

BURNOUT NA CARREIRA DOCENTE: uma análise comparativa entre professores da Educação Básica e do Ensino Superior no Brasil

Gizele Ferreira Rosa ¹
 Leonilde da Conceição Silva ²

RESUMO

A Síndrome de *Burnout* é reconhecida como uma condição ocupacional resultante de estresse crônico no ambiente de trabalho, afetando de forma significativa a saúde mental dos professores. Este artigo tem como objetivo revisar a literatura sobre a incidência e os fatores associados ao *Burnout* em docentes da Educação Básica e do Ensino Superior no Brasil. As buscas foram realizadas principalmente no Google Acadêmico e na plataforma SciELO, considerando produções de 2020 a 2024. Os resultados mostram que, embora ambos os segmentos estejam expostos ao *Burnout*, os fatores que contribuem para sua ocorrência diferem: professores da Educação Básica enfrentam sobrecarga de aulas, indisciplina e falta de infraestrutura adequada, enquanto docentes do Ensino Superior lidam com múltiplas demandas acadêmicas, pressão por produtividade e instabilidade contratual. Ressalta-se que garantir condições dignas de trabalho e valorização profissional não é apenas uma medida de gestão escolar, mas um compromisso ético e estratégico para alcançar o Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 4 da Organização das Nações Unidas, assegurando que a educação de qualidade seja uma realidade sustentada por professores motivados, saudáveis e engajados. Conclui-se que políticas públicas específicas, adaptadas às particularidades de cada nível de ensino, são essenciais para mitigar os impactos da síndrome.

Palavras-chave: *Burnout* docente, Saúde mental, Educação básica, Ensino superior, Condições de trabalho.

INTRODUÇÃO

A Organização Internacional do Trabalho (OIT, 2012) aponta que o estresse ocupacional é uma das mais importantes questões de saúde mundial e tem sido alvo de preocupação em muitos países. Um nível elevado de estresse pode levar ao surgimento da Síndrome de *Burnout* ou *Burnout*, caracterizado pelo esgotamento físico e mental

¹Graduanda do Curso de Licenciatura em Pedagogia – IFPA Campus Paragominas, ferreiragizele152@gmail.com;

² Professora orientadora: Docente do Instituto Federal do Pará – IFPA. Mestra em Contabilidade e Administração pela Fucape Business School. Licenciada em Pedagogia pelo Instituto de Ensino Superior Franciscano - IESFMA, leonilde.silva@ifpa.edu.br.

decorrente de uma condição de estresse crônico, geralmente associado a situações prolongadas de desgaste psicológico no ambiente de trabalho (Silva; Carlotto, 2023).

O *Burnout* já é reconhecido como doença ocupacional na Classificação Internacional de Doenças (CID-11) da Organização Mundial da Saúde (OMS) desde 2022. No Brasil, a síndrome já motivava afastamentos e aposentadorias autorizadas pelo INSS e pela Justiça. A classificação da OMS fortalece o entendimento do *Burnout* como um problema de saúde pública no país. Segundo a Associação Nacional de Medicina do Trabalho (Anamt), cerca de 30% dos trabalhadores brasileiros sofrem com esse transtorno mental, colocando o Brasil na segunda posição mundial em número de casos.

Nos últimos anos, a síndrome ganhou destaque como um importante problema psicossocial. Pois o estresse crônico desenvolvido no trabalho contribui para o adoecimento de profissionais de diversas áreas, como policiais, enfermeiros, e professores, que são grupo frequentemente apontado como um dos grupos mais vulneráveis à síndrome (Carlotto; Dias; Batista e Diehl, 2015); Cericato, 2017).

