



**FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES**  
**CURSO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS**

**A SÍNDROME DE BURNOUT:**

**A causa de doenças em educadores e a sua relação com estresse**

**Daiane Franciele de Jesus Siliá**

**Naiane Franciele de Jesus Siliá Almeida**

**Orientador: Prof.<sup>a</sup> Cláudia Araújo Sgamati**

Trindade - GO

2017

**FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES  
CURSO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS**

**A SÍNDROME DE BURNOUT:  
A causa de doenças em educadores e a sua relação com estresse**

**Daiane Franciele de Jesus Siliá  
Naiane Franciele de Jesus Siliá Almeida**

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado à Faculdade União de  
Goyazes como requisito parcial à  
obtenção do título de Licenciatura  
em Ciências Biológicas.

**Orientador: Prof.<sup>a</sup> Cláudia Araújo Sgamati**

Trindade - GO  
2017

Dedicamos o presente trabalho à nossas famílias pelo incentivo e apoio. A orientadora Prof.<sup>a</sup> Esp. Cláudia Araújo Sgamati, por aceitar fazer parte desse trabalho orientando e sendo compreensível. Ao professor da disciplina de Tcc Prof.<sup>o</sup> Ms. Leonardo Izidório Cardoso Filho pela ajuda e compreensão e aos professores da banca interna e externa Prof.<sup>a</sup> Esp. Patrícia Barcelos de Oliveira Freitas Prof. Esp. Keila bezerra de Abreu Oliveira e o Prof.<sup>o</sup> Ms. Rafael Braga do Amaral.

“O importante da educação não é apenas formar um mercado de trabalho, mas formar uma nação com gente capaz de pensar”.

José Arthur Giannotti

# **A SÍNDROME DE BURNOUT: A CAUSA DE DOENÇAS EM EDUCADORES E A SUA RELAÇÃO COM ESTRESSE**

Daiane Franciele de Jesus Siliá<sup>1</sup>

Naiane Franciele de Jesus Siliá Almeida<sup>1</sup>

Orientadora: Cláudia Araújo Sgamati<sup>2</sup>

## **RESUMO**

O objetivo do presente estudo é abordar a síndrome de burnout (SB) em educadores de diferentes lugares. A SB é um acontecimento psicossocial que leva ao estresse crônico, seus primeiros estudos surgiram na década de 1970, e foi a partir de 1974 que o psiquiatra Freudenbergler apresentou a síndrome como clínica, tornando-se importante para as pesquisas científicas. Burnout foi conceituada como a exaustão do profissional no serviço. A SB se desenvolve aos poucos apresentando sinais de dimensões: exaustão emocional, despersonalização e falta de realização no serviço, levando o educador muitas vezes a abandonar sua carreira devido aos altos níveis de estresse em sala de aula, desenvolvendo-se diversas patologias. Torna-se necessário abordar o tema para que se possa ter um conhecimento mais amplo da síndrome para um resultado mais preciso de prevenção à saúde do educador.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educador. Síndrome. Burnout. Estresse.

## **BURNOUT SYNDROME: THE CAUSE OF DISEASES IN EDUCATORS AND THEIR RELATIONSHIP TO STRESS**

### **ABSTRACT**

The aim of the present study is to address burnout syndrome (SB) in educators from different places. The SB is a psychosocial event that leads to chronic stress, his first studies appeared in the 1970s, and it was since 1974 that the psychiatrist Freudenbergler presented the syndrome as a clinic, making it important for scientific research. Burnout was conceptualized as the exhaustion of the professional in the service. The SB develops gradually showing signs of dimensions: emotional exhaustion, depersonalization and lack of accomplishment in the service, leading the educator often to abandon his career due to the high levels of stress in the classroom, developing several pathologies. It becomes necessary to approach the subject so that one can have a broader knowledge of the syndrome for a more accurate result of prevention to the health of the educator.

**KEYWORDS:** Educator. Syndrome. Burnout. Stress.

---

<sup>1</sup> Acadêmico do Curso de ciências biológicas da Faculdade União de Goyazes

<sup>2</sup> Orientador: Prof. Esp. Cláudia Araújo Sgamati, Faculdade União de Goyazes

## INTRODUÇÃO

O conceito de burnout está diretamente relacionado com o estresse (ZORZANELLI; VIEIRA; RUSSO, 2016). Burnout é uma palavra inglesa que quer dizer “Queima após Desgaste”. E pode ser mencionada como a exaustão e o desgaste do educador que se sente cansado sem energia ou sem força em suas atividades no serviço (SANTOS et al., 2016).

