

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM DIREITO

MARIA CLARA SIMIÃO BRILHANTE

**DESAFIOS PSICOSSOCIAIS NA EDUCAÇÃO: uma análise da síndrome de burnout
em professores**

JUAZEIRO DO NORTE-CE
2023

MARIA CLARA SIMIÃO BRILHANTE

DESAFIOS PSICOSSOCIAIS NA EDUCAÇÃO: uma análise da síndrome de burnout em professores

Trabalho de Conclusão de Curso – *Artigo Científico*, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Direito do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel.

Orientador: Prof. Esp. Rawlyson Maciel Mendes

JUAZEIRO DO NORTE-CE
2023

MARIA CLARA SIMIÃO BRILHANTE

**DESAFIOS PSICOSSOCIAIS NA EDUCAÇÃO: uma análise da síndrome de burnout
em professores**

Este exemplar corresponde à redação final aprovada do
Trabalho de Conclusão de Curso de MARIA CLARA
SIMIÃO BRILHANTE

Data da Apresentação 11/12/2023

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Prof. Esp. Rawlyson Maciel Mendes - UNILEÃO

Membro: Prof. Esp. Alyne Leite de Oliveira - UNILEÃO

Membro: Prof. Ma. Tamyris Madeira de Brito - UNILEÃO

JUAZEIRO DO NORTE-CE

2023

DESAFIOS PSICOSSOCIAIS NA EDUCAÇÃO: uma análise da síndrome de burnout em professores

Maria Clara Simião Brilhante¹
Rawlyson Maciel Mendes²

RESUMO

A Síndrome de Burnout – também conhecida como a exaustão profissional – é uma doença ocupacional que acomete em grande proporção os trabalhadores na contemporaneidade. Tal enfermidade é um desafio psicossocial sério que possui impactos significativos na área da educação. O objetivo central da presente pesquisa, a qual será delineada a partir da metodologia de revisão de literatura, é investigar os fatores preponderantes que incitam à manifestação da Síndrome de Burnout no âmbito dos profissionais da educação e, quando diagnosticado, quais os desafios enfrentados por estes profissionais na busca pela mitigação dos efeitos danosos dessa síndrome, compreendendo os mecanismos pelos quais podem harmonizar de modo menos prejudicial suas vidas profissionais. Propõe-se, ainda, como objetivo específico, analisar a trajetória histórica desse fenômeno, explorar os estágios característicos desse esgotamento profissional e os seus efeitos, identificando estratégias eficazes de inibição e prevenção, com o intuito de minimizar o impacto adverso que essa síndrome exerce sobre a categoria docente.

Palavras Chave: Contemporaneidade. Educação. Direitos. Desafios Psicossociais. Síndrome de Burnout

ABSTRACT

Burnout Syndrome – also known as professional exhaustion – is an occupational disease that affects workers in a large proportion in contemporaneity. This illness is a serious psychosocial challenge which has significant impacts on the area of education. The main objective of this research, which will be outlined based on the literature review methodology, is to investigate the major factors that stimulate the manifestation of Burnout Syndrome among education professionals and, when diagnosed, what are the challenges faced by these professionals in the seek for mitigating the harmful effects of this syndrome, understanding the mechanisms through which they can harmonize their professional lives in a less harmful way. It is also proposed, as a specific objective, to analyze the historical trajectory of this phenomenon, explore the characteristic stages of this professional exhaustion and its effects, identifying effective inhibition and prevention strategies, with the aim of minimizing the adverse impact that this syndrome has on the teaching category.

Keywords: Contemporaneity. Education. Rights. Psychosocial Challenges. Burnout Syndrome.

¹ Graduanda do Curso de Direito do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio – Unileão
E-mail: mariaclarabrilhante13@outlook.com

² Professor Orientador do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio – Unileão: Prof. Esp. Rawlyson Maciel Mendes
E-mail: rawlyson@leaosampaio.edu.br

1 INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout, também conhecida como esgotamento profissional, foi considerada doença ocupacional pela OMS – Organização Mundial da Saúde – em 1º de janeiro de 2023, sendo incluída no rol da Classificação Internacional de Doenças (CID) (FASANELLA, 2022). Essa síndrome é caracterizada como um distúrbio emocional, ocasionada por um ambiente de trabalho desgastante no qual promove demasiada competitividade e responsabilidade, desencadeando o excesso de trabalho, cujos principais sintomas são a exaustão extrema, o estresse crônico e o esgotamento físico (VARELLA, 2022).