Diante disso, a partir de maio de 2025, a Norma Regulamentadora nº 1 (NR-1) passou a exigir que empresas e órgãos públicos que contratam pelo regime CLT incluíssem os riscos psicossociais — como estresse, *Burnout*, assédio e sobrecarga mental — no Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO), conforme estabelecido pela Portaria MTE nº 1.419/2024 (BRASIL, 2024a). Essa atualização passou a reconhecer oficialmente a saúde mental como parte das condições de trabalho que deveriam ser monitoradas, prevenidas e geridas, promovendo um ambiente laboral mais seguro e equilibrado (BRASIL, 2024b).

A síndrome de *Burnout* é complexa e multidimensional, por isso envolve vários fatores de riscos, entre os quais destacam-se a sobrecarga de trabalho e os elevados níveis de estresse associados às exigências do contexto laboral. Esses elementos fetam de maneira expressiva a saúde física e emocional dos trabalhadores, em especial daqueles envolvidos com a docência (Maslach *et al.*, 2001).

Destaca-se que a Síndrome de *Burnout* entre professores impacta negativamente o vínculo entre docentes e estudantes, prejudica o clima escolar e dificulta o alcance dos objetivos educacionais. Como consequência, os professores podem desenvolver sentimentos de apatia, distanciamento e perda de sentido em relação ao trabalho, o que

favorece quadros de adoecimento, faltas frequentes e até mesmo o desejo de deixar a carreira docente (Silva; Fischer, 2020).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2020), a pandemia de Covid-19 intensificou a sobrecarga dos docentes. Com a suspensão das aulas presenciais, tiveram de adotar abruptamente o ensino remoto, sem preparo ou suporte institucional adequado. Esse cenário aumentou a pressão profissional, a instabilidade emocional e a vulnerabilidade psicológica dos professores. Nesse contexto, a saúde mental desses profissionais passou a ser foco de atenção de diversos estudos, sendo investigado sob diferentes perspectivas (Martins, 2020).

Nesse sentido, Pereira e Freitas (2019) identificaram elementos da síndrome em professores de Educação Física. Lopes *et al.* (2021) constataram altos índices de estresse, ansiedade e depressão na educação básica durante o ensino remoto emergencial. Santos e Costa (2022) destacaram o aumento da carga de trabalho e o esgotamento emocional no uso de tecnologias digitais, enquanto Souza *et al.* (2021) relacionaram condições precárias do trabalho remoto a sintomas de *Burnout* na rede pública.

Contudo, esses estudos não integram fatores do *Burnout* em docentes da Educação Básica e do Ensino Superior, evidenciando uma lacuna na literatura. Nesse cenário, realizou-se uma revisão da literatura comparando os fatores associados ao *Burnout* em docentes desses dois níveis de ensino no Brasil.

A docência é reconhecida a nível mundial como a segunda profissão com maior incidência de doenças de caráter ocupacional (Batista *et al.*, 2010; Carlotto *et al.*, 2015; Cericato, 2017). Assim sendo, os achados deste estudo contribuem com a literatura científica ao ampliar o entendimento da Síndrome de *Burnout* em professores da Educação Básica e do Ensino Superior, preenchendo uma lacuna existente na literatura.

Os resultados desta pesquisa podem ampliar a compreensão sobre os fatores associados ao *Burnout* em professores da Educação Básica e do Ensino Superior no Brasil, subsidiando gestores, formuladores de políticas e instituições na criação de programas de prevenção adequados a cada nível de ensino. Também podem orientar práticas de gestão, como redistribuição de carga horária, apoio psicossocial, melhorias na infraestrutura e capacitação (Carlotto, 2002), além de embasar a atualização de normas de saúde ocupacional, como a NR-1, e a adoção de estratégias de monitoramento da saúde mental docente, promovendo ambientes de trabalho mais saudáveis e sustentáveis.

REFERENCIAL TEÓRICO

Conceituação da Síndrome de Burnout

O *Burnout* é definido como uma síndrome causada por estresse crônico no trabalho mal administrado, caracterizada por exaustão, distanciamento mental ou cinismo em relação ao trabalho e baixa eficácia profissional (Carlotto, 2002). A palavra “*Burnout*” é derivada do inglês que significa “queimar até o fim” (Michaellis, 2016). O termo surgiu a partir de pesquisas e observação do médico alemão Dr.Freudenberger, em 1974.