Burnout é um acontecimento psicossocial que leva a um resultado crônico ao estresse, ocorridos no serviço, que atinge profissionais que tem uma ligação contínua com outros indivíduos (BATISTA et al., 2010; BRAUN; CARLOTTO, 2014; MOREIRA et al., 2016; SILVA et al., 2016).

O estresse causa prejuízos mentais para qualquer pessoa sem diferenciação de raça ou classe social (ALMEIDA et al., 2016).

De acordo com a organização internacional do trabalho (OIT), o estresse tornou-se ultimamente um dos temas mais importantes à saúde global como alvo de preocupação em diversos países no que se referi ao serviço (CARLOTTO et al., 2015).

O início dos estudos de burnout mais aprofundados surgiu na década de 1970 nos Estados Unidos foi apresentado pelo psiquiatra Freudenberger em 1974 sendo observado como clínico (SOUZA et al., 2016). A pesquisa foi denominada de Staff burnout, o psiquiatra Herbert J. Freudenberger conceituou a palavra burnout como sentimento de fracasso, cansaço é também de impotência, foram analisados em um grupo de jovens voluntários que trabalhavam em uma clínica de pacientes que dependiam de substâncias psicoativas em Nova Iorque (SILVA et al., 2017). Substâncias psicoativas (SPA) são relativamente consideradas drogas que modificam o comportamento, e a sua consciência, humor e também compreensão agindo no sistema nervoso central (PICOLOTTO et al., 2010).

Foi em 1976 que a psicóloga Maslach elaborou o conceito burnout que se tornou usado na literatura científica, na qual a síndrome de burnout foi considerada como uma doença que surge através dos estressores crônicos no serviço, que são desenvolvidas por três dimensões (SOUZA et al., 2016).

1- Desgaste emocional parecido com estresse, sentimentos de estar sobre pressão seguida de perda emocional;

2- A despersonalização que traz uma resposta inexplicável e negativa para indivíduos que depende do serviço deste indivíduo;

3- Falta de realização no serviço, junto com a redução de sentimento de eficiência nas suas obrigações individuais é auto avaliação negativa durante as tarefas realizadas no serviço (ABKHOU; JENAABADI, 2015; CARVALHO; MAGALHÃES, 2014; MENDONÇA; ARAÚJO, 2016).

Já para BRAUN; CARLOTTO (2014) a síndrome é desenvolvida por quatro dimensões: ilusão pelo trabalho, desgaste psicológico, indolência e sentimento de Culpa.

Para que seja comprovado que o profissional sofre da síndrome de burnout o educador tem que ter altos níveis de exaustão emocional, despersonalização, e baixa realização na profissão (SILVA et al., 2016).

Foi na década de 80, que os estudos da síndrome de burnout teve um grande destaque e tornou se mais conhecido nos Estados Unidos. E logo depois países como o Canadá e a Inglaterra começaram a discutir também o assunto. Com os estudos mais amplos, outros países logo se interessaram também pelo assunto. Assim que o tema foi se tornando mais conhecido pelo público e pela comunidade acadêmica, estudiosos iniciaram estudos sobre o que leva ao desencadeamento da síndrome (CÂNDIDO; ROCHA DE SOUZA, 2017). No Brasil a síndrome burnout se tornou conhecido nos anos 90, e ainda se tem poucos estudos se comparado com as pesquisas internacionais (BATISTA et al., 2010; CARLOTTO, 2011).

O Brasil apresenta um problema bastante preocupante no que se refere à saúde dos professores e às circunstâncias vivenciadas no serviço (MAZON; CARLOTTO; CÂMARA, 2008). Burnout é um processo lento que demora anos para se manifestar e geralmente não é possível ser percebido de imediato, desenvolve lentamente em casos mais raros e torna-se agudo, o seu início é marcado por um excessivo e duradouro nível de tensão (BATISTA et al., 2010).

Os educadores, possui uma jornada de serviço constante e está exposta a diversos problemas a sobrecarga, a falta de desempenho dos alunos, a baixa remuneração, benefícios inapropriados, e também o desinteresse por parte dos estudantes em estudar, ignorando a necessidades das escolas e a grande quantidade de alunos nas salas de aula. Os problemas presentes causam grandes impactos na saúde dos educadores deixando este vulnerável e em

último caso pode levar a síndrome de burnout no trabalho (ABKHOU; JENAABADI, 2015).

O estresse também está relacionado com o modo de vida, sendo ele causador por quase metade das doenças do coração entre outros tipos de carcinomas (LAZARI; CODINHOTO, 2016).

