

**Desafios na jornada docente: O aparecimento silencioso da Síndrome de  
*Burnout* em tempos de COVID-19****Challenges in the teaching journey: The silent appearance of *Burnout* Syndrome in  
times of COVID-19**

Dalila da Costa GONÇALVES\*

Wilian Rodrigues RIBEIRO\*\*

Débora Cristina GONÇALVES\*\*\*

**RESUMO:** A crescente desistência da sala de aula tem demonstrado quão desgastada e desvalorizada tem se tornado a profissão docente. Junto a fatores de pressão por alto desempenho em meio a um cenário pandêmico, o sistema político-educacional produz colapsos psíquicos e físicos em seus profissionais. Discute-se muito acerca da efetividade do ensino e aprendizados dos discentes, contudo, pouco se aborda sobre as condições de trabalho e os reflexos na saúde dos professores. Este artigo tem por objetivo refletir sobre o desgaste dos professores e correlaciona-lo ao aparecimento da Síndrome de *Burnout*. Baseada em uma revisão de literatura, buscamos compreender e identificar os primeiros sintomas e as consequências físicas e emocionais geradas pelas condições do sistema educacional. O desgaste vocal, físico e mental, extensa jornada de trabalho, além

**ABSTRACT:** The growing dropout of the classroom, has shown how worn and devalued the teaching profession has become. Along with pressure factors for high performance amid a pandemic scenario, the political-educational system produces psychic and physical breakdowns in its professionals. There is much debate about the effectiveness of teaching and learning by students, however, little is discussed about working conditions and the effects on teachers' health. This article aims to reflect on the wear and tear of teachers and correlate it with the appearance of *Burnout* Syndrome. Based on a literature review, we seek to understand and identify the first symptoms and the physical and emotional consequences generated by the conditions of the educational system. The vocal, physical and mental strain, long working hours, beyond unsatisfactory return, pedagogical

\* Licenciada em ciências agrícolas, pós-graduada em agricultura sustentável, pós-graduanda em Práticas Pedagógicas e mestre em Agroecologia vinculada ao Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologias do Espírito Santo e graduada em Zootecnia pela Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3802-2398>, email: [dallant@hotmail.com](mailto:dallant@hotmail.com).

\*\* Graduado em agronomia, pós-graduado em estatística aplicada, mestre em produção vegetal e Doutorando em agronomia pela Universidade Federal do Espírito Santo. Exerce a função de pesquisador junto à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), colabora na orientação de discentes, e atuou na docência como professor assistente para o programa de pós-graduação em gestão pública na Universidade Federal do Espírito Santo. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0711-7669>, email: [wilianrodrigues@msn.com](mailto:wilianrodrigues@msn.com).

\*\*\* Licenciada e Bacharelada em ciências biológicas do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Espírito Santo (*Campus Alegre*), Mestre em Agroquímica pela Universidade Federal do Espírito Santo. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2439-0483>, email: [binhamg20@gmail.com](mailto:binhamg20@gmail.com).

da remuneração insatisfatória, reinvenção pedagógica diante do isolamento social, o não reconhecimento social e a pressão por alta performance em meio a pandemia do Covid-19, são algumas das supostas evidências que podem estar diretamente relacionadas ao desenvolvimento da síndrome de *Burnout*.

reinvention of social isolation, non-social recognition against and pressure for high performance in the midst of the Covid-19 pandemic, are some of the alleged evidences that may be directly related to the development of *Burnout* syndrome.

**PALAVRAS-CHAVE:** Desempenho profissional; Covid-19; Estresse; Saúde Ocupacional; Síndrome de *Burnout*

**KEYWORDS:** Professional performance; Covid-19; Stress; Occupational Health; *Burnout* syndrome.

## 1 Introdução

A insatisfação e exaustão profissional são as queixas mais recorrentes entre os profissionais de educação. Os motivos desta insatisfação advêm de um conjunto de fatores de ordem política, social, estrutural, burocrática, pessoal e profissional. Os docentes são continuamente cobrados pelas expectativas projetadas sobre eles em suas instituições de ensino, por pais de alunos e principalmente pelas metas de ensino preestabelecidas pelo governo (GOEBEL, CARLOTTO, 2019; SILVA, SILVA, GOMES, 2020).

A pandemia do novo coronavírus - COVID-19 (TAN et al., 2020) iniciada na Whuan, China, em 2019 - e o avanço do número de casos de pessoas infectadas pelo mundo impôs situações adversas a sociedade. O agravamento de síndromes psiquissomáticas, assim como a exaustão física tornaram-se ainda mais pronunciadas neste período. Diante da necessidade do isolamento social e do desligamento físico de todos os tipos de institutos educacionais em todo o mundo, como uma das estratégias mais eficazes para reduzir a propagação do vírus, o ensino que antes se dava presencialmente migrou-se emergencialmente para forma remota por meio de ambientes virtuais de aprendizagens.

Mediar a aprendizagem dos alunos requer uma permanente criação/recriação, senão uma adaptação constante. Em decorrência das medidas de saúde pública, as aulas passaram a ser ministradas com o auxílio das Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC), recurso este encontrada para que o ano letivo não fosse totalmente comprometido (DAUMILLER et al 2021). As recentes metodologias adotadas se tornaram imperiosas, com pouco ou nenhum treinamento, e experiência prévia mínima, sendo incerto o desempenho do aprendizado dos alunos (DWIVEDI et al., 2020; OLIVEIRA, GOMES, BARCELLOS, 2020).

Seria a educação virtual a nova forma de ensinar? Esse cenário de incerteza trouxe transtornos psicossociais que inevitavelmente poderão contribuir para o desgaste profissional dos professores. Repentinamente, toda uma geração de estudantes foram obrigados a começar a gerir e dominar ferramentas digitais para o cumprimento do calendário escolar básico. O conhecimento passou a ser mediatizado virtualmente, e sabendo que o papel do professor é tão fundamental no ensino remoto quanto no ensino presencial, não se sabe as consequências futuras, pois estas tecnologias exigem não somente habilidade no manuseio de instrumentos, mas também saber acompanhar os processos de transformação e evolução digital a cada instante, ou seja, familiarizar com o novo jeito de ensinar (OLIVEIRA, GOMES, BARCELLOS, 2020).

As TICs já são uma realidade para muitas escolas e universidades e, as mesmas se apresentam como recurso favorável para a mediação do ensino remoto, de forma síncrona e/ou assíncrona, possibilitando a interação de alunos e professores, mesmo que de forma virtual (SANTOS JUNIOR, MONTEIRO, 2020), Conforto e Vieira (2015) chamam esta nova modalidade de educação, de “Aprendizagem Móvel”. Entretanto, não é a realidade da maioria das escolas principalmente as públicas, que possuem recursos muito limitados.

Segundo Teixeira e Schuck (2020) a escola deixou a desejar, em não dialogar no decorrer dos anos, o planejamento didático com as TICs disponíveis, o que pode ser justificado por inúmeras razões, que vão desde a ausência de infraestrutura adequada à inabilidade de gestores e professores para lidar com tal processo de informatização, e a disponibilidade ao acesso a internet. Evidentemente, estas limitações provocam um estado de estresse e fracasso nos profissionais envolvidos. Segundo Livari, Sharma e Ventã- Olkkonen (2020) as instituições educacionais e as práticas pedagógicas devem passar por uma ampla transformação digital para conseguir atender às demandas das próximas gerações.