A síndrome de *Burnout* é caracterizada por três dimensões, segundo o modelo tridimensional de Maslach e Leiter (2016): exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional. A primeira dimensão, exaustão emocional, refere-se à insatisfação, à falta de ânimo e ao esgotamento de energia emocional devido à escassez de recursos mentais, comprometendo o bem-estar, a saúde mental e o desempenho profissional (Maslach *et al.*, 2001).

A segunda dimensão é a despersonalização, que, no contexto educacional, se manifesta no relacionamento com alunos, colegas e familiares, levando o profissional ao distanciamento e a comportamentos inadequados (Maslach; Jackson, 1981). A terceira dimensão, redução da realização profissional, gera desmotivação e afeta a autoestima, levando o docente a duvidar de sua capacidade de lidar com as demandas, caracterizando um quadro avançado de *Burnout* (Tzu-Ching, 2020).

Com as reformas educacionais e mudanças organizacionais, aumentaram as exigências institucionais e o acúmulo de tarefas, contribuindo para o esgotamento físico e mental dos docentes (Maslach *et al.*, 2001). Os principais sintomas do *Burnout* incluem cansaço extremo, ansiedade, irritabilidade, dificuldade de concentração, distúrbios do sono, dores, problemas gastrointestinais e, nos casos mais graves, depressão e isolamento social (Maslach; Leiter, 2016; OMS, 2022; Carlotto, 2002).

METODOLOGIA

Este estudo consiste em uma revisão bibliográfica com o objetivo de investigar a produção científica, entre 2020 e 2024, sobre os fatores associados ao *Burnout* em professores da Educação Básica e do Ensino Superior no Brasil. Foram consultadas fontes como Google Acadêmico e plataforma SciELO.

Inicialmente, utilizaram-se os descritores “*Burnout em professores*” (1.520

resultados) e “*Burnout em docentes*” (475 resultados). Diante do elevado número de publicações, adotou-se o operador de pesquisa avançada *allintitle*, restringindo os resultados a artigos que continham os termos especificados nos títulos. Esse refinamento resultou em 76 artigos com o termo “*Burnout em docentes universitários*” e 7 com “*Burnout em docentes da Educação Básica*”, totalizando 83 trabalhos.

A partir desse conjunto, realizou-se análise preliminar de títulos e resumos para verificar a aderência ao tema central. A análise ocorreu em duas etapas:

1. **Leitura preliminar** para identificar objetivos, metodologias e principais conclusões, mapeando temáticas recorrentes e divergências;
2. **Análise aprofundada** apenas dos estudos com aderência direta à temática.

No total, 10 (dez) artigos foram considerados pertinentes aos objetivos da pesquisa e são apresentados e discutidos na seção de resultados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O *Burnout* é evidenciado tanto em professores da Educação Básica quanto do Ensino Superior, mas por motivos distintos, devido às suas atribuições específicas e os diferentes desafios (Guglielmi; Tatrow, 1998; Carvalho, 2016). Nesse sentido, a partir da revisão da literatura, apresentam-se no Quadro 1, os principais fatores associados ao *Burnout* em professores da Educação Básica e do Ensino Superior no Brasil.

Quadro 1 - Fatores associados ao *Burnout* em professores da Educação Básica e do Ensino Superior no Brasil

