

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES E SUAS CONSEQUÊNCIAS NO INDIVÍDUO.

Maíra Meline da Silva Ferreira ¹
Polyana Cunha Lima Botechia ²
Aldylayne Elen Oliveira Duarte ³
Carol Serrano de Andrade Maia ⁴

RESUMO

O trabalho vem sendo uma atividade significativa na vida do sujeito, possibilitando o sustento financeiro, acesso aos bens de consumo, dá sentido à vida humana e produz um status social para as pessoas. Quando o trabalho não proporciona todas essas motivações, ele promove aspectos insatisfatórios para o sujeito, devido a isto, o indivíduo fica vulnerável ao desenvolvimento de patologias no ambiente de trabalho, afetando diretamente sua motivação psíquica para com o trabalho. O referente artigo descrever sobre o mundo do trabalho e suas significações, a relação do homem com o trabalho e o sofrimento psíquico, baseado nas ideias de Dejours. Em foco, disserta a Síndrome de Burnout (SB) em professores, sua sintomatologia, historicidade e os instrumentos utilizados para o diagnóstico, tendo como base as postulações de Carlotto, Câmara e Gil-Monte. Descreve a profissão de docência, entendendo as representações do docente para a sociedade, as condições de trabalho, os desafios existentes e algumas estratégias e técnicas ao enfrentamento da SB. A pesquisa baseia-se em uma revisão bibliográfica narrativa de cunho exploratório. Tendo por objetivo o levantamento e discussão aos fatores de riscos e as consequências da SB na profissão de docência. Nos fatores de risco foram encontrados determinantes individuais e ambientais. As consequências foram classificadas em cinco dimensões: afetiva, cognitiva, física, comportamental e social. Por fim, ressaltamos a importância da profissão para a sociedade, pois é através desta que temos acesso ao saber e aprender de novos conhecimentos.

Palavras-chave: Burnout, Professores, Trabalho.

INTRODUÇÃO

O presente artigo tem como proposta, explicar a Síndrome de *Burnout* (SB) em docentes e suas consequências. Sendo este de grande relevância na contribuição de dados científicos, pois traz uma visão da realidade vivenciada pela classe de Professores, entendendo suas condições de trabalho, os fatores que contribuem o adoecimento e suas consequências, que influenciam no seu real existir como ser humano colaborador de um sistema empregatício.

Em detrimento a esta patologia Gil-Monte, Carlotto e Câmara (2010) compreende a SB como uma deterioração cognitiva tendo como prejuízo a perda de motivação, baixa realização pessoal e profissional no ambiente de trabalho. Dentro de seus sintomas está o esgotamento

¹ Graduada pelo Curso de Psicologia da Uninassau JP - PB, maira.meline.ferreira@hotmail.com;

² Pós Graduada pelo Curso de Psicopedagogia da Faculdade Estratego - PB, poly2005icla@hotmail.com;

³ Graduada pelo Curso de Psicologia da Uninassau JP - PB, aldylayneduarte@gmail.com;

⁴ Professor orientador: Graduada em Jornalismo e Psicologia pela UFPB; Mestrado em Administração pela UFPB, carolserrano82@gmail.com.

mental e físico, podendo surgir condutas negativas por parte do trabalhador para com clientela e instituição, sendo comportamentos de frieza, indiferença e distanciamento nas atividades que exerce no trabalho. Por fim, em sua base teórica discorre sobre a profissão de docência e os desafios existentes.

Compreendendo a Escola Dejouriana, Dejours (2013) aponta alguns fatores sobre a relação do homem com o trabalho; alude que o homem em seu organismo não é um “motor humano”, o trabalhador tem uma história subjetiva, seus desejos, suas motivações e necessidades físicas e psicológicas, caracterizando assim como um ser único e singular; o mesmo traz como problemática a relação psíquica do homem com o trabalho, como inferência que todo trabalho exige do homem atividades psíquicas.

É importante ressaltar que a classe de professores está em estado de vulnerabilidade destas patologias, tendo como fatores proeminentes as condições de trabalho que são submetidos e a sobrecarga de funções e responsabilidades que precisam ter. Como consequências a precariedade na remuneração, o docente tem a necessidade ter vários vínculos empregatícios. No que se refere ao exercício da profissão, são expostos a situações de risco, ameaças, atos de violência e entre outros fatores que precisam ser levados em consideração na assistência a estes profissionais, afetando assim a sua qualidade de vida e o ensino-aprendizagem que perpassam.