Na Europa e nos Estados Unidos da América, a síndrome de burnout é vista como umas das principais patologias, pareada com doenças cardiovasculares e a diabetes (SILVA et al., 2017). Por não ser visível se desenvolve ligado a outros tipos de doenças (LAZARI; CODINHOTO, 2016).

Segundo CARLOTTO; CÂMARA (2008, p. 154):

As leis brasileiras de auxílio ao trabalhador já contemplam a SB. No Anexo II – que trata dos Agentes Patogênicos causadores de Doenças Profissionais – do Decreto nº3048/99 de 6 de maio de 1996 – que dispõe sobre a Regulamentação da Previdência Social –, conforme previsto no Art.20 da Lei nº 8.213/91 [...].

O sinal de estresse está associado com o desgaste do sistema nervoso, inclui também palpitação tontura dores sem explicação e falta de ar. Podem ocorrer consequências como agitação, insonolência, memória fraca e também difícil concentração, a baixa resistência a patologias com ataque cardíaco, ansiedade e Suores frios. Todos os sintomas surgem em uma intensa situação de estresse e tem durabilidade de vários dias, já que o desgaste é muito intenso para os problemas psicológicos e físicos (LAZARI; CODINHOTO, 2016).

Os educadores se comparados com outros profissionais em geral, demonstram um nível mais elevado de esgotamento emocional e realização individual no serviço (MOREIRA et al., 2016). Os Educadores que têm mais mentalidade emocional quando sabem comandar suas competências emocionais se tornando menos vulnerável ao estresse vivenciado (ANDRADE; FRANCO, 2017). Os educadores estão desacreditando neles mesmos, desapontados em lecionar, considerando sua profissão como algo doloroso e ruim, no qual enfrentam várias dificuldades (MORTE; DEPS, 2015).

Recentemente o conhecimento sobre Síndrome de Burnout demonstra ser um elemento de grande importância nas circunstâncias da sua prevenção e para a observação das condições de serviço em diversos lugares no mundo, considerando à saúde do profissional essencial para o seu bem-estar e de seus familiares. (SILVA et al., 2016).

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

O presente estudo trata-se de uma pesquisa de referências bibliográficas e descritiva de caráter exploratório de sites especializados e artigos científicos, acompanhando as bases de dados scielo (Scientific Eletronic Libary Online). Google Acadêmico Datados de 2008 a 2017. Para o estudo foram selecionados 90 artigos na língua portuguesa, espanhol, inglês e francês dos 90 apenas 33 artigos foram utilizados os demais foram descartados, pois não correspondiam às demandas do trabalho.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Os resultados dos presentes estudos abaixo correspondem à análise de referências bibliográficas de artigos científicos de autores. Estuda-se a síndrome de burnout nos profissionais da educação.

Para Christina Maslach burnout não é uma recente patologia psiquiátrica, e sim uma ameaça espiral que leva a síndrome de burnout (DGT, INRS, 2015).

Estudos demostram que lecionar é uma atividade estressante e que ¼ dos educadores sofre de estresse ao longo da aula. Também as análises apontam elevados percentuais (30 a 75%) dos educadores sofre estresse alto e médio no seu serviço. Nos países ocidentais e no leste da Europa de 10 a 40% dos educadores dispõem do estresse e da síndrome burnout, já em países do Irã, Japão e Taiwan os percentuais vão de 50 a 40% (SADEGHI et al., 2015).

Um estudo realizado em Lisboa, na Zona da Drel, realizada com um número de 777 educadores envolvidos, mostrou resultados preocupantes da indisposição no serviço entre trabalhadores da educação, os resultados obtidos com os 777 educadores mostraram no estudo que 6,3% têm graves índices de burnout com uma situação plena da síndrome. E cerca de 30% mostraram

sintomas alarmantes e alto risco de evoluírem para a síndrome de burnout. (ANDRADE; FRANCO, 2017).

O quadro um mostra os fatores que favorecem para o estresse no contexto escolar, o quadro um foi criada a partir dos resultados dos autores citados abaixo.

**Quadro 1:** Fatores de estresse no contexto escolar.

AUTORIA	FATORES
(SILVEIRA et al., 2014)	<p style="text-align: center;">Manter a sala de aula em ordem            Passar tarefa            Problemas na organização (falta de recursos e materiais)            Grande responsabilidade com os estudantes            Grande quantidade de estudantes            Pouco suporte profissional            Falta de apoio dos pais dos estudantes            Comportamento agressivo</p>
(BRAUN; CARLOTTO, 2014)	<p style="text-align: center;">Elevadas horas no serviço            Processos burocráticos            Reuniões            Desempenho diferente dos alunos também            Contribuem para o estresse</p>

Os problemas que o trabalhador enfrenta no serviço e na sua vida particular prejudica a sua própria saúde (DGT, INRS, 2015).