BURNOUT EM PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA			
TÍTULO	TIPO	AUTORES	FATORES IDENTIFICADOS
<i>BURNOUT DOCENTE NA EDUCAÇÃO BÁSICA: um olhar para os fatores de risco e prevenção apontados pela literatura</i>	Artigo	Oliveira e Silva (2021)	Falta de infraestrutura Jornada de trabalho exaustiva Quantidade de alunos em sala Gestão dos currículos Falta de recursos materiais
Síndrome de <i>Burnout</i> e autoeficácia em professores de Educação Física	Artigo	Pereira, Ramos e Ramos (2022)	Sobrecargas Precariedade da estrutura física. Conflitos nas relações interpessoais com colegas de trabalho
Risco para Síndrome de <i>Burnout</i> em professores de escolas públicas de Macaé – RJ	Artigo	Monteiro, Sperandio, Frez, Viveiros, Rodrigues, Lourenço e Pontes (2021)	Sobrecargas de trabalho Longa jornada de trabalho Exigências burocráticas
Síndrome de <i>Burnout</i> relações	Artigo	Guimarães,	Precariedade da estrutura escolar

com habilidades sociais, coping e variáveis sócio-ocupacionais em professores do ensino fundamental		Freitas e Oliveira (2024)	Estrutura de currículo.
Fatores psicossociais e síndrome de <i>Burnout</i> em professores da Educação Básica	Artigo	Souza, Carballo e Lucca (2023)	Sobrecarga de trabalho Número de alunos por sala.
BURNOUT EM PROFESSORES DO ENSINO SUPERIOR			
TÍTULO	TIPO	AUTORES	FATORES IDENTIFICADOS
TRABALHO DOCENTE EM UNIVERSIDADES PÚBLICAS BRASILEIRAS E ADOECIMENTO MENTAL: uma revisão bibliográfica	Artigo	Campos, Véras e Araújo (2020)	Pressão pelos processos de qualificação, carreira e geração de resultados Contratações temporárias.
Síndrome de <i>Burnout</i> em professores de cursos de Ciências Contábeis: a atuação na pós-graduação stricto sensu faz diferença?	Artigo	Ferreira, Nasu, Suave, Suave, e Hillen (2022)	Realização de atividades de pesquisa e extensão, administrativas e de gestão, Excessiva autocobrança Aulas e orientações discentes Jornadas excessivas de trabalho.
SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS: uma revisão de literatura	Artigo	Tortola, Viana, Rossi, Hamasaki e Silva (2024)	Extensas jornadas de trabalho Supervisão de pesquisa e estágios Participação em reuniões e videoconferências.
Síndrome de <i>Burnout</i> , Satisfação de vida, Autoestima e Otimismo em docentes universitários durante o ensino remoto	Artigo	Toledo, e Campos (2023)	Extensas jornadas de trabalho Metas de produtividade.
RELAÇÃO ENTRE SÍNDROME DE BURNOUT E SATISFAÇÃO NO TRABALHO: um estudo de caso com docentes universitários	Artigo	Branco, Guerra e Ferreira (2023)	Alto número de demandas Atividades de ensino, pesquisa, extensão e administrativas Elaboração de relatórios periódicos Participação de reuniões de coordenação.

Fonte: Rosa e Silva (2025).

Com base no Quadro 1, múltiplos fatores estruturais e organizacionais estão diretamente associados ao *Burnout* em professores da Educação Básica. A sobrecarga de aulas, combinada à precariedade da infraestrutura escolar e ao elevado número de alunos por turma (Oliveira; Silva, 2021; Monteiro *et al.*, 2021; Pereira; Ramos; Ramos, 2022; Guimarães; Freitas; Oliveira, 2024), demonstra que condições inadequadas de trabalho comprometem tanto a qualidade do ensino quanto a saúde mental dos docentes (Gasparini; Barreto; Assunção, 2005; Lourenço *et al.*, 2020).

Além disso, a falta de participação dos docentes nas tomadas de decisões escolares e na elaboração curricular, aliada à restrição de autonomia pedagógica, gera desmotivação, reduz o engajamento e enfraquece o sentimento de pertencimento. Somam-se a esses fatores a inadequação salarial e a escassez de oportunidades para

progressão na carreira, que, em conjunto, reduzem a satisfação e a permanência na profissão (Gasparini *et al.*, 2005; Batista *et al.*, 2016; Assunção; Abreu, 2019).