METODOLOGIA

O estudo consiste em uma revisão bibliográfica narrativa, de natureza básica com abordagem qualitativa de cunho exploratório. De acordo com Cordeiro et al (2007) a revisão bibliográfica narrativa pode ser abordado como uma temática mais ampla, não exigindo um processo sistemático de coleta e análise dos dados, sem muitas especificidades; este método também se destaca em sua análise crítica contextual, avalia os instrumentos não por numerações, mas pelo conteúdo lido e tem grande inferência em uma leitura subjetiva do pesquisador. Segundo Bernardo, Nobre e Janete (2004) a pesquisa bibliográfica narrativa, não fornece metodologia na busca de referências, de forma resumida, consiste da análise e interpretação crítica pessoal do pesquisador para com a leitura feita.

Este artigo teve por objetivo explorar e descrever a Síndrome em *Burnout* (SB) em docentes, fatores agravantes que levam ao seu desenvolvimento e as consequências. Foram pesquisados fontes bibliográficas de artigos científicos e eletrônicos, dissertações e teses entre os anos 2012 a 2017, como por exemplo, *Scielo*, Periódicos Eletrônicos em Psicologia

(PePSIC), Revista Brasileira de Medicina do Trabalho e a Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD), a coleta de dados foi realizada entre os meses de Junho a Setembro de 2017. Na coleta de informações os critérios utilizados partiram de documentos que dissertavam a respeito do processo do adoecer, conceituação da SB, a profissão de docência, seus aspectos laborais, os pontos alarmantes que desencadeiam a patologia em professores e as consequências geradas nesse processo, utilizamos como palavras chaves “Síndrome de *Burnout*”; “docentes/professores”; “fatores de risco” e “consequências”, com o total de 20 matérias científicas de cunho eletrônico. Em sua descrição buscou narrar os conteúdos lidos, tendo como método o fichamento seletivo, listando os fatores que levam o desenvolver a SB e suas consequências para o indivíduo, também em compreender este processo biopsicossocial da problemática levando a uma discussão na melhoria da qualidade de vida e melhores condições de trabalho para essa classe de profissionais.

DESENVOLVIMENTO

Desde a descoberta de vida humana podemos compreender que os seres humanos têm uma intencionalidade inata para o trabalho, desde a construção de instrumentos para suprir as suas necessidades básicas até o mundo contemporâneo onde o trabalho é uma troca de interesses, disserta Bock, Furtado e Teixeira (2009).

Descreve Dejours (2013) que em seu funcionamento existem uma carga positiva, com o trabalho equilibrante e carga negativa, com o trabalho fatigante; em que no trabalho fatigante acomete um acúmulo de energias psíquicas, causando assim, tensões, desprazer e fadiga, podendo contribuir no desenvolvimento de patologias ou psicopatologias; o trabalho equilibrante oferece descarga psíquica adaptativas as necessidades do trabalhador, podendo proporcionar um ambiente relaxante, prazeroso e produtor da homeostasia.

Dejours (1998 apud RODRIGUES; ÁLVARO; RONDINA, 2006) afirma que o aparelho psíquico é o mais afetado frente as atividades laborais, e as dificuldades existente neste sistema; apontam que um dos golpes mais cruéis para o ser humano é a frustração sofrida sobre as expectativas de trabalho, as propagandas que o mundo do trabalho promete, como, satisfação pessoal e material, porem quando adentrado a essa realidade se deparam em grande escala com insatisfação pessoal e profissional, em uma vida de dificuldades e infelicidade, assim desenvolvendo fortemente o sofrimento psíquico nas organizações.

A profissão de docência era e ainda é vinculada no cuidado do sujeito, sendo ele cumpridor de responsabilidades em auxiliar crianças e jovens a compreender o mundo e seus

(83) 3322.3222

contato@conedu.com.br

www.conedu.com.br

atributos, articulados através do conhecimento obtido nas escolas, de acordo com Silva et al. (2014). É importante ressaltar ainda sobre as postulações de Silva et al. (2014) baseado nas ideias de Paschoalino (2008) no início do surgimento da profissão de docência, o aprender era apenas voltado para o clero, portanto saber ler e escrever eram artifícios de poder para a sociedade.

Leite e Nogueira (2017) descrevem que para exercer a profissão de docência o profissional tem que está habilitado e compreender seu papel como produtor do conhecimento, no processo de ensino aprendizagem, buscando formas para transformar os conhecimentos aprendidos como exercícios positivos no ambiente social, não deixando de lado exercer os ensinamentos em sala de aula.

