



DESAFIOS DA SAÚDE MENTAL NA PRÁTICA DOCENTE: ANÁLISE DE BURNOUT EM PROFESSORES DO ENSINO FUNDAMENTAL EM ESCOLA MUNICIPAL DE ARACAJU-SE

Luiz Carlos Barreto Junior¹, Felix Portela da Silva², Laisa da Silva Portela³

¹Licenciado em Ciências Biológicas, Universidade Tiradentes (UNIT), Aracaju, SE, Brasil; Pós-graduado em Metodologias Ativas e Prática Docente (EAD), Faculdade Serra Geral (FSG), Brasil; Pós-graduado em Inteligência Socioemocional (EAD), Faculdade Serra Geral (FSG), Brasil. E-mail: luizcarlosbarretojr@gmail.com

²Graduado em Pedagogia (EAD), Faculdade Única de Ipatinga (FUNIP), Brasil; Pós-graduado em Psicopedagogia (EAD), Faculdade Serra Geral (FSG), Brasil; Pós-graduado em Psicologia da Educação (EAD), Faculdade Única de Ipatinga (FUNIP), Brasil. E-mail: felix.portela@hotmail.com

³Acadêmica do curso de Psicologia, Centro Universitário Maurício de Nassau (UNINASSAU), Aracaju-SE, Brasil. E-mail: laysaportela11@gmail.com

RESUMO

A saúde mental docente tem se tornado um tema de crescente relevância diante dos altos índices de adoecimento psíquico entre professores da educação básica. Este estudo teve como objetivo analisar a prevalência da Síndrome de *Burnout* e os fatores associados ao sofrimento mental de docentes em uma escola municipal localizada em Aracaju-SE. Trata-se de uma pesquisa aplicada, de abordagem quantitativa, descritiva e transversal, realizada com 53 professores do ensino fundamental. Foram utilizados dois instrumentos: o Inventário para Avaliação da Síndrome de Burnout (ISB), validado por Pereira (2015), e o questionário "Condições de Trabalho e Bem-Estar Docente", elaborado pelos pesquisadores. Os resultados indicaram prevalência significativa de sintomas de *Burnout*, com destaque para exaustão emocional (19 professores; 35,8%) e despersonalização (16 professores; 30,2%). Também foram identificados indícios de depressão (11 professores; 20,8%) e ansiedade (13 professores; 24,5%), especialmente entre professores mais jovens, com maior carga horária e turmas superlotadas. As análises indicam que condições adversas de trabalho, falta de apoio institucional e múltiplos vínculos laborais são fatores que contribuem para o esgotamento físico e emocional. O estudo reforça a necessidade de políticas públicas e estratégias escolares que promovam o bem-estar docente, com foco em suporte psicossocial, valorização profissional e redução da sobrecarga. Conclui-se que o enfrentamento do Burnout requer ações estruturais e preventivas para garantir condições dignas de trabalho e preservar a saúde mental dos professores.

PALAVRAS-CHAVE: Ansiedade; Depressão; Educação básica; Qualidade de vida; Trabalho docente.

1 INTRODUÇÃO

A saúde mental dos professores tem ganhado grande atenção em pesquisas devido à sua importância para a qualidade do ensino, especialmente no ensino fundamental, fase essencial para o desenvolvimento cognitivo e socioemocional dos alunos. Em nossa trajetória profissional na rede municipal, atuando tanto como professor quanto como membro da equipe administrativa, testemunhamos relatos frequentes de cansaço extremo, irritabilidade constante e sensação de impotência entre os professores. Esses relatos foram o ponto de partida e motivação para a realização desta pesquisa.

A Síndrome de *Burnout*, caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal, tem sido amplamente documentada entre professores (GIL-MONTE, 2011; ARAÚJO DOS SANTOS LOPES; NOVAIS, 2023). Vários estudos apontam que a prevalência de Burnout entre professores pode variar de 25,9% a 69,8%, especialmente em relação à exaustão emocional, sendo frequentemente acompanhada de sintomas de ansiedade, depressão e comprometimento da prática pedagógica, o que aumenta o risco de afastamentos por transtornos mentais (MARTINS et al., 2019; DIEHL; MARIN, 2016; SILVA; OLIVEIRA, 2020).

A escolha da escola municipal, localizada no bairro Coroa do Meio, em Aracaju-SE, justifica-se pela necessidade de compreender localmente as especificidades do adoecimento mental entre os professores em um contexto urbano e social. A pesquisa



envolveu 53 professores que atuam do 1º ao 9º ano do ensino fundamental, buscando mapear a prevalência do *Burnout* e identificar os principais fatores que impactam a saúde mental desses profissionais, ajudando a desenvolver estratégias de intervenção adequadas à realidade da escola (ARAÚJO DOS SANTOS LOPES; NOVAIS, 2023).

Dar aulas exige controlar turmas numerosas, lidar com comportamentos desafiadores, atender às expectativas por desempenho e enfrentar problemas de conduta dos alunos, fatores que afetam diretamente o bem-estar mental dos professores (ARAÚJO DOS SANTOS LOPES; NOVAIS, 2023; DIEHL; MARIN, 2016). Além disso, a desvalorização profissional e a falta de reconhecimento intensificam o sofrimento mental e comprometem a motivação docente.