O excesso de stress contínuo nos profissionais da educação compromete a sua saúde de forma complexa. O estresse é um dos principais causadores de diversas doenças no educador, comprometendo seu bem-estar e a sua produtividade (ANSCHAU; STEIN, 2016).

Os professores estressados se irritam em casa e na sala de aula e tem sintomas acompanhados de algumas angústias. O quadro dois abaixo descreve melhor os sintomas e sentimentos vivenciados pelos professores (LOU; CHEN, 2016).

**Quadro 2:** Os sintomas da síndrome

<b>AUTORIA</b>	<b>LOCAL DO ESTUDO</b>	<b>SINTOMAS</b>
LOU; CHEN, (2016)	O estudo verificou as causas da síndrome nos educadores de inglês da universidade de Yangtze, foram utilizados inquéritos e entrevistas no estudo, verificou-se que os educadores sofriam da síndrome de burnout.	Sentimento de impotência Seguido de incômodo físico Insônia Herpes e Palpitação cardíaca
(CARVALHO; MAGALHÃES, 2014)	-----	Exaustão Frequentemente fica doente, Úlcera, Dor de cabeça, Problemas de pressão sanguínea, Dores musculares e Fadiga crônica

O quadro três mostra a percepção da violência na escola, feito com um número de 393 profissionais da educação básica da Pensilvânia no EUA, foi utilizado um questionário individual para a própria pesquisa do autor (PEREIRA et al., 2010).

**Quadro 3:** O restante das porcentagens não se enquadram no total da pesquisa.

<b>VIOLÊNCIA NA ESCOLA</b>		
<b>AUTORIA</b>	<b>PORCENTAGEM</b>	<b>RESULTADOS</b>
PEREIRA; TEIXEIRA (2010)	56%	Educadores julgaram a violência na escola pelos alunos e pais prejudiciais nas suas práticas pedagógicas e na saúde
Número de Professores Envolvidos	76%	Acham que deveria haver intervenção na escola para controlar a violência
	24%	Foram assaltados por estudantes
<b>393</b>	52%	Foram ameaçados por estudantes

A carência de supervisão familiar e o uso de drogas e a formação de grupos foram as principais causas de violência.

De acordo com as pesquisas feitas nos Estados Unidos, é possível confirma que os níveis de estresse nos professores aumentam de modo expressivo e lento, esse aumento dos níveis de estresse foi observado nas últimas décadas, já em outros países o estresse pode surge com maiores intensidades (LAZARI; CODINHOTO, 2016).

Professores que se afastaram do serviço por causa de doenças tem 3,57 vezes mais chance de exaustão, e os que acham a carreira menos interessante de quando começou tem 3,04 vezes mais possibilidades de ter exaustão emocional (RIBEIRO; BARBOSA; SOARES, 2016).