Nesta perceptiva de Lemos (2005) citado por Leite e Nogueira (2017) abarca a produção de novos conhecimento sobre a área da saúde do docente, no Brasil deu início ao longo da década de 90, neste levantamento o mesmo percebeu um significativo crescimento de casos de estresse e SB na população, ainda especificou, atinge os níveis de escolarização do ensino fundamental, médio e superior de escolas públicas e particulares; constatando a necessidade de estudos mais aprofundados, uma atenção especial voltada para o processo de trabalho e as demandas de saúde-doença dos trabalhadores; mostra em sua pesquisa que o Brasil é o país que tem o índice mais baixo na remuneração da profissão de docente, comparando aos países da América Latina, Chile, Colômbia e entre outros.

Dejours (2009) em uma de suas obras, cita as patologias que podem ser desenvolvidas no ambiente de trabalho, trata-se de doenças contemporâneas; sendo classificadas como:

- Patologias de Lesões por Esforços Repetitivos (LER)/ Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT) e Síndrome de *Burnout*.
- Patologias relacionadas a assédio moral e *mobbing*.
- Patologias ocasionadas através de pressão excessiva no trabalho e intolerância podendo levar a atos de suicídio no ambiente de trabalho.

De acordo com Dias (2001), o Ministério da Saúde publicou um livro que aborda todas as doenças que podem ser concebidas no ambiente de trabalho, chamado: Doenças relacionadas ao Trabalho: Manual de Procedimentos para o Serviço de Saúde; neste livro as patologias são classificadas em categorias; com base nas colocações de Dejours (2009), acima citado, o LER/DORT e a Síndrome de *Burnout* (SB) ou esgotamento profissional são apresentados neste livro: o LER/DORT se enquadra na categoria de Doenças do Sistema Osteomuscular e do

Tecido Conjuntivo, são dores crônicas devido a esforços excessivos, causando lesões nos membros superiores e inferiores, exemplos, Bursite, Tendinite, Lesão em Nervos, entre outros.

Vendo esta perspectiva do *Burnout* em professores, Carlotto e Câmara (2017) dizem que “O docente está exposto a diversos estressores ocupacionais que o tornam vulnerável à SB.” (p. 448); esses estressores ocupacionais que levam ao seu desenvolver são geradores de tensões e desequilíbrio de sua saúde.

A Síndrome de *Burnout* (SB) é desenvolvida a partir de estímulos estressores no ambiente de trabalho, o mesmo é um fenômeno psicossocial que surge através de relações interpessoais conflituosas, diretas e constante e suas condições de trabalho; é uma resposta crônica ao estresse laboral, de acordo com Carlotto et al. (2015). Nesta perceptiva Gil-Monte (2008 apud CARLOTTO; CÂMARA, 2017) dissertam que “[...] é um tipo particular de mecanismo de enfrentamento e de autoproteção frente ao estresse gerado, principalmente na relação estabelecida entre prestadores e receptores de serviços” (p. 448).

O termo *Burnout*, deriva do verbo inglês “*to burn out*” que significa em língua portuguesa “queimar por completo” ou “consumir-se”. (FRANÇA et al. 2014, p. 3540). “Freudenberger (1974) criou a expressão “*staff burnout*” para descrever uma síndrome composta por exaustão, desilusão e isolamento em trabalhadores da saúde mental.” (TRIGO; TENG; HALLAK, 2007, p. 224).

Paiva, Gomes e Helal (2015) descrevem que o estresse e o *Burnout* são fenômenos consecutivos, mas existe uma distinção em ambos; o estresse é relacionado a percepção e reação das pessoas frente as pressões sofridas cotidianamente, buscando estratégias para enfrentar as demandas e para estabelecer um certo equilíbrio físico/psíquico; o *Burnout* se origina através desse desajusta físico mental do estresse, o “mau ajustamento”, tendo como consequências a exaustão físico/emocional, desilusão, despersonalização e etc.

“No Brasil, desde 1999 a SB é reconhecida como doença profissional, pelo Decreto Lei 6042/07, da Previdência Social, incluída na lista B do grupo V, do CID 10.” (BRAUN; CARLOTTO, 2014, p. 126).

O Ministério da Saúde (2001), no livro “Doenças relacionadas ao trabalho” organizado por Dias (2001), compreende a SB como uma patologia que se desenvolve através a estressores emocionais e interpessoais, devido a vivências profissionais complexas e frustrantes, e está relacionada não só no contexto das relações de trabalho, mas toda uma conjuntura de fatores

que rodeiam a desvalorização na função do colaborador; se interliga com a visão que o profissional tem de si, e das outras pessoas; A SB é uma resposta ao estresse laboral crônico, vivenciado no ambiente de trabalho; a queima e deterioração total das forças físicas e psíquicas do sujeito.