Esta carga de estresse sobre os docentes, advindos de um estímulo de alerta ou um estado de tensão causa frustração, indolência, despersonalização, desmoralização e insatisfação profissional, e este quadro clínico é uma resposta física/emocional muitas vezes involuntária, e já vem sendo relatado de forma preocupante na literatura (OLIVEIRA, PEREIRA, LIMA, 2017; BRASFIELD, LANCASTER, XU, 2019; SHACKLETON *et al.* 2019; CHRISTIAN-BRANDT, SANTACROSE, BARNETT, 2020; HERMAN *et al.* 2020), podendo trazer consequências devastadoras e/ou irreversíveis sobre o bem-estar mental dos professores, tornando o trabalho de lecionar insustentável, ambíguo e sobrecarregado.

Este desgaste emocional dos professores, intensificado pelas adversidades diárias e da crescente expectativa sobre seu trabalho tem levando muitos profissionais a uma crise de identidade profissional. Percebe-se que o esgotamento dos profissionais de educação já tem precedentes, que aliado a massificação do ensino, desvalorização e desafios da profissão, causa um sentimento de inutilidade aos profissionais que estão em formação e/ou atuação (CODO, 2006).

A pandemia intensificou, ou até mesmo acelerou, este sentimento dentre os profissionais, o trabalho colaborativo e a adaptação à mudança passaram a ser os grandes desafios, cenário este que já foi correlacionado positivamente aos níveis de *burnout* (DAUMILLER *et al.* 2021). Sentimentos de fracasso, insegurança, desesperança e incompetência, alterações repentinas de humor, isolamento, fadiga, pressão alta, dores musculares, problemas gastrointestinais e alteração nos batimentos cardíacos são alguns dos sintomas característicos da síndrome *Burnout*. Segundo a Organização Mundial da Saúde (WHO, 2019) o quadro de esgotamento físico e mental seguido de perda de personalidade, insatisfação profissional, alterações no apetite, insônia, dificuldades de concentração, sentimento de improdutividade são sinais clínicos de doenças psicossomáticas.

O estresse profissional é considerado um grave problema de saúde pública ocupacional, complexo e generalizado, que a curto e principalmente a longo prazo podem colocar em risco a profissão. Por este motivo pesquisas nacionais e internacionais têm sido desenvolvidas, a fim de buscar compreender a originalidade deste estresse e suas implicações para saúde e bem estar dos professores, porém quando comparado a outras áreas profissionais, a pesquisa no campo educacional ainda é escassa (ZHU *et al.* 2018; PEREIRA, MORGADO, LEONIDO, 2019).

Diante do que foi elencado acerca da saúde ocupacional e a desmotivação dos docentes, este ensaio teórico de caráter descritivo-discursivo tem por finalidade realizar uma abordagem qualitativa e problematizar situações que envolva o esgotamento dos docentes diante do quadro pandêmico vivenciado mundialmente, enfatizamos os principais sinais e as consequências físicas, emocionais e profissionais geradas pelas condições do sistema educacional, e correlacioná-las com o aparecimento da síndrome de *Burnout*.

## 2 Pressupostos teóricos

### 2.1 Insatisfação Profissional e a Síndrome de *Burnout*

Nos últimos anos, o estresse associado ao trabalho, tem despertado o interesse de estudiosos, em virtude das consequências psíquicas, fisiológicas e comportamentais que atingem os indivíduos. A sobrecarga e a falta de descanso parecem vitais para o agravamento da exaustão emocional que estão intimamente ligadas as dimensões centrais do *Burnout* (GARCIA; GIL FLORES, 2018; ASIKAINEN *et al.* 2020; PEREIRA, MORGADO, LEONIDO, 2019; WEKENBORG *et al.* 2019; HOD *et al.* 2020). A palavra *burnout* é inglesa, que traduzida significa “queimar-se por completo”. Sua principal característica é atribuída a dedicação exagerada a vida profissional (ZENG *et al.* 2020; WANG, RUBIE-DAVIES, MEISSEL, 2020).

É possível descrever a síndrome como uma sobrecarga de estresse crônico advindo de uma relação de atenção direta, contínua, intensa e altamente emocional, é como um esgotamento, no qual o profissional chega ao seu limite e não pode se doar mais (MASLACH, JACKSON, 1981). A Síndrome de *Burnout* pode ser dividida em três partes: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal no trabalho (SOUZA FILHO, CAMPANI, CÂMARA, 2019).

Trigo, Teng e Hallak (2007) definiram *Burnout* como aquilo que deixou de fazer sentido ou deixou de funcionar por esgotamento total de energia levando o indivíduo a um prejuízo em seu comportamento físico e mental.

O trabalho docente é uma das categorias mais importantes para a sociedade, pois é na escola que ocorrem as mais diversas experiências de convivência e aprendizado entre educadores, alunos, pais e gestores. Porém, a desvalorização desta classe de trabalhadores tem contribuído para profissionais insatisfeitos, infelizes e doentes (BRASFIEL, LANCASTER, XU, 2019).

Por se tratar de uma profissão exposta continuamente à ambientes conflituosos e estressores, os estudos tendem a identificar a origem dos problemas e precaver os profissionais envolvidos (CARLOTTO, PALAZZO, 2006; MILLÁN, CALVANESE, D'AUBETERRE, 2017; GARCIA, GIL FLORES, 2018; SOUZA FILHO, CAMPANI, CÂMARA, 2019; SILVA, OLIVEIRA, 2019), porém infelizmente, ainda são escassas, as pesquisas que correlacionam esta insatisfação profissional ao aparecimento de doenças ocupacionais em docentes. Esta carência pode ser explicada pela complexidade, ambiguidade

e singularidade da doença, e também pela sua pouca visibilidade diante da sociedade. Porém, após o reconhecimento da Organização Mundial da Saúde, como sendo um fator relacionado à saúde, a *Burnout* foi incluída na Classificação Internacional de Doenças - CID - e isso tende a ser fator preponderante no aumento das pesquisas no último ano (WHO, 2019).

O mal gerenciamento do sistema educacional, baseado no cumprimento de metas e do calendário escolar, as inúmeras reuniões pedagógicas, políticas de avaliação do governo, dimensões curriculares, índices de reprovação, carência de recursos pedagógicos e tecnológicos (NEVES, SILVA, 2006; HERMAN *et al.* 2020), acaba por construir para um cenário exaustivo que aliado ao descaso governamental e as políticas públicas, acarretam profissionais e alunos desestimulados e/ou com rendimentos escolares insatisfatórios.