Ressalta-se que professores acometidos pelo *Burnout* tendem a ministrar aulas com menor engajamento (Lourenço *et al.*, 2020). Desse modo, fatores como infraestrutura precária, baixa remuneração e escassez de materiais contribuem para o adoecimento desses profissionais, gerando estresse ocupacional e comprometendo sua qualidade de vida (Oliveira-Filho; Netto-Oliveira; Oliveira, 2012).

Os resultados reforçam a urgência de políticas públicas que promovam melhorias estruturais nas escolas, ampliem a participação docente nos processos de gestão, revisem os planos de carreira e garantam remuneração adequada. Tais medidas são fundamentais para reduzir os índices de *Burnout*, melhorando a qualidade de vida dos professores e assegurar a permanência de profissionais qualificados na Educação Básica.

No que se refere aos fatores relacionados ao *Burnout* em docentes do Ensino Superior, todavia estes são elementos diversos e complexos. Destacam-se as extensas jornadas de trabalho, frequentemente superiores ao estipulado contratualmente, que impõem elevada carga física e mental aos professores (Ferreira *et al.*, 2022; Branco *et al.*, 2023; Tortola *et al.*, 2024). Soma-se a isso a intensa cobrança por produtividade acadêmica, que demanda constante publicação e resultados expressivos em pesquisas, gerando pressão contínua (Toledo; Campos, 2023).

Adicionalmente, a instabilidade decorrente de contratos temporários contribui para a insegurança profissional, o que impacta negativamente a saúde mental dos docentes (Macedo, 2017; Campos; Véras; Araújo, 2020). O processo de qualificação na carreira implica em acúmulo de tarefas, uma vez que os docentes acumulam responsabilidades que vão além do ensino, como a orientação de discentes, projetos de pesquisa e extensão, além de funções administrativas, gestão e participação em comissões (Forattini; Lucena, 2015; Ferreira; Nasu; Suave; Hillen, 2022).

Conforme Petto *et al.* (2016), “destacam-se como fatores estressores desse público os postos de trabalho cada vez mais exigentes, com a necessidade de conciliar o tripé ensino, pesquisa e extensão, acarretando uma carga intensa de atividades”. Nesse contexto, na modalidade do Ensino Superior, os professores sofrem pressão constante no processo de qualificação para progressão na carreira, além de terem que cumprir diversas

demandas técnico-científicas, como realizar pesquisas, desenvolver projetos de extensão, orientar discentes e elaborar relatórios periódicos.

Outro aspecto relevante é a insegurança vivida por professores contratados, que enfrentam incertezas quanto à renovação de contratos e risco de demissão, o que limita sua atuação e os torna mais vulneráveis (Mancebo, 2007). Essa sobrecarga intensifica a jornada e contribui para o Burnout, reforçando a necessidade de políticas institucionais que equilibrem demandas e condições de trabalho.

A partir desses fatores, pode-se inferir que a acumulação de múltiplas funções, sem suporte institucional tendem a fragilizar a saúde mental, prejudicando o desempenho pedagógico e a qualidade das atividades acadêmicas dos docentes. A insegurança dos contratos temporários intensifica a instabilidade e ansiedade, afetando motivação e comprometimento. Além disso, jornadas extenuantes, sem valorização adequada, elevam o esgotamento e comprometem a sustentabilidade da carreira docente, podendo levar a afastamentos ou desistência da profissão (Malagris, 2009).

Apesar das especificidades de cada nível educacional, as dimensões do *Burnout* — exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional — apresentam-se como fenômenos comuns, evidenciando a necessidade de estratégias diferenciadas, porém integradas, para o enfrentamento dessa síndrome entre os professores da Educação Básica e do Ensino Superior (Maslach *et al.*, 2001; Batista *et al.*, 2016).