Esta pesquisa busca contribuir para o debate sobre a importância de políticas públicas e práticas escolares que promovam o bem-estar dos professores, fortalecendo o ambiente educacional e favorecendo o desenvolvimento integral dos estudantes. Araújo dos Santos Lopes e Novais (2023) ressaltam que a docência é uma das profissões mais vulneráveis a distúrbios psíquicos, em função das condições de trabalho, da pressão por resultados e das exigências emocionais do contexto escolar, destacando que o adoecimento mental dos professores reflete problemas mais amplos da escola e da sociedade (ARAÚJO DOS SANTOS LOPES; NOVAIS, 2023).

2 MATERIAIS E MÉTODOS

2.1 OBJETO E AMOSTRA

Esta pesquisa é de natureza aplicada, com abordagem quantitativa e caráter descritivo e transversal, e foi realizada em uma escola municipal, localizada no Bairro Coroa do Meio, em Aracaju-SE, com o objetivo de analisar a prevalência da Síndrome de Burnout e os fatores associados à saúde mental dos professores. A amostra contou com 53 docentes que atuam do 1º ao 9º ano do ensino fundamental, selecionados por conveniência, considerando sua disponibilidade e consentimento para participação. Embora a pesquisa tenha ocorrido em uma única escola, a maioria dos professores também trabalha em outras instituições, geralmente em duas escolas, o que pode influenciar sua carga de trabalho e níveis de estresse.

Importante destacar que um dos autores, que atua na área administrativa da escola pesquisada, facilitou o contato com o corpo docente e possibilitou a coleta de impressões qualitativas, enriquecendo a compreensão do contexto.

2.2 INSTRUMENTOS

Para a coleta de dados, foram utilizados dois instrumentos:

1. O Inventário para Avaliação da Síndrome de *Burnout* (ISB), desenvolvido e validado por Pereira (2015), composto por 36 itens que avaliam fatores organizacionais e sintomas da síndrome por meio de uma escala *Likert* de 5 pontos. O ISB apresenta boa consistência interna, com coeficiente alfa de *Cronbach* geral de 0,87 (PEREIRA, 2015).
2. Questionário “Condições de Trabalho e Bem-Estar Docente” elaborado por dois dos autores da pesquisa para investigar condições específicas de trabalho e aspectos do bem-estar docente. Este instrumento exploratório, embora não validado formalmente, buscou captar nuances importantes da experiência dos professores



relacionadas à saúde mental, como a percepção sobre carga horária, suporte institucional e ambiente de trabalho.

2.3 PROCEDIMENTOS DE COLETA

O Inventário para Avaliação da Síndrome de *Burnout* (ISB) foi entregue aos professores, que tiveram o período de uma semana (sete dias) para responder e devolver ao pesquisador membro da equipe administrativa. O questionário “Condições de Trabalho e Bem-Estar Docente” elaborado dois dos autores da pesquisa foi aplicado presencialmente na escola, ao longo de 5 dias, sendo preenchido e recolhido antes da saída dos professores. Durante sua entrega e explicação, registramos em um diário de campo, elaborado por um dos autores, expressões não verbais e comentários espontâneos, que enriqueceram a interpretação dos dados quantitativos.

Todos os procedimentos respeitaram rigorosamente os princípios éticos, garantindo o anonimato e a confidencialidade das respostas. Os professores foram informados sobre os objetivos da pesquisa, a voluntariedade da participação e a possibilidade de desistir a qualquer momento, sem prejuízos. A entrega e explicação do questionário “Condições de Trabalho e Bem-Estar Docente” foi conduzida de forma a assegurar respostas individuais e sigilosas, em um ambiente acolhedor e respeitoso.

2.4 ANÁLISE DOS DADOS

Para caracterizar o perfil dos participantes e a prevalência dos sintomas investigados, utilizamos técnicas estatísticas descritivas, como o cálculo de frequências, médias e desvios-padrão. Além disso, realizamos análises correlacionais para explorar as relações entre variáveis sociodemográficas, condições de trabalho e níveis de *Burnout*, com o intuito de identificar fatores que possam estar associados ao adoecimento mental dos professores. Embora as análises tenham sido realizadas por meio de planilhas eletrônicas, seguimos um rigor metodológico que assegura a confiabilidade dos resultados. Para enriquecer a análise, incorporamos as percepções registradas nos diários de campo como notas analíticas, o que enriqueceu a interpretação dos dados e aproximou a análise da realidade vivida pelos professores.

2.5 ASPECTOS ÉTICOS

Esta pesquisa foi conduzida respeitando os princípios éticos fundamentais, como o respeito à autonomia, à confidencialidade e ao anonimato dos participantes, conforme a Resolução CNS nº 510/2016. Antes da coleta de dados, todos os participantes foram devidamente esclarecidos sobre a voluntariedade da participação, os objetivos do estudo e seus direitos, garantindo proteção e respeito durante todo o processo (BRASIL, 2016).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra foi composta por 53 professores do 1º ao 9º ano da escola municipal do Bairro Coroa do Meio, em Aracaju-SE. Os dados referentes à prevalência da Síndrome de *Burnout*, sintomas associados de depressão e ansiedade, e a relação com características sociodemográficas e laborais foram obtidos por meio do Inventário da Síndrome de *Burnout* (ISB) e do questionário “Condições de Trabalho e Bem-Estar Docente” sobre condições de trabalho e bem-estar docente.