As principais queixas encontradas são: o desgaste vocal (FILLIS *et al.* 2016; ROSOW *et al.* 2016; KORN *et al.* 2018; LEE, KIM, LEE, 2018; VERTANEN-GREIS, LÖYTTYNIEMI, UTTI, 2018; MASSON *et al.* 2019; MEDEIROS, VIEIRA, 2019; KARJALAINEN *et al.* 2020), desgaste psicológico advindo de uma jornada excessiva de trabalho (presencial e extraclasse) sob condições insalubres de trabalho, as vezes desumanas (POSADA-QUINTERO *et al.* 2020), iniquidade e arbitrariedade salarial (ALMEIDA, PIMENTA, FUSARI, 2019) desrespeito e indisciplina dos alunos que comprometem o relacionamento professor aluno (HERMAN *et al.* 2020), falta de formação e/ou adaptação às novas tecnologias (WINGO, IVANKOVA, MOSS, 2017), exaustão emocional, despersonalização e dissonância de valores (NEVES, SILVA, 2006; BAPTISTA *et al.* 2019; PELLERONE *et al.* 2020; ZHANG, LI, SUN, 2020).

Pellerone (2020), alertou para o comprometimento da qualidade do ensino ao estudar 324 professoras sicilianas, que trabalhavam no jardim de infância, escola primária e primeiro ano do ensino médio. Os resultados apontaram para uma correlação positiva entre a exaustão emocional e despersonalização que posteriormente poderá influenciar no comportamento do professor e na percepção do aluno. Resultados corroboram com os de Prasojo (2020), em três províncias da Indonésia, e de Zhu (2018) na China.

A negligência de algumas autoridades acerca dos estudos e comportamento dos discentes faz com que as instituições de ensino cobrem cada vez mais os professores, querendo torná-los pais, mães e psicólogos. Alguns estudos relatam que a indisciplina dos alunos e a heterogeneidade das turmas são as áreas mais obscuras de gestar (PRASOJO *et al.* 2020). Sendo assim, a família e a escola emergem como duas instituições fundamentais para desencadear os processos evolutivos das pessoas, atuando como propulsores ou inibidores do seu crescimento físico, intelectual e social (POLONIA, DESSEN 2005).

Kyriacou e Chien<sup>1</sup>(2004) entrevistaram 203 professores de escolas primárias em Taiwan, e 26% consideram sua profissão muito ou extremamente estressante. As mudanças das políticas educacionais do governo foram apontadas como a principal fonte de estresse, e a redução da carga horária de trabalho dos professores seriam as medidas mais eficazes que as escolas ou o governo poderiam adotar para reduzir a carga estressante. Para Merazzi, (1983) pelo fato de os professores terem que lidar com as políticas educacionais para as quais as necessidades sociais o direcionam, tornam professores e alunos submissos à política e à economia.

Codo (2006) fez uma discussão bem complexa e preocupante acerca da saúde mental e as condições de trabalho dos educadores no Brasil. O estudo envolveu 52.000 professores em 1.440 escolas diferentes. Para os autores, os educadores estão experimentando uma crise referente ao saber e isso tem levado a defasagem, entre o trabalho e como deve ser e a realidade do trabalho na escola. Esta crise do saber pode estar associada à necessidade de uma constante atualização de conteúdo e a renúncia de outros conteúdos que vinham sendo de seu domínio durante anos. As condições de trabalho aliadas à gestão escolar, possuem alta correlação com a desistência à docência. Von der Embse (2015) investigou 8.084 educadores

---

<sup>1</sup> O artigo ‘Teacher stress in Taiwanese primary schools’, publicado pela revista ‘The Journal of Educational Enquiry’ em 2004, os autores Kyriacou e Chien, utilizaram um questionário para explorar o estresse entre 203 professores em escolas primárias em Taiwan. A amostra compreendeu 72% mulheres e 28% homens. Destes 6% tinham menos de um ano de experiência de ensino; 30%: 1–5 anos; 20%: 6–10 anos; e 44%: mais de 10 anos. 72% eram professores de sala de aula, 14% eram professores de disciplinas e 14% administrativos professores. 14% ensinaram em escolas com menos de 20 classes, 40% em escolas com 21-40 turmas, 8% em escolas com 41-60 turmas e 37% nas escolas com mais de 60 turmas. 26% dos professores relataram que a profissão era muito ou extremamente estressante. A principal fonte do estresse apontada foi a mudança nas políticas de educação do governo. A medida mais eficaz de enfrentamento relatada foi um contexto familiar saudável. Os professores relataram que a ação mais eficaz que as escolas ou o governo poderia tomar para reduzir o estresse dos professores era diminuir carga de trabalho.

no sudeste dos Estados Unidos e quase 30% dos professores relataram problemas clínicos em virtude dos níveis de estresse.

Um estudo publicado em 2015 pela Fundação Lemann Ernesto Martins Faria em parceria com o Instituto Paulo Montenegro e o Instituto Brasileiro de Opinião Pública e Estatística (Ibope), descreveu que a desvalorização da profissão é o fator que mais agrava a saúde dos educadores (FARIA, 2015). De acordo com os dados coletados, apenas 20% dos professores estão satisfeitos com o salário recebido. Ainda segundo a Fundação, 64% dos professores afirmaram encontrar dificuldade para trabalhar com turmas muito heterogêneas nas quais se encontram alunos com defasagem de ensino, portadores de necessidades especiais e problemas sociais graves (drogas, alcoolismo, roubo, etc.). Considerando as circunstâncias vigentes estes sintomas seguem se agravando.

Piaget (1973), asseverou que a falta de preparação ou má formação dos professores é o principal fator pelo qual o ensino não vem se desenvolvendo ao longo dos anos. Os futuros educadores não são preparados para lidar com as subjetividades encontradas na sala de aula, não apresentam uma leitura psíquica, emocional e profissional para atender as demandas educacionais que são diferentes para cada aluno, neste caso o desenvolvimento interpessoal. Estas circunstâncias estressoras estão relacionadas, em sua maioria, as inúmeras funções atribuídas aos profissionais desta área sobrecarregando-os. O professor tem tido cada vez menos tempo para gerir suas tarefas, que tem se tornado cada vez mais complexas e desafiadoras.

## **2.2 A pandemia do COVID-19 e os desafios para a educação**

Segundo Ristum (2010), o ensino é considerado uma das profissões de alto nível de estresse e este representa um desafio mundial para saúde pública. O professor está assumindo muitas funções que em sua maioria ultrapassam as fronteiras do ensino, como aspectos sociais e emocionais dos alunos, cobrança rápida de resultados pelos pais e alunos e, por fim, mas não menos importante, pelos administradores das instituições. Os professores estão frequentemente na linha de frente e isso contribui negativamente para o aumento da carga emocional, estresse e ansiedade, que por sua vez podem impactar a rotatividade da profissão docente. Apesar dos desafios de trabalhar com o novo, pouca atenção tem-se dado às necessidades e preparo dos professores bem como a falta de instrumentalização da escola para desenvolver estratégias de enfrentamento (RISTUM, 2010).