No contexto social ora vigente, as preocupações pertinentes à saúde mental no cenário laboral tem se tornado ponto central de análise em virtude dos impactos substanciais que geram sobre os indivíduos e as organizações. Entre as inúmeras complexidades psicossociais enfrentadas pelos profissionais, a Síndrome de Burnout, paulatinamente, emerge como a principal enfermidade no âmbito laboral, especialmente no contexto educacional, haja vista que a categoria docente não está imune aos efeitos adversos do esgotamento profissional, sendo tópico de estudos desde os primórdios das investigações acerca da suprareferida enfermidade (CARLOTTO, 2004).

Os elementos que influenciam à saúde ocupacional dos professores são principalmente os que surgem das interações entre os alunos e seus educadores, a aspiração pela excelência na prática profissional e a correlata carga de responsabilidade inerente à atividade laboral frequentemente desencadeiam a emergência de uma sensação de despersonalização e a consequente redução da satisfação pessoal no trabalho (GONÇALVES, 2023).

O escopo do planejamento desta pesquisa se direciona primordialmente à consecução de seu objetivo geral, no qual consiste em uma minuciosa investigação dos fatores preponderantes que incitam à manifestação da Síndrome de Burnout no âmbito profissional da educação e, quando diagnosticado, quais os desafios psicossociais enfrentados por esses profissionais na busca de mitigar os efeitos danosos dessa síndrome, bem como compreender os mecanismos pelos quais podem harmonizar de modo menos prejudicial suas vidas profissionais.

Assim, para uma compreensão mais abrangente a fim de entender a sua persistente prevalência na atualidade, a presente pesquisa objetiva especificamente empreender uma investigação que mergulhe na trajetória histórica desse fenômeno, sendo indispensável uma análise detalhada de quando e por que essa síndrome surgiu. Para além, apresentar um exame

crítico do seu impacto prolongado, no qual se intensificou consideravelmente em decorrência do cenário pandêmico recente.

Porquanto, é relevante também explorar minuciosamente os estágios característicos desse esgotamento profissional e os efeitos multifacetados que ele impõe, não somente aos profissionais do campo educacional, mas igualmente ao grupo laboral em sua totalidade, sendo de vital importância observar as abordagens adotadas pelo sistema judiciário para lidar com questões relacionadas ao Burnout, a fim de delinear estratégias eficazes de inibição e prevenção, cujo intuito caminha para mitigar o impacto adverso que essa síndrome exerce sobre os indivíduos e a sociedade como um todo.

Nesse contexto, torna-se evidente que uma abordagem holística e interdisciplinar se faz necessária para elucidar a origem e a persistência da Síndrome de Burnout, bem como para compreender suas implicações nos diversos campos profissionais. Tal pesquisa não apenas fornecerá um alicerce sólido para a identificação precoce e o tratamento adequado do Burnout, como também permitirá a criação de políticas e estratégias eficazes de prevenção. Visando, assim, preservar a saúde e o bem-estar dos trabalhadores e, conseqüentemente, melhorar a qualidade de vida no ambiente de trabalho e na sociedade em geral.

2 A EVOLUÇÃO HISTÓRICA DO ESTUDO SOBRE BURNOUT

Na contemporaneidade, quando pronunciado “esgotamento profissional”, de forma iminente e sem desvios, vem à mente a Síndrome de Burnout e todos os seus efeitos que acometem diariamente o grupo de empregados. (CÂNDIDO; SOUSA, 2016).

Cabe destacar que o vocábulo "Burnout", derivado do dialeto inglês, que significa "algo que para de funcionar por falta total de energia" (TRIGO, 2007). Em outras palavras, a Síndrome de Burnout consiste em um transtorno psicológico que se traduz como resultado do estresse crônico relacionado ao trabalho, ocasionando o esgotamento físico e mental extremo. No entanto, para ser configurada a Síndrome de Burnout, todo esse estresse físico, mental e emocional deve estar necessariamente relacionado ao trabalho. Nesse sentido conceitua Vieira e Russo (2019):

O conceito de Burnout – em inglês coloquial, ‘combustão completa’ – foi formulado pelo psicanalista norte-americano Herbert Freudenberger, nos anos 1970, para nomear uma reação de esgotamento físico e mental vivenciada por profissionais de saúde envolvidos na assistência a usuários de drogas. Identificado inicialmente nas áreas de cuidado/serviços (saúde, serviço social, assistência jurídica, atividade policial e de bombeiros) e da educação, o Burnout foi tradicionalmente definido

como uma síndrome psicológica composta de três dimensões: exaustão emocional (sensação de esgotamento de recursos físicos e emocionais), despersonalização ou cinismo (reação negativa ou excessivamente distanciada em relação às pessoas que devem receber o cuidado/serviço) e baixa realização pessoal (sentimentos de incompetência e de perda de produtividade) (VIEIRA;RUSSO, 2019, p. 2).