As porcentagens apresentadas neste estudo referem-se ao total de 53 professores participantes, exceto quando indicado de outra forma. Nos casos em que os resultados se



referem a subgrupos específicos (por exemplo, professores com menos de 35 anos ou com carga horária superior a 30 horas semanais), o percentual foi calculado em relação ao número de professores pertencentes a esse subgrupo. Essa distinção visa garantir maior precisão na interpretação dos dados.

Vale ressaltar que os números apresentados para as dimensões da Síndrome de *Burnout* e para os sintomas de depressão e ansiedade referem-se ao total de professores que apresentaram níveis elevados em cada categoria, podendo haver sobreposição entre os grupos. Portanto, a soma simples dos casos por dimensão ou sintoma não corresponde ao total da amostra de 53 professores.

3.1 PREVALÊNCIA DA SÍNDROME DE BURNOUT

Com base no Inventário da Síndrome de *Burnout* (ISB), 19 professores (35,8%) apresentaram níveis elevados de exaustão emocional, 16 (30,2%) manifestaram despersonalização e 8 (15,1%) indicaram baixa realização profissional (Gráfico 1).

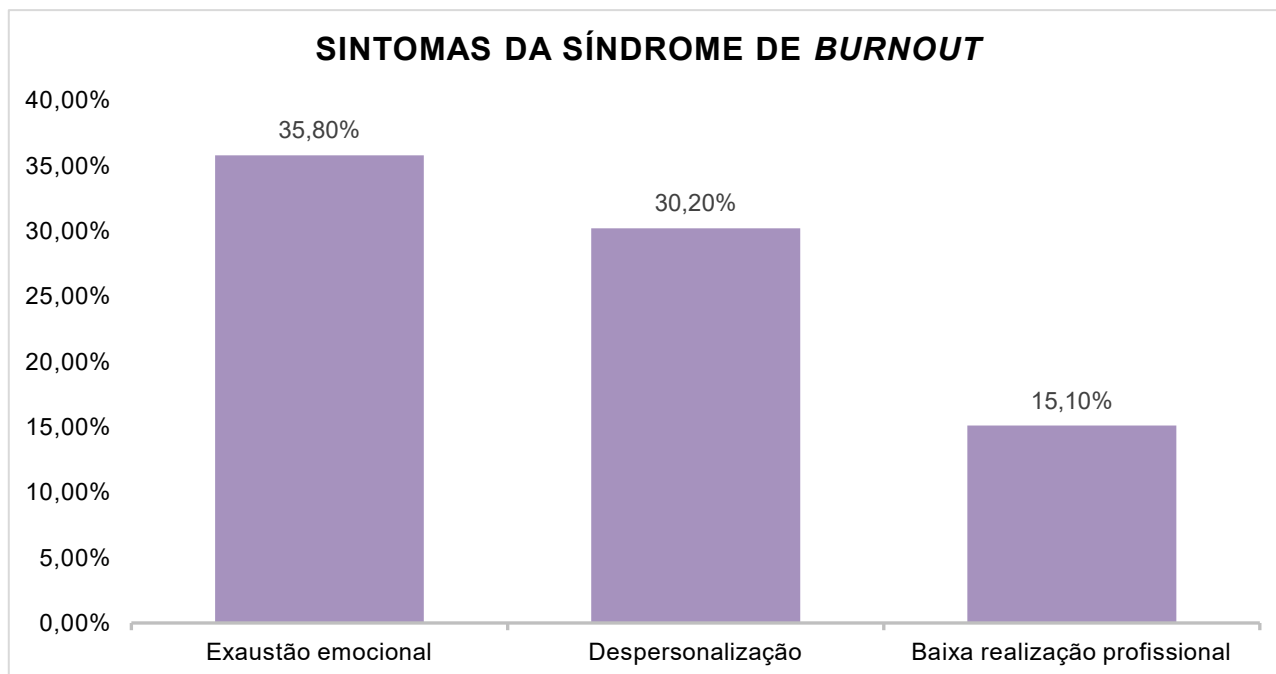


Gráfico 1: Prevalência das dimensões da Síndrome de *Burnout* entre professores do ensino fundamental.

Fonte: Elaboração própria a partir dos dados da pesquisa.

Esses índices estão alinhados com dados nacionais que indicam variações entre 25,9% e 69,8% para exaustão emocional e até 55% para despersonalização em professores brasileiros (MARTINS et al., 2019; SILVA; OLIVEIRA, 2020). Conforme explica Gil-Monte (2011, p. 47), a Síndrome de Burnout é resultado da exposição prolongada a fatores estressantes no ambiente de trabalho, sendo especialmente comum em profissões que exigem intensa interação social, como a docência. Entre os principais desencadeadores estão a sobrecarga de tarefas, a falta de reconhecimento e o conflito de papéis, que contribuem para o desgaste emocional dos professores (GIL-MONTE, 2011).