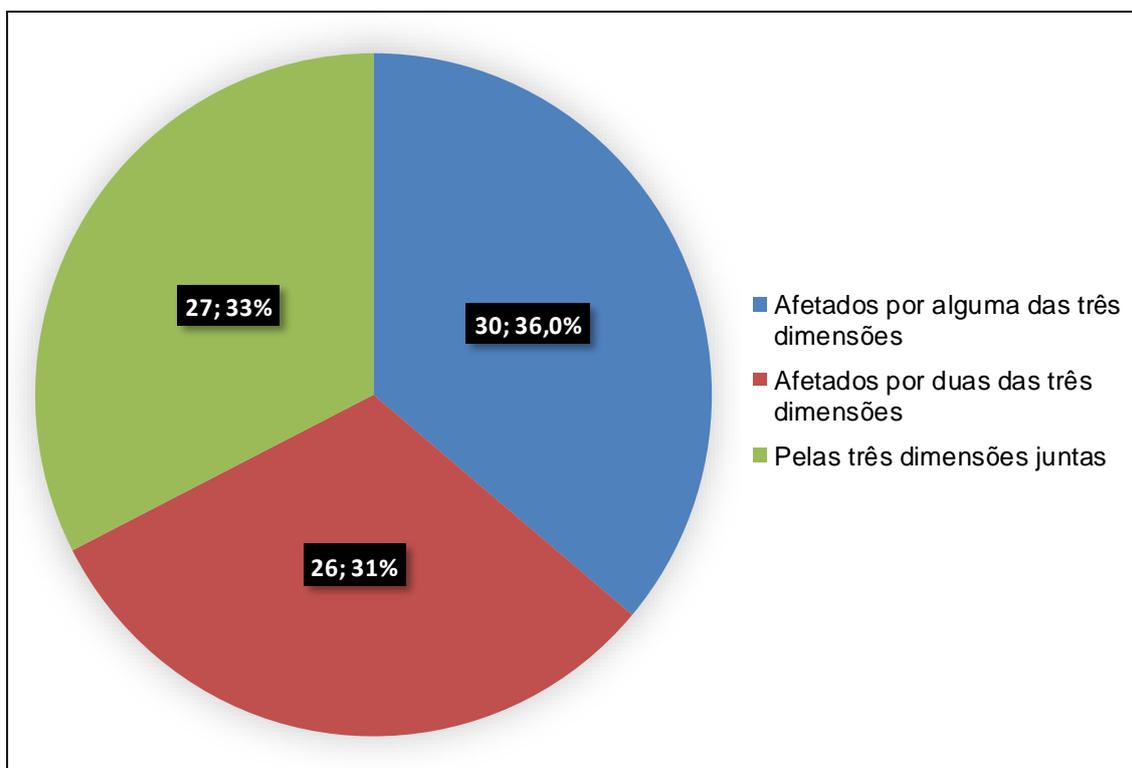
O quadro quatro foi realizado de acordo com os dados do autor citado abaixo comparando as dimensões da síndrome de burnout em professores de diferentes lugares. As porcentagens da análise se enquadram apenas para as dimensões da síndrome de burnout no estudo (CARLOTTO, 2011).

**Quadro 4:** As dimensões da síndrome de burnout

<b>AUTORIA</b>		<b>RESULTADOS</b>
<b>CARLOTTO (2011)</b>	%	
<b>Professores de João Pessoa (PB)</b>	<b>33,6</b> <b>8,3</b> <b>43,4</b>	Alto nível de Exaustão Emocional Alto nível de Despersonalização Baixo nível de realização no serviço.
<b>Portugueses</b>	<b>14</b> <b>17,9</b> <b>6</b>	Alto nível de exaustão emocional Despersonalização Baixo nível de realização no trabalho
<b>Professores Germânicos e Americanos</b>	<b>EE</b>	Germânicos (23%) e americanos (33%)
	<b>DP</b>	8% dos germânicos níveis altos e americanos 33%
	<b>RP</b>	40% para os germânicos e em 35% para os americanos.

Ao analisar a síndrome de burnout em educadores germânicos e americanos, foi possível identificar resultados diferentes nas três dimensões, germânicos eram menos prejudicados que os americanos pela exaustão. Em relação à despersonalização, germânicos eram menos prejudicados que os americanos. Já a realização no serviço era maior para germânicos e menores para os americanos (CARLOTTO, 2011).

Em relação às dimensões da síndrome de burnout um estudo realizado com 83 educadores afetados pela síndrome comprova que pelo menos por alguma das três dimensões sugeridos no instrumento MBI (questionário preliminar de identificação da síndrome), ou por duas das dimensões ou as três dimensões juntas os educadores estavam prejudicados como mostra a figura um (RIBEIRO; BARBOSA; SOARES, 2015).



**Figura 1:** As dimensões em educadores afetados pela síndrome de burnou (RIBEIRO; BARBOSA; SOARES, 2015).

Os resultados mostraram um sinal preocupante para as urgências de políticas para o enfrentamento da doença (RIBEIRO; BARBOSA; SOARES, 2015).

De acordo com os resultados das entrevistas, os educadores podem adotar medidas para prevenir a síndrome como manter-se psicologicamente saudável tendo apoio interno e externo. O apoio da sociedade e da família