Todavia, apesar de atualmente a Síndrome de Burnout ter ganhado notoriedade e despertado elevada preocupação sobre os seus riscos e efeitos a longo prazo na vida de quem é acometido por tal mazela, a enfermidade supracitada não surgiu no momento presente.

Originalmente o termo foi usado em um estudo de caso publicado em 1953 por uma enfermeira psiquiátrica que estava desesperançosa com seu trabalho. Sem demora, em 1960, uma publicação de Graham Greene intitulada "*A Case of Burnout*" narrava a história de um arquiteto que desistiu da carreira por decepção com seu trabalho. Esses casos elucidam os sintomas característicos do que hoje é diagnosticado como Síndrome de Burnout (CÂNDIDO; SOUSA, 2016).

Não obstante, o termo "Síndrome de Burnout" apenas foi constituído pelo psicólogo Herbert J. Freudenberger em 1974, nos Estados Unidos. O seu projeto de pesquisa iniciou-se quando, gradativamente, o psicólogo observou que muitos dos voluntários com os quais trabalhava apresentavam um processo paulatino de desgaste do humor ou da desmotivação no prazo aproximado de um ano, acarretando, também, sintomas físicos e psíquicos que acentuavam o estado de esgotamento (GUIMARÃES; CARDOSO, 2004).

Em seguida, em meados de 1981-1986, a psicóloga social Christina Maslach analisou a forma como as pessoas reagiam a estimulação emocional proporcionada pelo seu trabalho, obtendo resultados análogos aos encontrados por Freudenberger. O intuito de sua análise caminhava para o entendimento de como funcionava as estratégias cognitivas – também denominadas despersonalização – nos profissionais da saúde (em especial enfermeiras e médicos) e como eles faziam para equilibrar a compaixão com o distanciamento emocional, a fim de construir um escudo de defesa para enfrentar situações estressantes (GUIMARÃES; CARDOSO, 2004).

Na atualidade, conforme evidenciado pelos dados mais recentes fornecidos pelo Observatório de Segurança e Saúde no Trabalho, os distúrbios mentais representam a terceira principal causa de afastamento do trabalho e a concessão do antigo auxílio-doença no Brasil (SMARTLAB, 2021).

Em que pese esses números já não fossem significativos o suficiente, a pandemia da COVID-19 exacerbou ainda mais essa situação. Com a disseminação do isolamento social, o temor diante de uma realidade desconhecida e a insegurança financeira tornaram-se fatores

primordiais no desenvolvimento de um forte impacto psicológico extremamente prejudicial. Isso se traduziu em um aumento significativo no estresse crônico e no risco crescente de patologias como a ansiedade e depressão (BUENONOTIVOL, 2021).

*Per fenire*³, o sofrimento psíquico no ambiente de trabalho, após o cenário pandêmico vivenciado mundialmente entre os anos de 2020 e 2021, apresenta-se como uma das doenças ocupacionais que mais acomete os indivíduos que se encontram imersos no mercado de trabalho, podendo atingir elevados níveis de gravidade (CÂNDIDO; SOUSA, 2016).

3 OS ESTÁGIOS DA SÍNDROME DE BURNOUT E A PREVALÊNCIA DO IMPACTO DA SÍNDROME EM DIFERENTES PROFISSÕES

De acordo com pesquisa realizada pela *International Stress Management Association* (Isma)⁴ sobre a extensão da Síndrome de Burnout, foi constatado que 30% dos mais de 100 milhões de trabalhadores brasileiros sofrem com o Burnout, sendo predominante não apenas nas profissões relacionados ao contexto educacional, mas também em pessoas cuja profissão requeira um grau elevado de envolvimento interpessoal direto e intenso, como por exemplo os profissionais das áreas da saúde, banqueiros e mulheres que enfrentam dupla jornada (VARELLA, 2022).

Em virtude da necessidade de mudanças imediatas, acredita-se que o objetivo de estabelecer uma reorganização do sistema social e cultural, ou apenas o instinto de responsabilidade do indivíduo, faça com que paulatinamente a Síndrome de Burnout acometa uma maior quantidade de pessoas (TORRES; JÚNIOR; SOUZA; 2023).

A prevalência da Síndrome de Burnout entre os profissionais que desempenham funções nos setores da educação e saúde é resultado de um emaranhado de fatores multidimensionais. Essa condição debilitante emerge da interação complexa entre variáveis que incluem não apenas o desempenho laboral, a sobrecarga de responsabilidades e a satisfação profissional, mas também aspectos como o ambiente de trabalho, as demandas emocionais, a pressão por resultados, a falta de autonomia, a exposição a situações estressantes e o frequente contato com situações de risco e trauma. Esses elementos, quando combinados, contribuem para a crescente incidência de Burnout nesses contextos profissionais, exigindo uma abordagem holística e integrada para a prevenção e o manejo dessa condição crítica (GONÇALVES, 2023).