Ao se fazer a transposição para o ensino remoto de emergência, houve a necessidade de desenvolver rapidamente estratégias e metodologias para o desenvolvimento de suas tarefas. Os professores, em um curto espaço de tempo, foram obrigados a se apropriar das tecnologias digitais e desenvolverem habilidades tecnológicas antes não exigidas, a transição do ensino para *online* em casa trouxe novas pressões sobre as cargas de trabalho dos professores e as circunstâncias domésticas (LA VELLE et al., 2020; LIVARI, SHARMA, VENTÄ-OLKKONEN, 2020). A dedicação e persistência neste momento, foi e tem sido fundamental para uma resposta educacional positiva à atual pandemia, a curto e principalmente a longo prazo (SOKAL et al 2020), entretanto a carga de estresse também aumentou. Na visão de Ferdig et al. (2020) é necessário estudar mais acerca do potencial do ensino on-line e suas diversas formas de aplicação, assim como suas consequências para o estado psicológico dos indivíduos atuantes.

É notório que professores encontram cada vez mais dificuldades para exercer seu papel em sala de aula seja ela física ou virtual. Entretanto, mesmo diante de circunstâncias ambientais desafiadoras, muitos docentes ainda se predispõem a desenvolver habilidades inovadoras que sejam eficazes no gerenciamento da conduta na sala de aula (REINKE et al. 2015). Nesta perspectiva, a sala de aula proporciona o ensino e o desenvolvimento intelectual, em contrapartida induz à exaustão, sofrimento e ao adoecimento, em razão das situações estressoras cotidianas (ARVIDSSON et al. 2016).

Santos Junior e Monteiro (2020); alertam para a importância dos professores compreenderem o papel deles diante deste processo educacional, não só usando tecnologias, mas permitindo que o recurso utilizado chegue a todos os alunos, de forma a atender às necessidades educacionais específicas de cada um. Países em desenvolvimento, onde o meio social não é igualitário e nem todos possuem a mesma posição socioeconômica que possibilite o engajamento na sistematização digital, são considerados fatores limitantes para eficiência deste modelo de ensino (LIVARI, SHARMA, VENTA-OLKKONEM, 2020).

Em países subdesenvolvidos, as escolas e famílias enfrentam dificuldades com disponibilidade e acesso a conexão de internet de alta velocidade e a maioria dos alunos não têm acesso diário a um computador, tablet ou celulares. Estas condições vão de encontro com a Lei de Diretrizes e Bases da Educação 9.394/1996 que prevê a equidade adequada na educação para todos os cidadãos, independentemente de sua origem étnica, idade, classe social ou onde reside. Como educar digitalmente se nem todos têm acesso a tais tecnologias?

A maior parte dos professores não estão preparados para lidar com as novas situações das salas de aula físicas, nem as virtuais, nem tão pouco as instituições pedagógicas. Os professores precisam de métodos e ferramentas para acompanhar como os alunos aprendem e que tipo de suporte eles necessitam, e também um suporte para que eles mesmos em meio as adversidades, possam se encontrar e desempenhar com maestria suas atividades (NIEMI, KOUSA, 2020). “Ser professor é uma carreira cheia de desafios, que se vão sucedendo, a cada dia, na medida em que a própria sociedade está em constante mutação” (CARDOSO, 2013, p. 37). Para os professores, há uma preocupação quanto ao acesso de todos os alunos e consequentemente o medo dos problemas causados pelo bloqueio para a educação futura.

O mal-estar docente já advém de uma série de fatores, não pandêmicas, porém corriqueiros como: a falta de recursos didáticos e tecnológicos, problemas de ordem política-administrativas, aumento da violência nas escolas e em casa, a preocupação onipresente com a saúde da família e de si mesmo, excessivas exigências sobre o professor, transferência de responsabilidade familiar e institucional e somando ao isolamento social, transição para ensino on line e todas as condições preponderantes em virtude da COVID – 19 foram intensificados. A saúde mental dos professores está inteiramente relacionada ao ritmo de seu trabalho e as condições dos mesmos (POSADA-QUINTERO et al., 2020), e este esgotamento profissional acende alerta para o aumento nos casos relacionados a Síndrome *Burnout* (BACCIN, SHIROMA, 2016; RYAN et al. 2017; CAPELO, 2017).

A resiliência dos professores e o nível de esgotamento são significativamente correlacionados com suas atitudes em relação as tecnologias e a eficácia do ensino (SOKAL, TRUDEL, BABB, 2020). Professores relataram a interação não autêntica e a falta de espontaneidade que pessoalmente o ensino presencial fornece, é um fator preponderante para o sucesso no lecionamento assim como a preocupação com a formação do conhecimento dos alunos (NIEMI, KOUSA, 2020). Então, como ser agentes ativos do conhecimento? Neste processo não estão envolvidos apenas os aspectos encontrados nas salas de aula ou nas instituições de trabalho, inclui-se também fatores externos de natureza macrossociais e de saúde pública, como políticas educacionais, alterações curriculares, interações interpessoais, fatores socioeconômicos além do contexto histórico (MEREDITH et al., 2019).

A exaustão é presente tanto na desistência total quanto na permanência da profissão. Aqueles profissionais que dão uma segunda chance à docência estão sujeitos a enfrentar todos os desgastes psíquicos e emocionais. As desistências temporárias também estão diretamente

relacionadas com a insatisfação e/ou não realização profissional e ao sentimento de insignificância (LAPO, BUENO, 2003). Entretanto, vale destacar que em meio a tantos obstáculos, as dimensões afetivas da aprendizagem, entre docente e aluno, têm contribuído para que muitos professores ainda permaneçam na profissão (RAUFELDER *et al.*, 2016).

Eles também relataram tempo insuficiente para qualificação. Educadores desestimulados, desgostosos e desejando que o dia de trabalho termine logo para fugir do *problema chamado sala de aula* usam, como artifício, a antecipação das férias ou o apelo a licenças médicas (MASLACH, GOLDBERG, 1998; WISNIEWSKI, GARGIULO, 1997).

Demerouti (2001) descreveu que há relação negativa entre os recursos disponíveis para desenvolver as atividades do trabalho e a Síndrome de *Burnout*: quanto mais baixos os recursos do trabalho, maiores as chances de desenvolver a síndrome. Ou seja, há uma associação entre *condições de trabalho* e *adoecimento*. Segundo Dalagasperina e Monteiro (2014) é primordial que as políticas gestoras educativas sejam revistas, visando um planejamento estratégico docente, e reduzir a incidência de doenças ocupacionais. A inclusão de treinamentos eficazes que viabilizem melhor as habilidades e experiências dos docentes, principalmente os mais novos, também é necessária (PRASOJO *et al.*, 2020).

Outro problema, o desinteresse dos alunos, é um dos assuntos mais comentados nas reuniões pedagógicas e entre os corredores das escolas. Segundo Carlotto e Palazzo (2006), o professor, além de lidar com as mais variadas salas de aula, ainda precisa realizar trabalhos administrativos e planejamentos de aulas mais atrativas, a fim de atingir os alunos desinteressados. Isso é mais uma fonte constante de coação por desempenho.