A exaustão emocional, quando elevada, reflete o desgaste físico e psicológico decorrente de várias demandas da profissão, como carga horária extensa, turmas numerosas e conflitos interpessoais, fatores já destacados na literatura como principais causas do *Burnout* (GIL-MONTE, 2011; CARLOTTO, 2011). A despersonalização, que



envolve o distanciamento afetivo e a indiferença, pode ser compreendida como uma estratégia de enfrentamento dos professores para lidar com o estresse crônico, porém prejudica a qualidade das relações sociais e pedagógicas (GIL-MONTE, 2011). Já a baixa realização profissional, embora menos prevalente, também é um indicador preocupante, pois está associada à insatisfação e à sensação de incompetência, podendo levar ao abandono da carreira (SANTOS et al., 2018).

Relatos como “*um desgaste, um cansaço que não passa*” e a naturalização de sintomas como insônia e irritabilidade (“*dormir bem já virou um luxo*”) evidenciam ainda mais como o sofrimento mental se tornou parte do cotidiano docente, sendo frequentemente minimizado ou tratado com resignação.

3.2 SINTOMAS DE DEPRESSÃO E ANSIEDADE

A partir das respostas ao questionário “Condições de Trabalho e Bem-Estar Docente”, foi identificado que 11 professores (20,8%) apresentaram indícios de depressão leve a moderada, enquanto 13 docentes (24,5%) relataram sintomas relevantes de ansiedade (Gráfico 2).

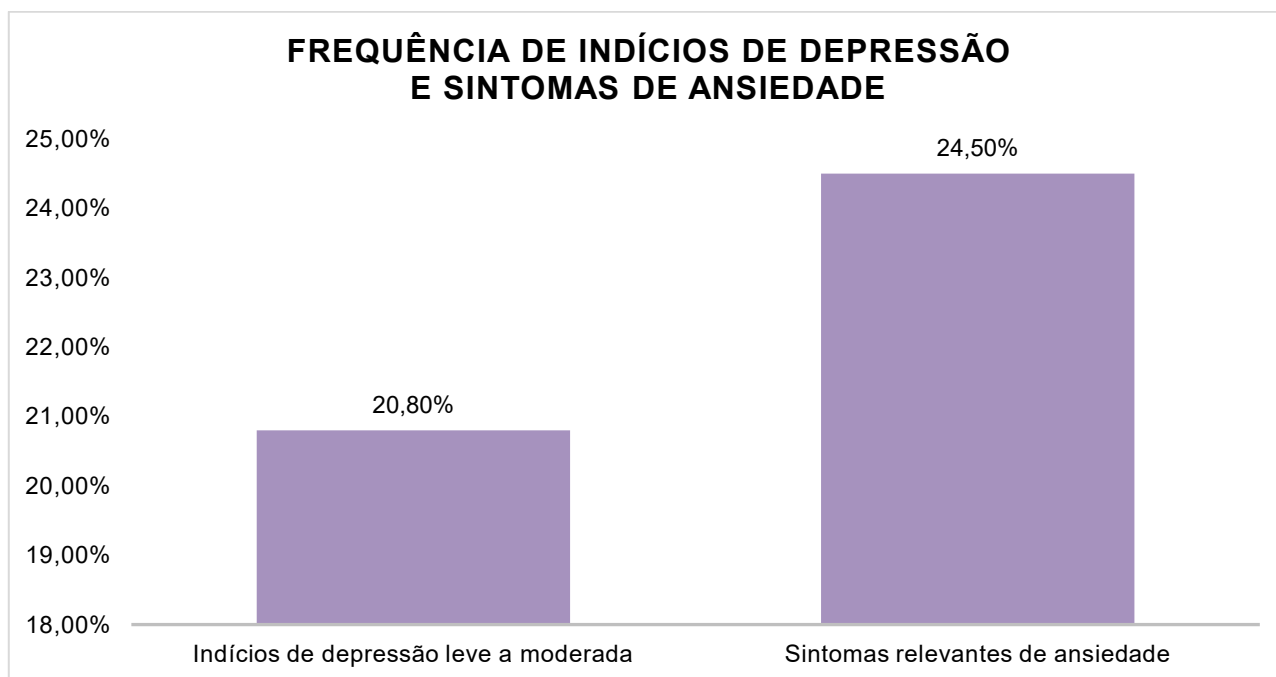


Gráfico 2: Indícios de depressão leve a moderada e sintomas relevantes de ansiedade entre professores participantes.

Fonte: Elaboração própria a partir dos dados da pesquisa.

Esses resultados reforçam a relação entre a Síndrome de *Burnout* e os transtornos mentais comuns, como depressão e ansiedade, evidenciada tanto em pesquisas nacionais quanto internacionais (MARTINS et al., 2019; SILVA; OLIVEIRA, 2020). Estudos com professores brasileiros mostram, por exemplo, correlações positivas e significativas entre *Burnout* e sintomas depressivos, indicando que professores afetados pelo esgotamento emocional e distanciamento no trabalho também tendem a apresentar maiores índices de depressão. Já estudos internacionais apontam resultados semelhantes, destacando que o desgaste psicológico provocado pelo ambiente escolar pode contribuir para o surgimento ou agravamento desses transtornos.