Em relação a significação sintomatológica apresentados pela SB, França et al. (2014) retratam a exaustão emocional na falta excessiva de energia no seu ambiente de trabalho, podendo estar ligada a atividades que sobrecarregam os colaboradores; a despersonalização refere-se a maneira que os profissionais descarregam as suas tensões emocionais em seus relacionamentos interpessoais, podendo se caracterizar em atitudes de insensibilidade; no que se refere a realização profissional está em decorrência a insatisfação no trabalho, afetando a execução das atividades, trazendo sentimentos de incompetência e baixa autoestima; ainda compreendendo os sintomas da SB entendendo que a exaustão emocional é ponto de partida para a perda da sensibilidade dentro do ambiente de trabalho, trazendo então um estado de despersonalização.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A literatura que se baseia nos resultados da pesquisa aborda o levantamento de informações sobre o *Burnout*. O surgimento de sintomas primários, secundários e a instrumentação utilizada para o seu diagnóstico ou levantamento de fatores de risco tem suas consequências na vida pessoal, social e profissional do indivíduo. Após uma leitura subjetiva, deram-se início a sondagem e os fichamentos seletivo dos conteúdos.

De acordo com o conteúdo explorado, com base nas literaturas, existem três etapas no desenvolver do *Burnout*, o primeiro é quando as demandas de trabalho são maiores que os recursos e matérias disponibilizados, causando um estresse laboral e sobrecarga de trabalho quantitativa e qualitativa. Em segundo momento, o indivíduo evidencia o seu esforço em se adaptar aquelas condições de trabalho, provocando um desajuste emocional, apresentando sinais de fadiga, irritação, ansiedade e tensão. Exige um esforço na adaptação psíquica, quando esforço é negativo o profissional reduz seus interesses nas atividades e responsabilidade propostas. Por fim, em terceiro momento ocorre o enfrentamento desses estímulos, produzindo condutas defensivas e resultando em comportamentos de distanciamento emocional aos colaboradores, por exemplo: se retirar dos lugares, atitudes de cinismo e rigidez (VASCONCELOS, 2016).

O educador é a porta de entrada para entender toda a conjuntura das relações em sala de aula, todas as demandas que os alunos apresentam o professor pode se indagar na

(83) 3322.3222

contato@conedu.com.br

www.conedu.com.br

coordenação ou diretamente aos responsáveis. Quando vemos todo esse trabalho é possível entender o seu desgaste físico e mental. Observando os fatos encontrados pela literatura, percebeu-se a quantidade de funções e atividade que o docente precisa exercer, ocasionando um desgaste emocional muito forte, e com o passar do tempo vendo todo o seu empenho na profissão, não consegue sentir ou receber algum retorno ou mérito, pois na sociedade ainda se tem um olhar depreciativo a esta profissão. Além de ser doloroso essa percepção, temos as remunerações e as condições de trabalho insatisfatórios, que ainda é algo a ser almejado a sua melhoria.

Tabela 1: **Consequências**

Dimensão cognitiva	Dimensão afetiva	Dimensão física	Dimensão comportamental	Dimensão Social
Dificuldade na atenção/ concentração	Sentimento de impotência	Fadiga	Intensificação no uso de drogas	Problemas nas relações de trabalho
Dificuldades na memorização	Diminuição motivacional	Dores de cabeça	Irritabilidade	Esquivo de contatos sociais
Depreciar suas habilidades e potencialidades	Sentimento de frustração	Problemas gastrointestina is	Condutas de esquivamento	Inferência no convívio familiar
Dificuldade na tomada de decisões	Baixa autoestima	Hipertensão Arterial	Atitudes de Cinismo	Conflitos Interpessoais
Autodepreciação	Indolência	Insônia	Tiques nervoso	
Dificuldade em idealizar planos futuros	Ansiedade	Astenia/ Tremores	Dificuldade no controle das emoções	
Incapacidade de relaxamento	Humor depressivo	Dores musculares	Hiperatividade	
	Perda do entusiasmo	Falta de ar	Absenteísmo	
	Desejo de abandonar o emprego	Resfriados	Isolamento	
	Agitação	Úlcera	Hostilidade	
			Baixa produtividade	

Fonte: retirado nas ideias de Schaufeli e Buunk (1996 apud VASCONCELOS, 2016, p. 28); categorizam as dimensões consequenciais da SB, com isto, foi tirado como base as cinco dimensões exposta na tabela 1.