O meio mais comum utilizado para identificar e avaliar, exclusivamente, a Síndrome de

³ Por fim.

⁴ Associação Internacional de Gerenciamento ao Estresse.

Burnout é o MIB - *Maslach Burnout Inventory*⁵, esquematizado em 1978 por Christina Maslach e Susan Jackson. Esse método consiste em uma avaliação de como o empregado exerce seu labor, em observância a três dimensões, quais sejam, a saber: exaustão emocional, realização profissional e despersonalização. Dessa forma, a partir da análise e adequação do método a realidade laboral do país é possível observar os índices de Burnout em conformidade com a majorada quantidade de escores apresentados por esses elementos (CARLOTTO; CÂMARA, 2004).

Conforme se infere do percurso intrincado e sistemático capitaneado por Luann Glauber Rocha Medeiros, eminente docente da Universidade Estadual da Paraíba (UEPB), uma vez constatado que o trabalhador se enquadra na Síndrome de Burnout, este vivencia estágios distintos que atestam uma progressão gradual de sintomas e repercussões, tanto no âmbito laboral quanto no âmbito pessoal do indivíduo (MEDEIROS, 2019).

Esses estágios, analisados com meticulosidade, compreendem a dedicação intensificada, a qual, pelo menos inicialmente, irrompe com a dedicação avassaladora ao labor, frequentemente em detrimento do equilíbrio entre a esfera profissional e a pessoal. Posteriormente, o profissional gradativamente relega suas próprias necessidades e bem-estar a um segundo plano, eclipsados pelas exigências da ocupação (MEDEIROS, 2019).

Dessa forma, diante de tal situação, o docente afirma que, de forma progressiva, conflitos e tensões laborais tendem a ser suprimidos ou subestimados, em vez de serem abordados e solucionados de modo construtivo. Logo, provoca a reinterpretação dos valores, ou seja, os valores inerentes ao indivíduo, tanto no âmbito pessoal quanto profissional, no qual podem sofrer uma reconfiguração distorcida, culminando em um sentimento de desalinhamento interno (MEDEIROS, 2019).

Com extrema celeridade, em um estágio subsequente, o profissional está propenso a negar a existência de problemas ou indícios de esgotamento, dificultando a busca por auxílio ou intervenções apropriadas. Assim, decorre como resultado o preocupante recolhimento social, com a evitação deliberada de interações sociais e participações em reuniões laborais, visto que provoca uma inclinação a tratar os indivíduos de forma impessoal e distante, em detrimento da construção de relações humanas significativas (MEDEIROS, 2019).

Ademais, mudanças evidentes de comportamento, tais como irritabilidade, impaciência ou apatia, tornam-se cada vez mais ostensivas. Essas emoções surgem de forma simultânea com a sensação de vazio e a ausência de propósito no contexto profissional. Logo, passa a

⁵ Inventário de Burnout de Maslach.

predominar de forma preeminente (MEDEIROS, 2019).

A depressão, no estágio subsequente, instaura-se através da manifestação de sintomas emocionais e físicos mais acentuados e, finalmente, culmina-se na síndrome do esgotamento profissional propriamente dita, caracterizada por exaustão severa sob o aspecto físico, emocional ou mental. Na maioria das vezes está frequentemente acompanhada por sintomas físicos, como cefaleias e distúrbios do sono, no qual exige a prestação de ajuda médica e psicológica em caráter de urgência (MEDEIROS, 2019).

Esses estágios, diligentemente examinados, servem como uma cartografia abrangente da evolução insidiosa da Síndrome de Burnout, destacando a premente necessidade de identificação precoce e intervenção apropriada, visando a preservação da saúde e do bem-estar dos profissionais acometidos (MEDEIROS, 2019).

4 OS DESAFIOS PSICOSSOCIAIS NA EDUCAÇÃO – OS FATORES DE RISCO E SUAS CONSEQUÊNCIAS E IMPACTOS

É indubitável que a profissão de professor ultrapassa a esfera do profissional e atinge diretamente o seio pessoal do docente, uma vez que o ato de ensinar e ajudar a formar a estrutura intelectual dos indivíduos exige uma gama interdisciplinar de elementos que não se resume apenas a um caráter técnico, mas a uma influência inegável de fatores econômicos, psicológicos, técnicos, culturais, éticos, políticos, institucionais, afetivos e estéticos (PASSOS, 2002).