Diante disso, relação à prevenção da Síndrome de *Burnout* na Educação Básica, recomenda-se a redução da carga horária e turnos (Silva; Bolsoni-Silva; Loureiro, 2018). Também são essenciais a melhoria da infraestrutura e das condições de trabalho, além da criação de um ambiente saudável que respeite o espaço de fala dos docentes. Para isso, os gestores devem adotar uma visão humanizada e desenvolver ações éticas e dinâmicas voltadas ao bem-estar emocional dos colaboradores (Lourenço *et al.*, 2020).

Para prevenir a Síndrome de *Burnout* no Ensino Superior, é fundamental o suporte social, por meio de familiares, amigos e colegas de trabalho. Programas de mentoria e troca de experiências em aulas práticas também contribuem para reduzir o estresse docente. Além disso, promover uma cultura de bem-estar, oferecer *feedbacks* e programas de reconhecimento pelo desempenho incentiva a produtividade e mantém a motivação (Gonzalez; Eberiel; Shea, 2019).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo realizou uma revisão da literatura sobre os fatores associados ao *Burnout* em professores da Educação Básica e do Ensino Superior no Brasil. Evidenciou-se que a Síndrome de *Burnout* é um fenômeno presente tanto entre docentes da Educação Básica quanto do Ensino Superior, manifestando-se por meio das dimensões de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional.

Desse modo, a análise dos fatores associados à Síndrome de *Burnout* em docentes da Educação Básica e do Ensino Superior revelou que, apesar das especificidades de cada modalidade, há uma convergência significativa nos elementos que contribuem para o adoecimento desses profissionais. No Ensino Superior, a pressão por produtividade acadêmica e a insegurança decorrente de contratos temporários intensificam o desgaste, enquanto na Educação Básica, as condições físicas inadequadas e a ausência de participação nas decisões escolares reforçam a insatisfação e o estresse. Esse cenário configura um ciclo de retroalimentação negativa que afeta tanto o bem-estar dos professores quanto a qualidade da educação oferecida.

Nesse sentido, torna-se urgente a implementação de políticas e práticas institucionais que promovam a melhoria das condições de trabalho, o reconhecimento e a valorização dos docentes, bem como o fortalecimento do suporte social e psicológico. Tais medidas são essenciais para garantir a sustentabilidade da carreira docente e assegurar a oferta de uma educação de qualidade.

Diante dos achados, recomenda-se que as instituições educacionais implementem políticas voltadas para reduzir a carga horária excessiva, aprimorar as condições físicas e organizacionais, ampliar a participação dos professores nas decisões e promover programas de suporte psicossocial, capacitação emocional e reconhecimento profissional para equilibrar demandas e qualidade de vida.

Por fim, ressalta-se que combater o *Burnout* requer uma abordagem sistêmica e humanizada, que valoriza os professores como agente central no conhecimento e no desenvolvimento social. Investir na saúde e bem-estar docente é investir na qualidade da educação e na sustentabilidade da carreira desses profissionais.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE MEDICINA DO TRABALHO. *Burnout atinge 30% dos trabalhadores brasileiros, diz Anamt.* Brasília, 2023. Disponível em: <https://www.anamt.org.br/portal/2023/04/26/burnout-atinge-30-dos-trabalhadores-brasileiros-diz-anamt/>. Acesso em: 31 jul. 2025.

ASSUNÇÃO, A. A.; ABREU, M. N. S. Pressão laboral, saúde e condições de trabalho dos professores da Educação Básica no Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 35, supl. 1, p. 1–14, 2019. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/csp/2019.v35suppl1/e00169517/>. Acesso em: 31 jul. 2025.

BATISTA, J. B. V.; CARLOTTO, M. S.; OLIVEIRA, M. N. de; ZACCARA, A. A. L.; BARROS, E. de O.; DUARTE, M. C. S. Transtornos mentais em professores universitários: estudo em um serviço de perícia médica Mental disorders in university teachers: study in a service of medical investigation. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**, Rio de Janeiro, Brasil, v. 8, n. 2, p. 4538–4548, 2016. DOI: 10.9789/2175-5361.2016.v8i2.4538-4548. Disponível em: <https://seer.unirio.br/cuidadofundamental/article/view/5009>. Acesso em: 31 jul. 2025.