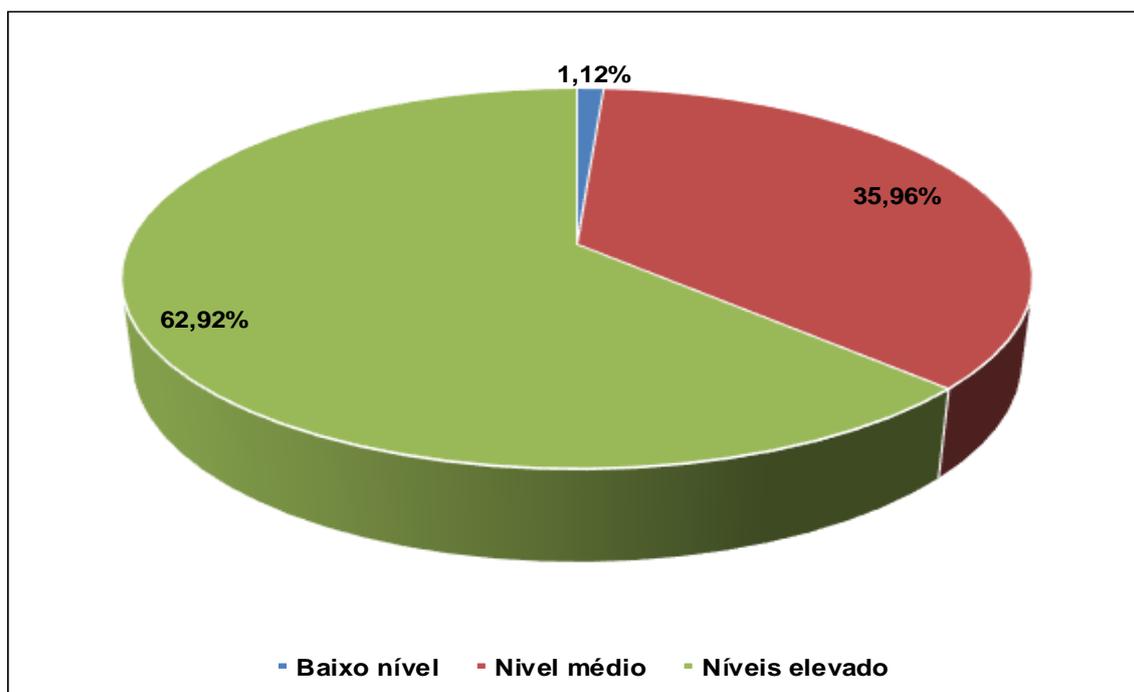
podem também ajudar os educadores do ensino de inglês a amortecer a síndrome (LOU; CHEN, 2016).

Observou uma diferença na saúde geral e na síndrome de burnout nos educadores em relação ao seu gênero (ABKHOU; JENAABADI, 2015). A dedicação, efetividade o cuidado e as várias funções (dona do lar, mãe, esposa entre outras atividades exercidas), podem a partir de o gênero influenciar na síndrome de burnout (RIBEIRO; BARBOSA; SOARES, 2015). Resultados mostram que a relação conjugal nos educadores influenciam a SB, educadores casados ou aqueles que têm um relacionamento afetivo tem menores chances de desenvolver a síndrome, já para solteiros, viúvos e divorciados tem maiores chances de desenvolver a síndrome de burnout (RIBEIRO; BARBOSA; SOARES, 2015).

Em relação aos educadores madeirenses detectados com a síndrome de burnout de acordo com a lista Maslach, a grande maioria é do sexo feminino com idade média de 44.29 anos, casados é com a média de 19 anos de trabalho. Foram constatados que a inteligência emocional e a síndrome de burnout estão associadas. Os resultados obtidos não revelaram evidências que a síndrome está relacionada com o estado civil, idade e o tempo de serviço do trabalhador e ao seu nível de ensino. Apenas o gênero parecia influenciar no emocional do educador (ANDRADE; FRANCO, 2017).

Foi possível entender que boa parte dos educadores sofre de algum transtorno psicológico devido aos problemas enfrentados na escola com alunos, pais e colegas. Torna-se, portanto, necessário buscar, divulgar e expandir alternativas para a prevenção e tratamento do estresse e da síndrome de burnout no corpo docente, e não apenas focalizar nas dificuldades e problemas comportamentais dos alunos, visto que todos fazem parte do processo de aprendizagem, e uma intervenção abrangente é necessária para um ensino de qualidade (MORTE; DEPS, 2015).

A figura dois criada com os dados do autor citado abaixo mostra relação às percepções de apoio social aos profissionais da educação (FIGUEROA; GUTIÉRREZ; CELIS, 2012).



**Figura 2:** As percepções de apoio social (FIGUEROA; GUTIÉRREZ; CELIS, 2012).

É necessárias medidas de prevenção para a síndrome de burnout. É preciso que ações nas instituições sejam conjuntas com a interação do educador, estudantes e pais, buscando alternativas para possíveis mudanças (MORTE; DEPS, 2015).

Uma das estratégias de enfrentamento da síndrome pelo indivíduo são o coping (esforço cognitivo e comportamental) que diminui as exigências realizadas no meio interno e externo (DALCIN, 2016). Se usadas de forma certa possibilita a redução dos problemas físicos e psicológicos no educador (CARLOTTO, 2014).