Leiter, Maslach e Frame (2015), ressaltaram a importância de verificar o estado emocional dos profissionais já que este se associa à síndrome de *Burnout*. O acréscimo de papéis sociais como ser pai, mãe e psicólogo desencadeia uma série de conflitos, sobrecarga de trabalho e pressão das instituições, formando um aglomerado de emoções que leva ao esgotamento físico e mental. Tal exaustão tem relação direta com o desejo de deixar a profissão (RYAN *et al.*, 2017). Essa flexibilização de papéis e funções é mais uma característica da sociedade de desempenho. Para o sistema econômico, o homem flexível é aquele que pode acolher toda e qualquer função, e isso produz eficiência econômica elevada. Porém isso acarreta a despersonalização, uma crise de identidade, que termina em depressão, contrariando o desempenho idealizado. Paradoxalmente, o primeiro sintoma do *Burnout* é

euforia. Lançamo-nos eufóricos ao trabalho. Por fim acabamos quebrados (MASLACH, JACKSON, 1981; ZHANG, LI, SUN, 2020).

As pressões externas advindas das cobranças de resultados positivos (aprovações) pela instituição de ensino e/ou pelos pais dos estudantes, é um fator determinante ao estresse dos professores. Haja visto que as escolas não possuem recursos suficientes para o desenvolvimento de atividades inovadoras e eficazes, o Estado e suas políticas públicas deveriam assegurar condições elementares de ensino e aprendizagem, visando a qualidade do ensino. Para vários estudiosos do tema, “a educação de qualidade acontece quando os profissionais têm condições de desenvolvê-la a partir da existência dos aspectos materiais, estruturais e humanos” (SILVA, SILVA, GOMES, 2020, p.813), assim como “a discussão do processo saúde-doença-cuidado docente precisa ser ampliada, de modo a superar a lógica higienista de individualização, responsabilização e culpabilização dos professores” (PENTEADO, SOUZA-NETO, 2019, p.150).

Outros problemas associados ao enfrentamento do desinteresse e imposição de disciplina aos alunos induz o professor a intensificar o uso da sua voz, causando uma série de prejuízos por desgaste vocal além do fator estressante inerente a esta prática. Isso conduz a uma queda de imunidade, tornando-os mais susceptíveis a doenças. Neves e Silva (2006) descreveram que os problemas de saúde relacionados a garganta e ao sistema respiratório tem evoluído muito na profissão, o ritmo acelerado ao qual estes profissionais estão inseridos é responsável pela queda de imunidade dos mesmos.

Muito profissionais da saúde alertam para a relação entre *Burnout* e os distúrbios associados ao estresse como a má qualidade do sono, depressão, uso de medicamentos antidepressivos além da correlação com o desenvolvimento de outras patologias (OLIVEIRA, PEREIRA, LIMA, 2017; HOD *et al.*, 2020; MAY *et al.*, 2020),

Assim tem sido a rotina dos professores nesta última década. Muitos educadores acreditam que às vezes o desinteresse é do aluno. Estes educadores reconhecem que existem problemas sociais e familiares que interferem diretamente no comportamento na sala de aula presencial e *on line*. Já outros dizem que a falta de interesse e descaso dos alunos e a baixa familiaridade com tecnologias e técnicas do ensino a distância, tem dificultado o processo de educação e aberto as portas para mais desânimo com a profissão, pois não conseguem atingir seu objetivo, deixando-os ainda mais desestimulados e desanimados. Evidentemente, há necessidade de cursos de atualização dos professores e do uso de estratégias diversificadas,

como a utilização do recurso da informática, para auxiliar nesta complexa empreitada de melhorar o ensino.

A luta por uma educação de qualidade em que professores e alunos saiam ganhando, parece ser perdida em meio a tantos encantos e desencantos na profissão. Por se tratar de uma doença silenciosa e, na maioria das vezes imperceptível, torna-se difícil o acesso a diagnósticos prévios. Todavia, alguns educadores podem apresentar sintomas que futuramente podem ocasionar a síndrome, no entanto, quantificar e definir este momento ainda não está descrito em virtude de ser um caso complexo e abrangente (DALCIN, CARLOTTO, 2018). A síndrome de *burnout* e o estresse pós-traumático entre profissionais de educação é uma realidade a ser considerada. “Se não tratarmos do bem-estar dos professores, teremos mais problemas colaterais do que respostas para esta crise” (DORCET *et al.*, 2020).

### 3 Considerações finais

A insatisfação e a exaustão profissional, estão ligadas a manifestação dos sintomas da síndrome *Burnout* nos profissionais de educação. Esta constatação, lança a necessidade de acompanhamento dos sintomas associados as doenças psicossomáticas, redirecionando o olhar ao estado físico e psicológico dos professores. Muitas vezes estes sintomas são desconsiderados por serem complexos, subjetivos, abstratos e ocultos, entretanto, haja visto que estes são responsáveis pelo aparecimento de patologias que podem comprometer o exercício da profissão. Nestes casos, vale destacar a importância de apoio profissional qualificado neste tipo de diagnóstico, para o tratamento e a possível reversão do caso. Faz se necessário uma intervenção multidimensional, a fim de repensar o modelo educacional adotado, e principalmente o desenvolvimento humano.

De acordo com a revisão bibliográfica empreendida neste artigo, foram apontadas como causas de esgotamento docente que potencializam o aparecimento da Síndrome de *Burnout*: desvalorização profissional financeira e social; pressão por alto desempenho; condições de trabalho precárias; descaso do governo com estruturas físicas das escolas públicas; extensa jornada de trabalho; desgaste vocal, físico e mental; despersonalização devido à pressão por flexibilização de funções; sobrecarga de funções extra docente; violência escolar e indisciplina discente; políticas de governo para a educação ineficazes; mau gerenciamento das atividades pedagógicas pelas escolas; pressão por formação e atualização constante de saberes; formação profissional básica insuficiente para a complexa demanda;

fracasso e/ou interrupção de atividades em andamento; dificuldade em lidar com as condições sociais, econômicas e culturais variadas dos alunos. Estas causas supracitadas foram em grande parte potencializadas diante da pandemia instaurada em 2019, em que a educação mundial teve que se reinventar e migrar para um modelo de ensino remoto emergencial, agravando ainda mais a saúde de alguns docentes.

Evidentemente, há exceções de escolas e de profissionais, mas as políticas públicas e ações voltadas para a melhoria das condições educacionais precisam lidar com esta grande massa de problemas, disseminados por todo o sistema escolar, e deve ser repensada a longo prazo. As escolas devem ser instituições onde os professores alcancem o sucesso na promoção do ensino e aprendizagem, mas não mergulhada na cultura da eficiência baseada no modelo produtivista da economia do alto desempenho, que pressiona os profissionais da educação levando-os à autoviolência e ao adoecimento. Cabe ao Estado exercer seu papel de ofertar uma educação de qualidade, através de políticas públicas satisfatórias, que estejam engajadas em resultados qualitativos e não apenas numéricos. É necessária uma reflexão crítica sobre as políticas de Estado e as práticas pedagógicas utilizadas no sistema de ensino.

As escolas devem ser instituições onde os professores são capazes de promover atividades de aprendizagem eficientes e promissoras, além de local onde a atuação profissional seja reconhecida socialmente. O grande desafio do sistema educacional é equilibrar bom desempenho educacional com saúde, visando a redução das causas que levam ao aparecimento silencioso da Síndrome de *Burnout*. Além disso, devemos considerar a capacitação de professores, escolas e formação de professores para atuar como líderes da transformação digital da educação.