3.3 CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS E LABORAIS

A média de idade dos professores foi 38 anos, com faixa etária variando entre 25 e 55 anos. Professores com menos de 35 anos apresentaram maior índice de despersonalização (40%) em comparação aos mais velhos (25%) (Gráfico 3).

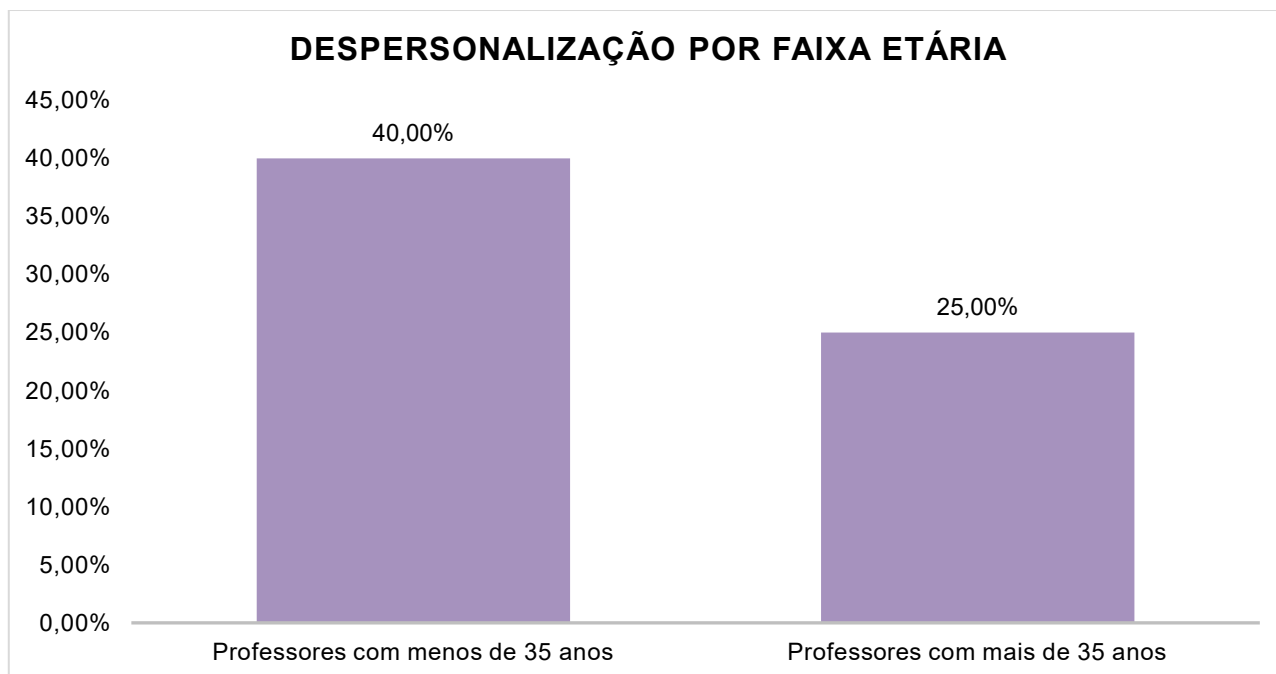


Gráfico 3: Índice de despersonalização segundo faixa etária dos professores
Fonte: Elaboração própria a partir dos dados da pesquisa.

Percebemos que esses resultados dialogam diretamente com a literatura atual, que aponta um risco maior de *Burnout* entre professores iniciantes ou com menos experiência, possivelmente devido à menor habilidade para lidar e se adaptar às demandas do ambiente escolar, ou seja, a falta de experiência pode dificultar o enfrentamento do estresse e das pressões inerentes à profissão docente, tornando esses profissionais mais vulneráveis ao esgotamento emocional e à despersonalização (MARTINS et al., 2019; DIEHL; MARIN, 2016). Essa vulnerabilidade é agravada por fatores como baixa valorização, excesso de demandas e falta de suporte social, aspectos frequentemente relatados por professores em início de carreira.

A carga horária semanal dos professores variou entre 20 e 40 horas, sendo que aqueles com jornadas superiores a 30 horas apresentaram uma prevalência maior de exaustão emocional (50%) em comparação aos que trabalhavam menos horas (28%). Esse dado reforça a relação direta entre o aumento da carga de trabalho e o desgaste emocional, evidenciando que jornadas mais longas podem contribuir significativamente para o desenvolvimento da Síndrome de *Burnout* entre os professores (Gráfico 4).