Devido à diversidade de indivíduos com necessidades e características únicas das quais o profissional lida diariamente, o educador precisa adaptar constantemente sua abordagem profissional, a qual exige um investimento pessoal a fim de garantir o envolvimento do aluno no processo de aprendizagem e conseqüentemente, à vista dessa inconstância, o educador pode ser acometido por um conjunto de emoções que podem ocasionar o esgotamento emocional e profissional (PASSOS, 2002).

Nesse diapasão, além do desejo de instruir bons profissionais, boa parte da categoria docente idealiza contribuir positivamente para a formação de seres humanos íntegros, razão pela qual desenvolvem um grau elevado de expectativas e até mesmo a estipulação de metas irrealistas, o que muitas vezes desencadeiam frustrações emocionais, uma vez que para alcançar tal propósito, o desafio pessoal, o empenho e a persistência também devem emergir do aluno (CARLOTTO, 2002).

De igual modo, além dos fatores elencados, o pedagogo ainda fica refém das precárias

condições de trabalho, as quais na maioria das vezes não se extinguem apenas com a péssima infraestrutura do seu ambiente de trabalho, mas também se incluem nessa esfera a própria organização do sistema educacional em instituições públicas e privadas, razão pela qual contribuem inegavelmente para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout (SOUZA; CARBALLO; LUCCA; 2023).

Outro tópico significativo é o fato de a profissão docente frequentemente assumir um caráter solitário, visto que não é atípico dos professores a grande dedicação a parte de suas atividades ao atendimento individual dos alunos, bem como de atividades de afiliação, grupos e engajamento social (CARLOTTO, 2002).

Em síntese, os desafios psicossociais na educação representam a complexa teia de fatores de risco, com a presença da Síndrome de Burnout emergindo como uma manifestação preocupante desse panorama. O esforço incessante dos educadores para superar obstáculos, aliado à crescente pressão social e às demandas cada vez mais multifacetadas do ambiente escolar, contribuem para um quadro de vulnerabilidade emocional (CARLOTTO, 2002).

Os impactos da Síndrome de Burnout não apenas afetam a qualidade de vida dos profissionais da educação, como também reverberam nas interações com os alunos, comprometendo o ambiente de aprendizado. Desse modo, a necessidade de superação desses desafios não só se torna imperativos para a saúde mental dos educadores, assim como para a construção de um sistema educacional mais resiliente e equitativo, capaz de proporcionar um ambiente propício ao desenvolvimento integral de todos os envolvidos (CARLOTTO, 2002).

4.1 ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO E INTERVENÇÃO - AMPARO LEGAL

O reconhecimento da existência e da gravidade da Síndrome de Burnout no âmbito da educação denota não só a necessidade de exploração de ações destinadas a aliviar o sofrimento dos educadores, mas também o amparo legal que respalda essas iniciativas. Isso porque, a finalidade é desenvolver um ambiente de trabalho mais saudável e produtivo para educadores, visando à qualidade educacional e ao bem-estar de todos os envolvidos (CARLOTTO; DALCIN, 2018).

Dentre as inúmeras pesquisas realizadas com o intuito de retaliar a incidência de Burnout entre os professores está a estratégia interventiva de Mindfulness⁶, a qual é composta por protocolos do MBSR “*Mindfulness Based Stress Reduction*”⁷ e pelo protocolo CARE. O

⁶ Atenção plena.

⁷ Redução do estresse baseada na atenção plena.

primeiro protocolo consiste em práticas corporais e meditativas, distribuídas em oito sessões, enquanto o segundo, elaborado por Jennings, Snowberg, Coccia e Greenberg (2011), é compostas por exercícios meditativos, corporais e de treinamento da regulação emocional, divididas em cinco sessões (SANTOS; SILVA, 2021).

As práticas anteriormente elencadas são ferramentas essenciais para diminuir o nível de cortisol (hormônio do estresse) e possibilitar a redução da exaustão emocional, um dos principais estágios da Síndrome de Burnout. Dessa forma, possibilita a obtenção de resultados positivos na iniciativa de prevenir e intervir a incidência de tal enfermidade no âmbito da educação, uma vez que o programa de *Mindfulness* acarreta imensuráveis benefícios psicológicos, sendo importante aliado no combate da minimização da síndrome do esgotamento profissional (SANTOS; SILVA, 2021).

No que tange ao amparo legal dos portadores de tal síndrome, cabe salientar que o texto constitucional vigente prima pelas normas de saúde, higiene e segurança no âmbito laboral. Assim, consagra respaldo ao trabalhador em virtude da paulatina precarização e desvalorização que o acomete, pois submete-se corriqueiramente a condições drásticas de risco, minando sua dignidade e contribuindo para o comprometendo de sua saúde (MARINHO, 2021).