BRANCO, K. P.; GUERRA, A. C.; FERREIRA, E. B. Relação entre síndrome de *Burnout* e satisfação no trabalho: um estudo de caso com docentes universitários. **Cadernos de Estudos Sociais**, [S. l.], v. 38, n. 2, 2023. DOI: 10.33148/CESV38n2(2023)2074. Disponível em: <https://periodicos.fundaj.gov.br/CAD/article/view/2074>. Acesso em: 31 jul. 2025.

BRASIL. Ministério do Trabalho e Emprego. Empresas brasileiras terão que avaliar riscos psicossociais a partir de 2025. **Portal Gov.br**, Brasília, DF, 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/noticias-e-conteudo/2024/novembro/empresas-brasileiras-terao-que-avaliar-riscos-psicossociais-a-partir-de-2025>. Acesso em: 31 jul. 2025.

BRASIL. Ministério do Trabalho e Emprego. Portaria MTE nº 1.419, de 21 de maio de 2024. Altera o item 1.5 da Norma Regulamentadora nº 1 — Disposições gerais, para incluir os fatores de risco psicossociais no Gerenciamento de Riscos Ocupacionais — GRO. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 22 maio 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/assuntos/inspecao-do-trabalho/seguranca-e-saude-no-trabalho/sst-portarias/2024/portaria-mte-no-1-419-nr-01-gro-nova-redacao.pdf>. Acesso em: 31 jul. 2025.

CAMPOS, T.; VÉRAS, R. M.; ARAÚJO, T. M. Trabalho docente em universidades públicas brasileiras e adoecimento mental: uma revisão bibliográfica. **Revista Docência do Ensino Superior**, Belo Horizonte, v. 10, p. 1–19, 2020.

CARLOTTO, M. S.; DIAS, S. R. S.; BATISTA, J. B. V.; DIEHL, L. *O papel mediador da autoeficácia na relação entre a sobrecarga de trabalho e as dimensões de Burnout em professores.* **Psico-USF**, Itatiba, v. 20, n. 1, p. 13-23, jan./abr. 2015.

CARLOTTO, M. S. A síndrome de *Burnout* e o trabalho docente. **Psicologia em estudo**, v. 7, p. 21-29, 2002.

FERREIRA, M. M.; NASU, V. H.; SUAVE, R.; SUAVE, S. M. L. A.; HILLEN, C. Síndrome de *Burnout* em professores de cursos de Ciências Contábeis: a atuação na pós-graduação stricto sensu faz diferença?.

FORATTINI, C. D.; LUCENA, C. A. Adoecimento e sofrimento docente na perspectiva da precarização do trabalho. **Laplage em Revista**, v. 1, n. 2, p. 32-47, 2015.

GASPARINI, S. M.; BARRETO, S. M.; ASSUNÇÃO, A. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. **Educação e pesquisa**, v. 31, p. 189-199, 2005.

GONZALEZ, K. A.; EBERIEL, D. T.; SHEA, T. B. Collaborative mentoring for retaining secondary biology teachers. **Journal of microbiology & biology education**, v. 20, n. 3, p. 10.1128/jmbe. v20i3. 1811, 2019.

GUIMARÃES, A. M. B; FREITAS, L. C.; OLIVEIRA, D. C. R. Síndrome de *Burnout* e relações com habilidades sociais, coping e variáveis sócio-ocupacionais em professores do ensino fundamental. **Ciencias Psicológicas**, Montevideo , v. 18, n. 2, e3727, dic. 2024 . Disponível em:
http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-42212024000201202&lng=es&nrm=iso accedido en 31 jul. 2025.