EXAUSTÃO EMOCIONAL POR CARGA HORÁRIA

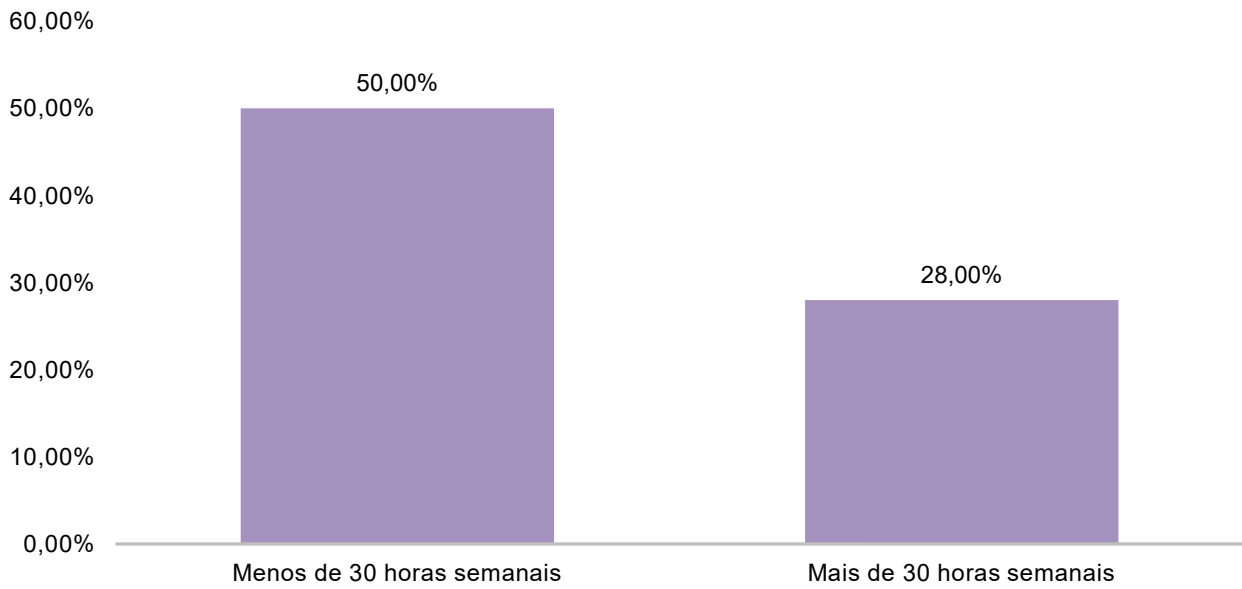


Gráfico 4: Prevalência de exaustão emocional conforme carga horária semanal
Fonte: Elaboração própria a partir dos dados da pesquisa.

Sessenta por cento dos professores relataram turmas com mais de 30 alunos, apresentando maior prevalência de *Burnout* em todas as dimensões, evidenciando que o número elevado de estudantes por sala está associado a um aumento significativo do estresse e do desgaste emocional entre os docentes, impactando negativamente seu bem-estar e desempenho profissional (Gráfico 5).

PREVALÊNCIA DE *BURNOUT* EM PROFESSORES COM GRANDES TURMAS

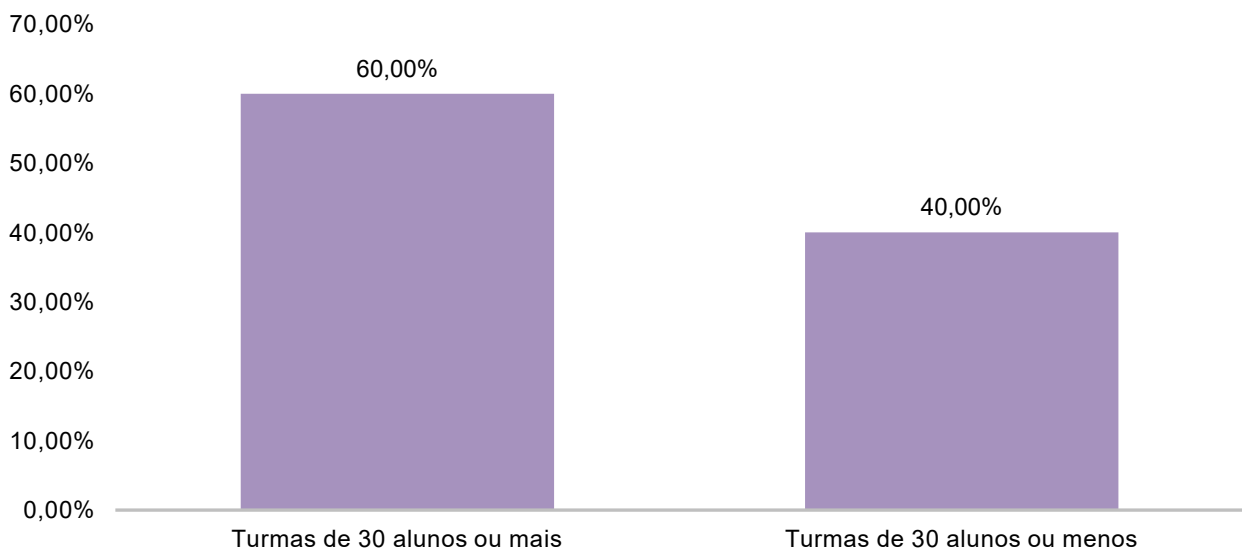


Gráfico 5: Prevalência de burnout em professores com turmas acima de 30 alunos
Fonte: Elaboração própria a partir dos dados da pesquisa.