## CONCLUSÃO

O desenvolvimento do presente estudo possibilitou a compreensão da síndrome de burnout, contribuindo para que os professores possam entender mais sobre o tema abordado, buscando novas opções mais eficientes para prevenir e promover a saúde do educador (DIEHL; CARLOTTO, 2014).

O desgaste emocional e acometido devido às dificuldades encontradas no cotidiano, causados pelas situações física do serviço e na organização,

pela falta de compreensão de pais e a falta de respeito dos estudantes com educador (DIEHL; CARLOTTO, 2015).

Os educadores sofrem de stress quando exerce suas atividades no serviço, chegando muitas vezes a sofrer das três dimensões da síndrome de burnout, quando este é acometido pelas três dimensões o profissional está com a síndrome burnout, o que leva a causa de diversas doenças no trabalhador.

A síndrome de burnout ainda não é tão conhecida por grande parte dos profissionais da educação. Os professores sofrem com estresse em sala de aula constantemente o que pode vir a surgir transtornos psicológicos, levando o profissional até a abandonar sua carreira.

É de grande importância que o professor possa se sentir seguro e confortável em seu trabalho passando autoconfiança e equilíbrio aos seus alunos assim evitando constrangimentos na sala de aula e certos tipos de transtornos psicológicos que surge com estresse.

## REFERÊNCIAS

- ABKHOUS, T.; JENAABADI, H. Comparative analysis of the relationship between job burnout and general health of male and female high school teachers in Zabol. **Natural Science**, v. 7, n. 8, p. 391–399, maio 2015.
- ALMEIDA, L. A. et al. Fatores geradores da síndrome de burnout em profissionais da saúde. **Revista Online de Pesquisa cuidado é fundamental**, v. 8, n. 3, p. 4623 - 4628, 2016.
- ANDRADE, C.; FRANCO, G. Inteligência emocional como fator protetor do burnout em professores do 2.º E 3.º ciclos e secundário da ram. **International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología.**, v. 6, n. 1, p. 417–426, 12 jan. 2017.
- ANSCHAU, C.; STEIN, D. J. Stress e qualidade de vida: um olhar sobre o professor. **Revista Saberes e Sabores Educacionais**, v. 1, n. 3, p. 180–193, 2016.
- BATISTA, J. B. V. et al. Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 13, n. 3, p. 502–512, 2010.
- BRAUN, A. C.; CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout: Estudo comparativo entre professores do ensino especial e do ensino regular. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 18, n. 1, p. 125–133, jun. 2014.
- CÂNDIDO, J.; ROCHA DE SOUZA, L. Síndrome de burnout: as novas formas de trabalho que adoecem. **O portal dos Psicólogos**, p. 1–12, 28 jan. 2017.
- CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout em Professores: Prevalência e fatores associados. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 27, n. 4, p. 403–410, 2011.
- CARLOTTO, M. S. Síndrome de burnout em professores: prevalência e fatores associados. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 27, n. 4, p. 403–410, dez. 2011.
- CARLOTTO, M. S. Prevenção da síndrome de burnout em professores: um relato de experiência. **Mudanças - Psicologia da Saúde**, v. 22, n. 1, p. 31–39, 30 jun. 2014.
- (CLEBSCH, 1147). Educação em frases. **Humana Editorial**, p.5 - 9. Disponível em : [http://www.fecra.edu.br/admin/arquivos/Educacao em Frases.pdf](http://www.fecra.edu.br/admin/arquivos/Educacao%20em%20Frases.pdf)
- CARLOTTO, M. S. et al. O papel mediador da autoeficácia na relação entre a

sobrecarga de trabalho e as dimensões de Burnout em professores. **Psico-USF**, v. 20, n. 1, p. 13–23, abr. 2015.

CARVALHO, C. G.; MAGALHÃES, S. R. Inteligência emocional como estratégia de prevenção contra a síndrome de burnout. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde, Três Corações**, v. 11, n. 2, p. 540–550, 2014.

DALCIN, L. Efeito de uma intervenção para prevenção da Síndrome de Burnout em professores. 2016. Disponível em : <http://hdl.handle.net/10923/7796>

DGT, INRS, A. **Le syndrome d'épuisement professionnel ou burnout**. [s.l.: s.n.]. Disponível em: <[http://travail-emploi.gouv.fr/IMG/pdf/Exe\\_Burnout\\_21-05-2015\\_version\\_internet.pdf](http://travail-emploi.gouv.fr/IMG/pdf/Exe_Burnout_21-05-2015_version_internet.pdf)>. Acesso em: 27 maio. 2017.