MARQUES, M. N.; KRUG, R. R.; KRUG, H. N.; CONCEICAO, V. J. S. Os desafios do cotidiano educacional: o caso da educação física. **Roteiro**. UNOESC, Joaçaba , v. 40, n. 1, p. 187-205, jun. 2015 . Disponível em
http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-60592015000100187&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 31 jul. 2025. <https://doi.org/10.2177-6059-v40n1201501060009>.

MARTINS, R. **Teletrabalho se consolida em gangorra emocional trazida pela pandemia.** SINPRO-DF, 03 de ago. de 2020. Disponível em: <<https://www.sinprodf.org.br/teletrabalho-se-consolida-em-gangorra-emocional-trazida-pela-pandemia/>>. Acesso em 31 de jul. de 2025.

MASLACH, C.; SCHAFELI, W. B.; LEITER, M. P. Esgotamento profissional. **Annual Review of Psychology**, Palo Alto, v. 52, p. 397-422, 2001. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>. Acesso em: 31 jul. 2025.

MASLACH, C.; SCHAFELI, W. B.; LEITER, M.. P. Job Burnout. **Annual Review of Psychology**, Palo Alto, v. 52, p. 397-422, 2001.

MONTEIRO, L. S.; SPERANDIO, N.; FREZ, J. S.; VIVEIROS, L. C. F.; RODRIGUES, W. T. O.; LOURENÇO, A. E. P.; PONTES, P. V. Risco para Síndrome de *Burnout* em professores de escolas públicas de Macaé - RJ. **Cadernos do Desenvolvimento Fluminense**, Rio de Janeiro, n. 20, p. 233–250, 2021. DOI: 10.12957/cdf.2021.61420. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/cdf/article/view/61420>. Acesso em: 31 jul. 2025.

OLIVEIRA, L. V.; SILVA, L. A. M. *Burnout* docente na educação básica: um olhar para os fatores de risco e prevenção apontados pela literatura. **TCC-Trabalho de Conclusão de Curso de Pedagogia**, 2021.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde – 11^a Revisão (CID-11). Genebra: OMS, 2022. Disponível em: <https://icd.who.int/pt>. Acesso em: 31 jul. 2025.

PEREIRA, E. C. C. S.; RAMOS, M. F. H.; RAMOS, E. M. L. S. Síndrome de *Burnout* e autoeficácia em professores de educação física. **Revista Brasileira de Educação**, v. 27, p. e270045, 2022.

PETTO, Jefferson *et al.* Percepção de estresse em docentes do ensino superior. **Diálogos Possíveis**, v. 15, n. 1, 2016.

SILVA, N. R.; BOLSONI-SILVA, A. T.; LOUREIRO, S. R. *Burnout* e depressão em professores do ensino fundamental: um estudo correlacional. **Rev. Bras. Educ.**, Rio de Janeiro, v. 23, e230048, 2018. <http://dx.doi.org/10.1590/s1413-24782018230048>. Acesso em: 05 de jul. 2025.

SOUZA, M. C. L.; CARBALLO, F. P.; LUCCA, S. R. Fatores psicossociais e síndrome de *Burnout* em professores da educação básica. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 27, p. 1-8, 2023. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/2175-35392023-235165>.

TOLEDO, L. C.; CAMPOS, C. R. Síndrome de *Burnout*, Satisfação de vida, Autoestima e Otimismo em docentes universitários durante o ensino remoto. **Educação em Revista**, v. 39, p. e39136, 2023. DOI: <https://doi.org/10.1590/0102-469839136>.

TORTOLA, N. C.; VIANA, E. S.; ROSSI, V. A.; HAMASAKI, E. I. M.; SILVA, R. M. F. SÍNDROME DE *BURNOUT* EM PROFESSORES UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO DE LITERATURA. **Revista Acadêmica Online, [S. l.]**, v. 10, n. 54, p. e435, 2024. DOI: 10.36238/2359-5787.2024.v10n54.435. Disponível em: <https://revistaacademicaonline.com/index.php/rao/article/view/435>. Acesso em: 31 jul. 2025.