No ordenamento jurídico hodierno, as doenças profissionais são equiparadas aos acidentes de trabalho, configurando assim responsabilidade objetiva do empregador quando o cenário da prestação de serviços é propício para o surgimento da Síndrome de Burnout ou quando a empresa, de forma imprudente, falha em fiscalizar seus funcionários (MARTINHÃO, 2019).

Adicionalmente, os portadores da doença de Burnout possuem os mesmos direitos trabalhistas e previdenciários assegurados para as demais doenças relacionadas ao emprego (PONTES, 2016), sendo-lhes resguardados, durante os primeiros quinze dias de afastamento, o salário, haja vista que cabe ao empregador dar continuidade ao pagamento, considerando que foi configurada a interrupção. Após esse período, há a configuração da suspensão, sendo devido ao empregado o correspondente benefício previdenciário (MARINHO, 2021).

Por fim, considerando a notória complexidade da doença, se faz necessário destacar que para obter efetividade na prevenção e intervenção por meio dos métodos aqui explanados, assim como a observância aos ditames legais mencionados, exige-se uma apuração precisa mediante prova pericial técnica robusta, com base em uma descrição abrangente das atividades que levaram à síndrome. Logo, sob o prisma de que a enunciação de um diagnóstico impreciso comprometerá não só a adoção das medidas adequadas, como também prolongará o sofrimento do trabalhador.

5 MÉTODO

A metodologia é uma seção fundamental em um projeto de pesquisa, haja vista a descrição dos métodos e procedimentos utilizados que deverão ser seguidos para responder às questões do estudo e alcançar os objetivos propostos.

No presente estudo tornou-se possível fundamentar e atingir a finalidade almejada com base na utilização específica do método dinâmico, no qual pode ser ajustado de acordo com a necessidade do estudo. Por sua vez, utilizou-se a revisão de literatura, tendo como as principais fontes artigos científicos relevantes para a área de estudo, leitura de livros, embasamento teórico, bem como informações ofertadas em Sites de Órgão Oficiais, compondo a trilha de ideias aqui expostas.

A revisão da literatura abrange a análise crítica e a síntese das informações encontradas nas fontes anteriormente selecionadas, sendo, nesta etapa, identificado e compreendido as principais ideias, teorias, métodos, resultados e, caso exista, possíveis lacunas ou contradições nas teses apresentadas, consoante se deduz da ampla conceituação de Martins (2018):

A revisão de literatura refere-se à fundamentação teórica que você irá adotar para tratar o tema e o problema de pesquisa. Por meio da análise da literatura publicada você irá traçar um quadro teórico e fará a estruturação conceitual que dará sustentação ao desenvolvimento da pesquisa. Para elaborar uma revisão de literatura é recomendável que você adote a metodologia de pesquisa bibliográfica. Pesquisa Bibliográfica é aquela baseada na análise da literatura já publicada em forma de livros, artigos e literatura cinzenta (teses, dissertações, trabalhos apresentados em congressos, relatórios, etc.) (MARTINS, pág 2, 2018).

Importa reiterar que, o objeto de estudo seguiu uma trilha linear de etapas para identificar, selecionar e analisar os artigos de forma aprofundada, realizando, de forma inicial, uma busca sistemática em bases de dados acadêmicos como Jus Brasil, Scielo, BDTD, CAPES periódicos, utilizando palavras-chave relacionadas a tese da presente pesquisa.

Posteriormente, foi definido critérios de inclusão e exclusão para a seleção dos artigos, cujos critérios de inclusão envolviam a relevância do conteúdo para a pesquisa, a atualidade dos artigos e a publicação em periódicos científicos revisados por pares e excluídos artigos que não atendiam a esses critérios.

Após a triagem inicial, para cada artigo selecionado, foi extraído os dados relevantes, assim como os resultados e as conclusões dos artigos foram sintetizados e comparados para identificar padrões, tendências e lacunas na literatura. É importante observar que, uma vez que a pesquisa se baseou apenas na análise de artigos científicos, a amostra pode não ser totalmente

representativa de todas as perspectivas e descobertas na área de estudo.

O método utilizado permitiu uma investigação aprofundada e fundamentada no conhecimento acadêmico existente. A seleção criteriosa, a análise minuciosa e a síntese dos dados contribuíram para uma compreensão abrangente do tema objeto de estudo. No entanto, é importante reconhecer as limitações do método e considerar que outras fontes e abordagens de pesquisa podem enriquecer ainda mais o entendimento da área.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Inquestionavelmente a temática sobre os desafios psicossociais na educação, priorizando o destaque a Síndrome de Burnout em professores, revela-se não só um assunto de alta relevância, mas também uma problemática mundial com selo de urgência.