Diante das condições impostas pela COVID-19 é preciso olhar para o sistema educacional e vislumbrar todas as oportunidades que precisam ser reparadas. Na atualidade, as instituições de ensino, assim como todas as partes envolvidas, precisam se adaptar ao novo cenário criado pela pandemia COVID-19, assim como fazer uma autoavaliação dos pontos assertivos e aqueles que requerem mais atenção e cuidado para que assim possamos pautar metodologias reais e eficientes, indo além das práticas online de emergência e promover um ensino *online* de qualidade.

Diante do contexto crítico da pandemia de COVID-19, ressaltamos a importância da criação de estratégias preventivas, que visem melhorar as condições de trabalho e qualidade de vida dos professores nas redes de ensino, a fim de mitigar desencadeadores de

esgotamento, como aulas remotas e a sobrecarga de atividades, principalmente em períodos de grande estresse. Além disso, técnicas de gerenciamento de ansiedade para os profissionais envolvidos, podem contribuir para enfrentamento destes e dos desafios futuros.

### Referências Bibliográficas

ALMEIDA, M. I.; PIMENTA, S. G.; FUSARI, J. C. Socialização, profissionalização e trabalho de professores iniciantes. **Educar em Revista**, v. 35, n. 78, p. 187-206, dez. 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/0104-4060.66134>

ARVIDSSON, I. *et al.* Burnout among Swedish school teachers—a cross-sectional analysis. **BMC public health**, v. 16, n. 1, p. 823, ago. 2016. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3498-7>

ASIKAINEN, H. *et al.* Learning profiles and their relation to study-related *burnout* and academic achievement among university students. **Learning and Individual Differences**, v. 78, p. 101781, fev. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2019.101781>

BACCIN, E. V. C; SHIROMA, E. O. A intensificação e precarização do trabalho docente nos Institutos Federais. **Revista Pedagógica**, v. 18, n. 39, p. 129-150, set/dez. 2016. DOI: <https://doi.org/10.22196/rp.v18i39.3619>

BAPTISTA, M. N. *et al.* Burnout, estresse, depressão e suporte laboral em professores universitários. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 19, n. 1, p. 564-570, jan/mar, 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2019.1.15417>

BRASFIELD, M. W; LANCASTER, C.; XU, Y. J. Wellness as a Mitigating Factor for Teacher *Burnout*. **Journal of Education**, v. 199, n. 3, p. 166-178, jul. 2019. DOI: <https://doi.org/10.1177%2F0022057419864525>

BRASIL. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional**, LDB. 9394/ dez. 1996. Disponível em : <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l9394.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9394.htm)>. Acesso em: 10 fev. 2020.

CAPELO, M. R. T. F. Vulnerability to stress, coping and *burnout* of Portuguese childhood educators. **Educar em Revista**, n. 64, p. 155-169, abr/jun. 2017. DOI: <https://doi.org/10.1590/0104-4060.49793>

CHRISTIAN-BRANDT, A. S., SANTACROSE, D. E.; BARNETT, M. L. In the trauma-informed care trenches: Teacher compassion satisfaction, secondary traumatic stress, *burnout*, and intent to leave education within underserved elementary schools. **Child Abuse & Neglect**, 104437, mar. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104437>

CARDOSO, J. R. **O professor do futuro: valorizar os professores, melhorar a educação**. Lisboa: Clube do Livro. 2013. Disponível em : <<http://recursos.bertrand.pt/recurso?id=9398594>>. Acesso em : 25 abr. 2020.

CARLOTTO, M. S.; PALAZZO, L. S. Síndrome de *burnout* e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 22, n. 5, p. 1017-1026, mai. 2006. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2006000500014>

CODO, W (Coord.). Educação: carinho e trabalho. **Burnout, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação**. 4. ed. Petrópolis: Vozes; Brasília: UNB, 2006.

CONFORTO, D.; VIEIRA, M. C. Smartphone na Escola: Da Discussão Disciplinar Para a Pedagógica. **Latin American Journal of Computing**, v. 2, n. 3, p. 43-54, 2015. Disponível em: <<https://lajc.epn.edu.ec/index.php/LAJC/article/view/95/56>>. Acesso em: 10 jan. 2020.

DALAGASPERINA, P.; MONTEIRO, J. K. Preditores da síndrome de *burnout* em docentes do ensino privado. **Psico-USF**, v. 19, n. 2, p. 263-275, mai/ago. 2014. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-82712014019002011>

DALCIN, L.; CARLOTTO, M. S. Avaliação de efeito de uma intervenção para a Síndrome de *Burnout* em professores. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 22, n. 1, p. 141-150, jan/abr. 2018. DOI: <https://doi.org/10.1590/2175-35392018013718>

DAUMILLER, M. *et al.* Shifting from face-to-face to online teaching during COVID-19: The role of university faculty achievement goals for attitudes towards this sudden change, and their relevance for burnout/engagement and student evaluations of teaching quality. **Computers in Human Behavior**, v. 118, p. 106677, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106677>

DEMEROUTI, E. *et al.* The job demands-resources model of *burnout*. **Journal of Applied psychology**, v. 86, n. 3, p. 499-512, jun. 2001. DOI: <https://doi.org/10.1037/0021-9010.86.3.499>

DORCET, A.; NETOLICKY, D.; TIMMERS, K.; TUSCANO, F. (2020). Independent report to written to inform the work of education international and UNESCO. Disponível em: <[http://issuu.com/educationinternational/docs/research/2020\\_covid-19\\_eng](http://issuu.com/educationinternational/docs/research/2020_covid-19_eng)>. Acesso em: 15 fev. 2020

DWIVEDI, Y. K. *et al.* Impact of COVID-19 pandemic on information management research and practice: Transforming education, work and life. **International Journal of Information Management**, v. 55, p. 102211, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2020.102211>

FARIA, L. E. M. **Conselho de Classe – A visão de professores sobre a educação no Brasil**; Fundação Lemann Ernesto Martins Faria. Pinheiros. São Paulo, 2015.

FERDIG, R.E.; BAUMGARTNER, E.; HARTSHORNE, R.; KAPLAN-RAKOWSKI, R.; MOUZA, C. **Teaching, Technology, and Teacher Education during the COVID-19 Pandemic: Stories from the Field**. Association for the Advancement of Computing in Education (AACE), 2020. Disponível em: <<https://www.learntechlib.org/p/216903/>>. Acesso em: nov. 2020.