DIEHL, L.; CARLOTTO, M. S. Conhecimento de professores sobre a síndrome de burnout: processo, fatores de risco e consequências. **Psicologia em Estudo**, v. 19, n. 4, p. 741–752, dez. 2014.

DIEHL, L.; CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout: indicadores para a construção de um diagnóstico. **Psicologia Clínica**, v. 27, n. 2, p. 161–179, 2015.

FIGUEROA, A. E. J.; GUTIÉRREZ, M. J. J.; CELIS, E. R. M. Burnout, apoyo social y satisfacción laboral en docentes. **Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional**, v. 16, n. 1, p. 125–134, 2012.

LAZARI, E. C. C.; CODINHOTO, E. O estresse de professores em sala de aula. **Revista FAROL**, v. 2, n. 2, p. 98–112, 2016.

LOU, Y.; CHEN, L. A Study of the English Teachers ' Burnout in a Local Comprehensive University in China. **Creative Education**, v. 7, n. April, p. 646–654, 2016.

MAZON, V.; CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. Síndrome de Burnout e estratégias de enfrentamento em professores. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 60, n. 1, p. 55–66, 2008.

MENDONÇA, S. H. A.; ARAÚJO, L. S. Esgotamento profissional e qualidade de vida no trabalho: uma revisão integrativa. **Psicologias**, v. 2, n. 0, p. 1–19, 2016.

MOREIRA, D. L. et al. Síndrome de burnout: estudo com professores da rede pública da cidade de farroupilha no Rio Grande do Sul. **7th International Symposium on Technological Innovation**. v. 3 ,n. 1 p. 090 - 098, 2016.

MORTE, S. V. DOS R. DA B.; DEPS, V. L. Prevenção e tratamento do estresse

e da síndrome de burnout em professores da rede pública de ensino. **Revista Científica Interdisciplinar**, v. 2, n. 5, p. 62–188, 2015.

PEREIRA, É. F. et al. Qualidade de vida e saúde dos professores de educação básica: discussão do tema e revisão de investigações. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 17, n. 2, p. 100–107, 2010.

PEREIRA, S. A síndrome de burnout: o estresse em docentes das instituições de ensino superior privadas de Porto Velho. **Psico**, v. 39, n. 2, p. 152–158, 2008.

PICOLOTTO, E. et al. Prevalência e fatores associados com o consumo de substâncias psicoativas por acadêmicos de enfermagem da Universidade de Passo Fundo. **Ciencia & saude coletiva**, v. 15, n. 3, p. 645–654, maio 2010.

RIBEIRO, L. DA C. C.; BARBOSA, L. A. C. R.; SOARES, A. S. Avaliação da prevalência de Burnout entre professores e a sua relação com as variáveis sociodemográficas. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, v. 5, n. 3, p. 1741–1751, 2015.

SADEGHI, A. et al. Survey of the relationship between personality types and burnout among teachers at first period (guidance school) and second period of high school (secondary school) in the city of rasht, iran. **Creative Education**, v. 6, n. 8, p. 835–845, 2015.

SANTOS, J. D. DOS et al. suicídio dos profissionais e estudantes de odontologia associado às altas taxas de síndrome de burnout. **Revista Ação Odonto**. v. 0, n. 1, p. 123-128, 2016.

SILVA, F. A. et al. Muito trabalho, pouco dinheiro! síndrome de burnout em profissionais de educação física que atuam em academias e clubes. **Biomotriz**, v. 10, n. 2, p. 84–99, 2016.

SILVA, R. S. P. DE M. DA et al. O esgotamento do profissional enfermeiro: Influências Na Assistência À Saúde. **Revista Rede de Cuidados em Saúde**, v. 10, n. 1, p. 1–15, 2017.

SILVEIRA, K. A. et al. Estresse e enfrentamento em professores: uma análise da literatura. **Educação em Revista**, v. 30, n. 4, p. 15–36, dez. 2014.

SOUZA, S. et al. Síndrome de burnout e valores humanos em professores da rede pública estadual da cidade de João Pessoa: Um estudo correlacional. **Análise Psicológica**, v. 34, n. 2, p. 119–131, 2 jun. 2016.

ZORZANELLI, R.; VIEIRA, I.; RUSSO, J. A. Diversos nomes para o cansaço: categorias emergentes e sua relação com o mundo do trabalho. **Interface** -

**Comunicação, Saúde, Educação**, v. 20, n. 56, p. 77–88, mar. 2016.