Ao longo da presente pesquisa, foi analisado as raízes e os fatores de risco que contribuem significativamente para o desenvolvimento do esgotamento profissional em docentes, bem como as profundas implicações que tal condição provoca sobre todo o grupo que compõe o sistema educacional.

A exaustão emocional, a despersonalização e a diminuição da realização profissional (características primárias da Síndrome de Burnout) não se caracterizaram apenas como meros inconvenientes, mas são uma verdadeira ameaça a educação e a integridade física e psíquica dos educadores, acarretando não apenas uma mácula na saúde mental dos docentes, mas também um dano direto na relação professor e aluno, na eficácia do ensino e na forma em que os profissionais exercem seu labor.

Nessa trilha, restou demonstrado a importância de adotar métodos eficazes, a fim de prevenir e intervir de forma estratégica objetivando inibir o aumento gradativo dessa comorbidade no meio educacional. Com isso, se faz necessário destacar que o amparo psicológico na busca pela redução da exaustão emocional, bem como o amparo legal são medidas essenciais para enfrentar essa questão.

Para além disso, não se pode olvidar da inclusão de programas de bem-estar, da promoção de um equilíbrio saudável entre vida pessoal e profissional, da revisão das políticas educacionais e da inegável redução da carga de trabalho e a valorização dos professores.

De forma conclusiva, a Síndrome de Burnout entre professores não se vislumbra apenas em uma esfera individual, esta se expande como um desafio sistêmico que afeta a qualidade da educação emanada no meio social agora e nas gerações futuras.

A responsabilidade recai sobre a vertente social como um todo, uma vez que é inegável

que a categoria docente é considerada cargo essencial na formação do corpo social como um todo, haja vista que se considerássemos a sociedade como um palco no qual a educação se desenrola, os professores desempenhariam o papel de diretores, orientando os atores principais (os alunos) em sua busca pela aprendizagem e crescimento, promovendo um espetáculo de atuação profissional e pessoal.

Portanto, conclui-se que os professores desempenham um papel crítico na formação das gerações futuras, e sua saúde emocional e bem-estar desempenham um papel crucial nessa equação. Desse modo, é direito-dever não só das instituições educacionais, como também do Governo e da sociedade proporcionar o apoio necessário aos professores, oferecendo-lhes as condições adequadas para que possam conduzir seus alunos a sua mais perfeita atuação no palco da educação. Esse investimento no bem-estar dos educadores é, na verdade, um investimento no futuro e na qualidade do sistema educacional.

REFERÊNCIAS

AREIAS, Maria Elenice Quelho; COMANDULE, Alexandre Quelho. Qualidade de Vida, Estresse no Trabalho e Síndrome de Burnout. **Jornal da Unicamp**, Campinas, p. 1-20, 2019. Disponível em: < miolo_fadiga.pmd (unicamp.br) > Acesso em: 01 nov. 2023.

BRASIL. Congresso. Senado. Decreto-Lei nº 5.452, de 01 de maio de 1943. **Consolidação das Leis do Trabalho: CLT**. Rio de Janeiro, 1943.

BRASIL. Constituição (1988). Constituição Federal nº 1988, de 05 de outubro de 1988. **Constituição da República Federativa do Brasil**.

BRASIL. Tribunal Regional do Trabalho da 4ª Região. Acórdão nº 26.2018.5.04.0030. Relator: Desembargador MARCELO JOSE FERLIN D'AMBROSO. **Jusbrasil.Com.Br**. Rio Grande do Sul: TRT.

BRUNA, Maria Helena Varella. **Síndrome de Burnout: esgotamento profissional**. Drauzio, São Paulo, p. 1-11, 19 dez. 2022. Disponível em: < Síndrome de burnout (esgotamento profissional) | Drauzio Varella - Drauzio Varella (uol.com.br) > Acesso em: 15 nov. 2023.

CÂNDIDO, Jéssica; SOUZA, Lindinalva Rocha de. SÍNDROME DE BURNOUT: as novas formas de trabalho que adoecem. **Psicologia.Pt: O Portal dos Psicólogos**, [s. l.], p. 1-12, 2016. Disponível em: < Síndrome de burnout: as novas formas de trabalho que adoecem (psicologia.pt) > Acesso em: 12 ago. 2023.

CARLOTTO, Mary Sandra. A síndrome de Burnout e o trabalho docente. **Psicologia em Estudo**, [S.L.], v. 7, n. 1, p. 1-15, jun. 2002. FapUNIFESP (SciELO).

CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Análise fatorial do Maslach

Burnout Inventory (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. **Scielo**, [S.L.], p. 1-8, 2004.

CARLOTTO, Mary Sandra; GOBBI, Maria Dolores. SÍNDROME DE BURNOUT: um problema do indivíduo ou do seu contexto de trabalho? **Researchgate**, [S.L.], p. 2-20, jan. 1999.

DALCIN, Larissa; CARLOTTO, Mary Sandra. Avaliação de efeito de uma intervenção para a Síndrome de Burnout em professores. **Psicologia Escolar e Educacional**, [S.L.], v. 22, n. 1, p. 141-150, abr. 2018. FapUNIFESP (SciELO).

DING, Kele *et al.* **Mental Health among Adults during the COVID-19 Pandemic Lockdown: a cross-sectional multi-country comparison**. Journal: Int. J. Environ. Res. Public Health. [S.L.], p. 1-16. jan. 2021.

ESQUINELATO, Hatue Martinhão; SOARES, Andrea Antico. **Síndrome de Burnout como Doença Ocupacional Moderna e a Responsabilidade do Empregador**. 2019. 15 f. TCC (Graduação) - Curso de Direito, Centro Universitário Eurípedes de Marília – Univem, [S.L.], 2019.

FASANELLA, Nicoli Abrão. Síndrome de Burnout já é classificada como doença ocupacional. **Jornal da Puc-Sp**. São Paulo, p. 1-1. 04 mar. 2022. Disponível em: < Síndrome de Burnout já é classificada como doença ocupacional | Jornal PUC-SP (pucsp.br) > Acesso em: 15 nov. 2023.

GONÇALVES, Raphaela dos Santos. **A síndrome de burnout em professores: sua relação com a satisfação no trabalho, fatores sociodemográficos e organizacionais**. 2023. 78 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Biociências, Universidade Federal de São Paulo, Santos, 2023. Cap. 10.

GOV.BR (org.). **Enfermagem está entre as profissões mais afetadas pela Síndrome de Burnout: principais estágios incluem dedicação intensificada ao trabalho e despersonalização**. Principais estágios incluem dedicação intensificada ao trabalho e despersonalização. 2019.

GUIMARÃES, L.A.M; GRUBITS, S. **Série Saúde Mental e Trabalho**. 1. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004.

ISMA-BR (ed.). **Tenho lido que o burnout é uma doença ocupacional. Isso é verdade?** Disponível em: < <https://www.ismabrasil.com.br/quem-somos> >. Acesso em: 16 nov. 2023.

MARINHO, Aryane Marcolino. A Síndrome de Burnout: a eclosão do fenômeno nas relações trabalhistas e seu amparo legal. **Jusbrasil**, [S.L.], p. 1-49, 2021.

NOTIVOL, Juan Bueno *et al.* Prevalence of depression during the COVID-19 outbreak: a meta-analysis of community-based studies. **Sciencedirect**. Saragoça, p. 1-19. jan. 2021.

PASSOS, Carmensita Matos Braga. **Trabalho docente: características e especificidades**. 2018. 5 f. Tese (Doutorado) - Curso de Educação, Universidade Federal do Ceará, [S.L.],

2018.

SANTOS, Karine David Andrade; SILVA, Joilson Pereira da. Intervenções em mindfulness para síndrome de burnout em professores: uma revisão integrativa. **Pepsic: Períodos Eletrônicos em Psicologia**, Sergipe, p. 1-10, abr. 2021.

SCHMIDT, Ana Paula Carvalho; CECCHIN, Anidene Siqueira; CHAGAS, Nédilã Espindola; CABRAL, Sara Regina Scotta. O desafio da profissão de professor no Brasil: análise avaliativa da linguagem em um artigo de opinião. **Revista da Anpoll**, [S.L.], v. 1, n. 45, p. 188-201, 22 ago. 2018.

SMARTLAB (ed.). **Frequência de Afastamentos - INSS**. 2022. Disponível em: <<https://smartlabbr.org/sst/localidade/0?dimensao=frequenciaAfastamentos>>. Acesso em: 15 nov. 2023.

SOUZA, Maira Cazeto Lopes de *et al.* **Fatores Psicossociais e Síndrome De Burnout em Professores da Educação Básica**. 2020. 1 v, Campinas, Sp, 2023. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/pee/a/KywSvctFmmvwV9bFmpfTy3K/#>> Acesso em: 04 set. 2023.

TORRES, L. S.; BALESTRINI JUNIOR, J. L.; SOUZA, R. R. de. Burnout e o sofrimento psíquico no ambiente de trabalho: uma leitura a partir do imaginário e dos martírios míticos. *Intexto*, Porto Alegre, n. 55, p. 128919, 2023.