FILLIS, M. M. A. *et al.* Frequência de problemas vocais autorreferidos e fatores ocupacionais associados em professores da educação básica de Londrina, Paraná, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 32, n. 1, p. e00026015, fev. 2016. DOI: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00026015>

GOEBEL, D. K.; CARLOTTO, M. S. Preditores sociodemográficos, laborais e psicossociais da Síndrome de *Burnout* em docentes de educação a distância. **Avances en Psicología Latinoamericana**, v. 37, n. 2, p. 295-311, jul. 2019. DOI: <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.6886>

HERMAN, K. C. *et al.* Profiles of middle school teacher stress and coping: Concurrent and prospective correlates. **Journal of School Psychology**, v. 78, p. 54-68, fev. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2019.11.003>

HOD, K. *et al.* *Burnout*, but not job strain, is associated with irritable bowel syndrome in working adults. **Journal of Psychosomatic Research**, v. 134, p. 110121, jul. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2020.110121>

KARJALAINEN, S. *et al.* Pilot Study on the Relationship between Primary-School Teachers' Well-Being and the Acoustics of their Classrooms. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 6, p. 2083, mar, 2020. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph17062083>

KYRIACOU, C.; CHIEN, P.Y. Teacher stress in Taiwanese primary schools. **The Journal of Educational Enquiry**, v. 5, n. 2, jun. 2004. DOI: <https://ojs.unisa.edu.au/index.php/EDEQ/article/view/511>

KORN, G. P. *et al.* Vocal symptoms and associated risk factors between male and female university teachers. **International archives of otorhinolaryngology**, v. 22, n. 03, p. 271-279, ago, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1055/s-0037-1606604>

LAPO, F. R.; BUENO, B.O. Professores, desencanto com a profissão e abandono do magistério. **Cadernos de Pesquisa**, n. 118 p. 65-88, mar. 2003. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0100-15742003000100004>

LA VELLE, L. *et al.* Initial teacher education in England and the Covid-19 pandemic: challenges and opportunities. **Journal of Education for Teaching**, v. 46, n. 4, p. 596-608, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1080/02607476.2020.1803051>

LEE, Y. R.; KIM, H.R.; LEE, S. Effect of teacher's working conditions on voice disorder in Korea: a nationwide survey. **Annals of occupational and environmental medicine**, v. 30, n.43, p. 1-10, jul. 2018. DOI: <https://doi.org/10.1186/s40557-018-0254-8>

LEITER, M. P.; MASLACH, C.; FRAME, K. *Burnout*. **The encyclopedia of clinical psychology**, p. 1-7, jan. 2015. DOI: <https://doi.org/10.1002/9781118625392.wbecp142>

LIVARI, N.; SHARMA, S.; VENTÄ-OLKKONEN, L. Digital transformation of everyday life—How COVID-19 pandemic transformed the basic education of the young generation and

why information management research should care?. **International Journal of Information Management**, v. 55, p. 102183, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2020.102183>

MAY, R. W. *et al.* School *burnout* is related to sleep quality and perseverative cognition regulation at bedtime in young adults. **Learning and Individual Differences**, v. 78, p. 101821, feb. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2020.101821>

GARGIA, I. M.; GIL FLORES, J. Explicación de la satisfacción en la dirección escolar a partir del desempeño de la función directiva. **Education in the Knowledge Society**, v. 19, n. 1, p. 77-95, mar. 2018. DOI: <https://doi.org/10.14201/eks20171825969>

MASLACH, C.; GOLDBERG, J. Prevention of *burnout*: news perspectives. **Applied & Preventive Psychology**, v. 7, v. 1, p. 63-74, 1998. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0962-1849\(98\)80022-X](https://doi.org/10.1016/S0962-1849(98)80022-X)

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. The measurement of experienced *burnout*. **Journal of organizational behavior**, v. 2, n. 2, p. 99-113, abr. 1981. DOI: <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>

MASSON, M. L. V. *et al.* Em busca do reconhecimento do distúrbio de voz como doença relacionada ao trabalho: movimento histórico-político. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n.3, p. 805-816, mar. 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018243.00502017>

MEDEIROS, A. M; VIEIRA, M.T. Distúrbio de voz como doença relacionada ao trabalho no Brasil: reconhecimento e desafios. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 35, n. 10, p. e00174219, set. 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00174219>

MERAZZI, C. Apprendre à vivre les conflits: une tâche de la formation des enseignants. **European Journal of Teacher Educatio**, v. 6, n. 2, p. 101-105, 1983. DOI: <https://doi.org/10.1080/0261976830060202>

MEREDITH, C. *et al.* *Burnout* contagion'among teachers: A social network approach. **Journal of Occupational and Organizational Psychology**, out. 2019. DOI: <https://doi.org/10.1111/joop.12296>

MILLÁN, A.; CALVANESE, N.; D'AUBETERRE, M. E. Condiciones de trabajo, estrés laboral, dependencia universitaria y bienestar psicológico en docentes universitarios. **Revista de Docencia Universitaria**, v. 15, n. 1, p. 195-218, jun. 2017. DOI: <https://doi.org/10.4995/redu.2017.6009>

NEVES, M.Y. R.; SILVA, E. S. A dor e a delícia de ser (estar) professora: trabalho docente e saúde mental. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 6, n. 1, p. 63-75, jul. 2006. DOI: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=451844611007>

NIEMI, H. M.; KOUSA, P. A case study of students' and teachers' perceptions in a Finnish high school during the COVID pandemic. **International journal of technology in education and science.**, v. 4, n. 4, p. 352-369, 2020. DOI: <https://doi.org/10.46328/ijtes.v4i4.167>

OLIVEIRA, A. D. S. D., PEREIRA, M. S., LIMA, L. M. Trabalho, produtivismo e adoecimento dos docentes nas universidades públicas brasileiras. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 21, n. 3, 609-619, set/dez. 2017. DOI: <https://doi.org/10.1590/2175-353920170213111132>

OLIVEIRA, J. B. A.; GOMES, M.; BARCELLOS, T. A Covid-19 e a volta às aulas: ouvindo as evidências. **Ensaio: avaliação e políticas públicas em educação**, v. 28, n. 108, p. 555-578, jul/sep. 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/s0104-40362020002802885>

PELLERONE, M. *et al.* *Burnout* and Self-Perceived Instructional Competence: An Exploratory Study of a Group of Italian Female Elementary School Teachers. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 4, p. 1356, fev. 2020. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph17041356>

PENTEADO, R. Z; SOUZA NETO, S. Mal-estar, sofrimento e adoecimento do professor: de narrativas do trabalho e da cultura docente à docência como profissão. **Saúde e Sociedade**, v. 28, p. 135-153, jan/mar. 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902019180304>

PEREIRA, A. A. G; MORGADO, E. M. G.; LEONIDO, L. Stress ocupacional: percepção social da profissão docente e seu desgaste. **Revista Internacional de Ciências, Tecnologia e Sociedade**, v. 2, n. 4, p. 30-40, dez. 2019. DOI: <https://doi.org/10.37334/ricts.v2i4.26>

PRASOJO, L. D. *et al.* Teachers *burnout*: A SEM analysis in an Asian context. **Heliyon**, v. 6, n. 1, p. e03144, jan. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2019.e03144>

POLONIA, A. C.; DESSEN, M. A. Em busca de uma compreensão das relações entre família escola. **Psicologia escolar e educacional**, v. 9, n. 2, p. 303-312, dez. 2005. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-85572005000200012>

PIAGET, J. **Para onde vai a educação?** Rio de Janeiro: José Olympio, 1973.