A superlotação das turmas e a falta de apoio institucional foram fatores laborais fortemente associados aos níveis elevados de *Burnout*, confirmando que condições adversas de trabalho são determinantes para o adoecimento mental dos professores (LOPES; SOUZA, 2019; DIEHL; MARIN, 2016). A ausência de suporte da direção e o conflito com alunos e familiares agravam o estresse ocupacional, reforçando a necessidade de intervenções que promovam ambientes escolares mais acolhedores e estruturados.

3.4 LIMITAÇÕES, IMPLICAÇÕES E RECOMENDAÇÕES

Os resultados apresentados oferecem importantes subsídios para compreender a prevalência da Síndrome de *Burnout* e seus fatores associados entre os professores. Entretanto, algumas limitações metodológicas precisam ser consideradas. O caráter transversal da pesquisa impede identificar relações causais, restringindo-se à análise de associações pontuais. Além disso, a amostra reduzida, composta por 33 professores de uma única instituição, limita a generalização dos achados para outras escolas e contextos regionais. O uso de instrumentos autorreferidos pode ter introduzido vieses, como desejabilidade social e autoavaliação imprecisa. O questionário complementar, por ser exploratório e não validado formalmente, pode apresentar fragilidades na mensuração das condições de trabalho e do bem-estar docente. Também, a presença dos pesquisadores, que atuam como docentes, pode ter influenciado algumas respostas, embora tenha facilitado a aproximação e a coleta de impressões qualitativas.

Apesar dessas limitações, os dados confirmam pesquisas nacionais e internacionais que apontam a alta prevalência do burnout entre professores, assim como sua relação com fatores sociodemográficos e laborais, como carga horária excessiva, turmas superlotadas e falta de suporte institucional (MARTINS et al., 2019; DIEHL; MARIN, 2016; LOPES; SOUZA, 2019). A sobrecarga de trabalho, a pressão por resultados e a falta de reconhecimento institucional são fatores que, isoladamente ou em conjunto, favorecem o surgimento de esgotamento físico e emocional entre professores da educação básica. Esses impactos são ainda mais evidentes em contextos de vulnerabilidade social e escassez de recursos, onde as demandas e dificuldades enfrentadas pelos docentes se intensificam, ressaltando a necessidade de ambientes escolares mais acolhedores e políticas que valorizem a saúde mental dos educadores (DIEHL; MARIN, 2016).

Mais de 30% dos participantes apresentaram exaustão emocional e despersonalização, condições associadas a ambientes de trabalho inadequados, múltiplos vínculos, excesso de alunos por turma e ausência de políticas institucionais de valorização e acolhimento. Esses achados são consistentes com pesquisas realizadas em diferentes regiões do Brasil, que indicam índices semelhantes de adoecimento mental entre docentes, sobretudo em escolas públicas urbanas (MARTINS et al., 2019; SILVA; OLIVEIRA, 2020).

Diante desse cenário, recomenda-se que pesquisas futuras ampliem a amostra, incluam diferentes contextos escolares e adotem desenhos longitudinais para acompanhar a evolução do *Burnout* ao longo do tempo. Investigações qualitativas podem aprofundar a compreensão das experiências subjetivas dos professores e identificar estratégias eficazes de enfrentamento. Além disso, é fundamental explorar a efetividade de intervenções institucionais e políticas públicas voltadas para a promoção da saúde mental docente, considerando aspectos como valorização profissional, redução da carga de trabalho, suporte psicossocial e melhoria das condições laborais (BRANDÃO; QUINAN, 2022; SANTOS et al., 2018).

No âmbito prático, recomenda-se que os gestores escolares implementem espaços de escuta e acolhimento psicológico, com apoio de profissionais especializados, promovam formação continuada em saúde mental e manejo do estresse, revisem a distribuição de turmas e horários para reduzir a sobrecarga e equilibrar as demandas, além de estimular



práticas colaborativas e momentos de integração entre a equipe, favorecendo o apoio mútuo.

Para as políticas públicas, é fundamental investir na redução do número de alunos por turma por meio da contratação de mais professores e ampliação da infraestrutura escolar, garantir acesso a serviços de saúde mental para profissionais da educação, incluindo atendimento psicológico e psiquiátrico gratuito, valorizar a carreira docente com planos de carreira atrativos, remuneração adequada e reconhecimento social, bem como incentivar pesquisas e programas de monitoramento contínuo da saúde mental dos educadores.

Essas ações, coordenadas entre escola, gestão e poder público, são essenciais para prevenir o adoecimento mental, promover o bem-estar dos professores e, conseqüentemente, aprimorar a qualidade do ensino e o desenvolvimento dos alunos.

4 CONCLUSÃO

A pesquisa revelou uma prevalência significativa da síndrome de burnout entre os professores da escola municipal, escolhida para a pesquisa, localizada no Bairro Coroa do Meio, em Aracaju-SE, com destaque para as dimensões de exaustão emocional (36,4%) e despersonalização (30,3%). Também foram identificados sintomas de depressão (21,2%) e ansiedade (24,2%) em parcela considerável dos professores. Outros fatores, como idade mais jovem, carga horária elevada e turmas superlotadas, estão associados a níveis mais altos de *Burnout*, corroborando achados da literatura nacional e internacional (LEVY; SOBRINHO; SOUZA, 2010; MARTINS et al., 2019; DIEHL; MARIN, 2016). Realizar essa pesquisa – sobretudo enquanto também enfrentávamos as demandas diárias da docência – aumentou ainda mais nossa convicção de que cuidar de quem ensina é uma condição indispensável para qualquer avanço educacional.

