírito Santo na função de Supervisor Escolar da Superintendência Regional de Educação São Mateus (SRESM).