POSADA-QUINTERO, H. F. *et al.* Analysis of Risk Factors and Symptoms of *Burnout* Syndrome in Colombian School Teachers under Statutes 2277 and 1278 Using Machine Learning Interpretation. **Social Sciences**, v. 9, n. 3, p. 30, mar. 2020. DOI: <https://doi.org/10.3390/socsci9030030>

RAUFELDER, D. *et al.* Students' perception of "good" and "bad" teachers—Results of a qualitative thematic analysis with German adolescents. **International Journal of Educational Research**, v. 75, p. 31-44, nov. 2016. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2015.11.004>

REINKE, W. M. *et al.* The Brief Classroom Interaction Observation—Revised: An observation system to inform and increase teacher use of universal classroom management practices. **Journal of Positive Behavior Interventions**, v. 17, n. 3, p. 159-169, mar. 2015. DOI: <https://doi.org/10.1177%2F1098300715570640>

RISTUM, M. A violência doméstica contra crianças e as implicações da escola. **Temas em Psicologia**, v. 18, n. 1, p. 231-242, jun. 2010. Disponível em : <<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=513751435019>>. Acesso em : 13 jun.2020.

ROSOW, D. E. *et al.* The economic impact of vocal attrition in public school teachers in Miami-Dade County. **The Laryngoscope**, v. 126, n. 3, p. 665-671, mar. 2016. DOI: <https://doi.org/10.1002/lary.25513>

RYAN, S. V. *et al.* Leaving the teaching profession: The role of teacher stress and educational accountability policies on turnover intent. **Teaching and Teacher Education**, v. 66, p. 1-11, mar. 2017. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.tate.2017.03.016>

SANTOS JUNIOR, V. B.; MONTEIRO J. C. S. Educação e covid-19: as tecnologias digitais mediando a aprendizagem em tempos de pandemia. **Revista Encantar-Educação, Cultura e Sociedade**, v. 2, p. 01-15, 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.46375/encantar.v2.0011>

SHACKLETON, N. *et al.* Teacher *burnout* and contextual and compositional elements of school environment. **Journal of school health**, v. 89, n. 12, p. 977-993, nov. 2019. DOI: <https://doi.org/10.1111/josh.12839>

SILVA, S. M. F.; OLIVEIRA, A. F. *Burnout* em professores universitários do ensino particular. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 23, dez. 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/2175-35392019017785>

SILVA, G.; SILVA, A.V.; GOMES, S. E. P. O discurso da qualidade na educação: a voz dos professores. **Retratos da Escola**, v. 13, n. 27, p. 799-815, set./dez. 2020. DOI: <https://doi.org/10.22420/rde.v13i27.978>

SOKAL, L.; TRUDEL, L. E.; BABB, J. Canadian teachers' attitudes toward change, efficacy, and *burnout* during the COVID-19 pandemic. **International Journal of Educational Research Open**, v. 1, p. 100016, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2020.100016>

SOUZA FILHO, P. R. T.; CAMPANI, F.; CÂMARA, S. G. Work Environment and *Burnout* in Primary Care Health Workers: the mediating role of Social Well-Being. **Quaderns de Psicologia**, v. 21, n. 1, p. e1475, nov. 2019. DOI: <https://doi.org/10.5565/rev/qpsicologia.1475>

TAN, W. *et al.* A novel coronavirus genome identified in a cluster of pneumonia cases—**Wuhan**, China 2019 – 2020. *China CDC Weekly*, v. 2, n. 4, p. 61–62. <http://weekly.chinacdc.cn/en/article/doi/10.46234/ccdcw2020.017> Acesso em: 10 fev. 2020.

TEIXEIRA C. S. ; SCHUCK, R. J. Alfabetização Científica e Tecnológica na formação do cidadão: uma proposta de ensinode Língua Portuguesa no Ensino Médio. **Olhares & Trilhas**, v. 22, n. 3, p. 418-432, 2020. DOI: <https://doi.org/10.14393/OT2020v22.n.3.56887>

TRIGO, T. R.; TENG, C. T.; HALLAK, J. E. C. Síndrome de *burnout* ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. **Archives of Clinical Psychiatry**, v. 34, n. 5, p. 223-233, jan. 2007. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0101-60832007000500004>

VERTANEN-GREIS, H.; LÖYTTYNIEMI, E.; UETTI, J. Voice disorders are associated with stress among teachers: A cross-sectional study in Finland. **Journal of Voice**, v. 34, n. 3, nov. 2018. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2018.08.021>

VON DER EMBSE, N. P. *et al.* Initial development and factor structure of the Educator Test Stress Inventory. **Journal of Psychoeducational Assessment**, v. 33, n. 3, p. 223-237, ago. 2015. DOI: <https://doi.org/10.1177%2F0734282914548329>

WANG, S.; RUBIE-DAVIES, C. M.; MEISSEL, K. The stability and trajectories of teacher expectations: Student achievement level as a moderator. **Learning and Individual Differences**, v. 78, p. 101819, fev. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2019.101819>

WEKENBORG, M. K. *et al.* Examining reactivity patterns in *burnout* and other indicators of chronic stress. **Psychoneuroendocrinology**, v. 106, p. 195-205, ago. 2019. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2019.04.002>

WINGO, N. P.; IVANKOVA, N. V.; MOSS, J. A. Faculty perceptions about teaching online: Exploring the literature using the technology acceptance model as an organizing framework. **Online Learning**, v. 21, n. 1, p. 15-35, mar. 2017. Disponível em: <<https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1140242.pdf>>. Acesso em: 23 jul. 2020.

WISNIEWSKI, L.; GARGIULO, R. M. Occupational stress and *burnout* among special educators: a review of the literature. **The Journal of Special Education**, v. 31, n. 3, p. 325-349, mai. 1997. DOI: <https://doi.org/10.1177%2F002246699703100303>

WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2019. **Burn-out an “occupational phenomenon”**: International Classification of Diseases. World Health Organization, Geneva, Switzerland, 2019. Disponível em: DOI: [https://www.who.int/mental\\_health/evidence/burn-out/en/](https://www.who.int/mental_health/evidence/burn-out/en/). Acesso em: 10 fev. 2020.

ZENG, L. N. *et al.* Prevalence of *burnout* in mental health nurses in China: A meta-analysis of observational studies. **Archives of Psychiatric Nursing**, v. 34, n. 3, p. 141-148, mar. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2020.03.006>

ZHANG, L. G.; LI, L.; SUN, Y. L. A study of the relationships between occupational stress career calling and occupational *burnout* among primary teachers. **Chinese Journal of Industrial Hygiene and Occupational Diseases**, v. 38, n. 2, p. 107-110, jan. 2020. DOI: <https://doi.org/10.3760/cma.j.issn.1001-9391.2020.02.006>

ZHU, M. *et al.* The relationship between teacher self-concept, teacher efficacy and *burnout*. **Teachers and Teaching**, v. 24, n. 7, p. 788-801, jun. 2018. DOI: <https://doi.org/10.1080/13540602.2018.1483913>

Artigo recebido em: 08.04.2021    Artigo aprovado em: 20.05.2021    Artigo publicado em: 30.06.2021