Esses resultados mostram a complexidade do *Burnout* como um fenômeno multidimensional, resultante da interação entre aspectos individuais e condições do ambiente de trabalho. A exaustão emocional é a porta de entrada para o *Burnout*, que exige intervenções para a saúde mental dos professores, prevenindo o adoecimento e seus impactos negativos na qualidade do ensino e no processo de aprendizagem dos alunos.

É essencial elaborar e aplicar políticas públicas e práticas institucionais que reconheçam o valor do professor, promovam melhores condições de trabalho, proporcionem suporte psicossocial e capacitação para a gestão do estresse. A promoção de ambientes escolares acolhedores e a diminuição de cargas excessivas podem favorecer o bem-estar dos docentes e, por conseguinte, a qualidade da educação (BRANDÃO; QUINAN, 2022; SANTOS et al., 2018).

Entre as limitações, destaca-se o caráter transversal da pesquisa, que impossibilita o estabelecimento de relações causais, além do tamanho reduzido da amostra, restrita a uma única escola municipal, o que pode limitar a generalização dos resultados. O ideal é que estudos futuros ampliem a amostra, incluam diferentes contextos escolares e adotem desenhos longitudinais para acompanhar a evolução do *Burnout* e seus determinantes ao longo do tempo. Pesquisas qualitativas também podem aprofundar a compreensão das experiências subjetivas dos professores diante do adoecimento mental.

A promoção da saúde mental dos professores demanda não apenas intervenções individuais, mas principalmente a implementação de políticas institucionais que garantam condições dignas de trabalho, valorização profissional e suporte psicossocial contínuo. Sem essas medidas, há uma tendência ao agravamento do adoecimento mental e prejuízos na qualidade do ensino (SANTOS ET AL., 2018, p. 10).



Em resumo, esta pesquisa destaca os desafios da saúde mental na prática docente local, sugerindo abordagens para intervenções que favoreçam o equilíbrio emocional dos professores e a qualidade do ensino fundamental.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO DOS SANTOS LOPES, L. A.; NOVAIS, R. B. A saúde mental dos docentes da educação básica: uma análise crítica. **Educação & Sociedade**; Campinas, v. 44, n. 164, p. 1-15, 2023.

BRANDÃO, C. M.; QUINAN, D. A síndrome de burnout entre professores da educação básica: causas e enfrentamentos. **Psicologia & Sociedade**; Sociedade, São Paulo, v. 34, e20182018, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1807-0310/2022v34e20182018>. Acesso em: 11 abril 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais. **Diário Oficial da União**, Brasília, 2016.

CARLOTTO, M. S. Síndrome de burnout em professores: prevalência e fatores associados. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 15, n. 1, p. 37-44, 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-85572011000100005>. Acesso em: 11 abril 2025.

DIEHL, L.; MARIN, A. J. Burnout em professores: revisão sistemática da literatura. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 20, n. 3, p. 619-628, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2175-3539/2016/02031103>. Acesso em: 14 abril 2025.

GIL-MONTE, P. R. **Síndrome de burnout: causas, consequências e estratégias de enfrentamento**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2011.

LEVY, G. C. T.; SOBRINHO, F. P. N.; SOUZA, C. A. A síndrome de burnout em professores da rede pública do ensino fundamental. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 26, n. 1, p. 1-10, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-37722010000100002>. Acesso em: 14 abril 2025.

LOPES, L. A. S.; SOUZA, M. A. Fatores laborais e saúde mental de professores. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 44, e2020, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2317-6369000018318>. Acesso em: 14 abril 2025.

MARTINS, L. B.; SILVA, R. A.; OLIVEIRA, M. F. Prevalência da síndrome de burnout em professores da educação básica. **Revista Brasileira de Educação**, v. 24, n. 2, p. 45-58, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1807-0310/2019v24n2p45>. Acesso em: 17 abril 2025.

PEREIRA, V. D. **Inventário para avaliação da síndrome de burnout: evidências de validade**. 2015. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2015.

SANTOS, V. M. dos et al. Saúde mental dos professores: fatores de risco e estratégias de enfrentamento. **Revista Brasileira de Educação**, Brasília, v. 23, e230045, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-24782018230045>. Acesso em: 17 abril 2025.



SILVA, R. A.; OLIVEIRA, M. F. Burnout e saúde mental em docentes da educação básica. *Cadernos de Psicologia*, v. 21, n. 1, p. 101-112, 2020.

SILVA, J. L.; OLIVEIRA, S. M. Prevalência da síndrome de burnout em professores da educação básica: revisão sistemática. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, São Paulo, v. 45, e20, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbso/a/3q9wqG8c3kz9Lw8QY6vQ4vM/?lang=pt>. Acesso em: 21 abril 2025.