De início, o *Burnout* atinge as dimensões internas do sujeito, ele, exposto a estressores ocupacionais se depara com pensamentos e sentimentos distorcidos, afetando gradualmente a

sua qualidade de vida. Essas dimensões internas estão interligadas com as dimensões externas, que fazem parte a dimensão física ou psicossomática, dimensão comportamental e a social.

As perdas ocasionadas na estrutura do docente decaem também em consequências comportamentais, exemplo, o extravio do seu entusiasmo e criatividade, afetando diretamente na conduta de seus alunos em sala de aula, também afeta a sua confiança e otimismo para planos futuros, é nítido que está patologia abarca uma falta de interesses e desesperança gritante, ocorrendo um distanciamento na relação professor/aluno e professor/escola. Dando-se início a comportamentos de hostilidade ao se deparar com a administração da organização e familiares do alunado, também, pensamentos e atitudes autodepreciativas acometendo a desvalorização de sua imagem como pessoa e como profissional, assim, cegando as suas qualidades e habilidades como professor, mostrando arrependimentos por ter ingressado nesta profissão (MENDES, 2015).

As manifestações da dimensão cognitiva apresentam dificuldade na concentração, atenção e memorização, depreciação as suas habilidade e potencialidades, autodepreciação (desvalorização da sua própria imagem), dificuldade na tomada de decisões e dificuldade em idealizar planos futuros. Em decorrência desses fatos, ao longo do tempo podem desenvolver sintomas sensório-motores, como tique nervosos, agitação e incapacidade de relaxamento mental e muscular, como apresentado na tabela acima (MENDES, 2015; KAHILI, 1988 apud VASCONCELOS, 2016). Estas dificuldades decorrem das distorções cognitivas frente aos estímulos estressores do ambiente, é perceptível a degradação da autoimagem desse profissional, faz uma redução de si próprio e suas potencialidades.

A dimensão afetiva expressa sentimento de impotência, diminuição motivacional sentimento de frustração, baixa autoestima, indolência, ansiedade, humor depressivo, perda do entusiasmo, desejo de abandonar o emprego e agitação (MENDES, 2015; VASCONCELOS, 2016). O profissional se sente incapaz de exercer suas funções, atinge fortemente sua motivação, entusiasmo e criatividade nas didáticas em sala. Se deparam com as frustrações trazidas nas condições de trabalho e a escassez de recursos e materiais (CARLOTTO et al., 2015). O olhar que as pessoas tem dessa profissão é um fator que ajuda na baixa autoestima desses profissionais, não é só um fator individual, mas um fator historicamente alimentado pela sociedade.

Na indolência o docente desenvolve sentimentos e atitudes de apatia, desumanização, desinteresse, distanciamento com a turma, a gestão da escola, os colaboradores e até seus colegas de trabalho. Um fator importante de ressaltar nesta categoria é o desejo de abandonar a profissão, em sua grande maioria são erguidos pela necessidade do trabalho, seu foco é apenas

na remuneração mensal não se importando com a qualidade de seu trabalho, causando a evasão do processo de ensino aprendizagem (GIL-MONTE; CARLOTTO; CÂMARA, 2010; FRANÇA, 2014).

A psicossomática é um fator preocupante nesse levantamento de dados, pois traz na dimensão física sintomas como fadiga, dores de cabeça, problemas gastrointestinais, hipertensão arterial, insônia, astenia ou tremores, dores musculares, falta de ar, ulcera e resfriados. Esses sintomas associados aos aspectos cognitivos e afetivos já apresenta um agravamento expressivo no indivíduo e em suas atividades funcionais (CARLOTTO, 2002 apud MENDES, 2015; GARCIA; PEREIRA, 2003 apud SILVA et al, 2015; FREUDENBERGER, 1974; ARCHES, 1991 apud VASCONCELOS, 2016). Os sintomas físicos por sua vez acabam mascarando o real diagnóstico desses distúrbios psíquicos (CARLOTTO, 2014).

Elencando suas consequências, na dimensão comportamental, os profissionais podem intensificar o uso de drogas sejam lícitas ou ilícitas, se irritam com facilidade, comportamentos hiperativos, tem condutas de esquivamente, atitudes de cinismo, tiques nervosos, dificuldade no controle de suas emoções, absenteísmo, isolamento, baixa produtividade e comportamentos hostis. (FREUDENBERGER, 1974; ARCHES, 1991 apud VASCONCELOS, 2016). Nesta categoria, torna-se perceptível os sinais e sintomas da SB, a mente do indivíduo está fadigada e é em seus comportamentos que demonstra a insatisfação no trabalho. É normal apresentar atitudes de negligência, atrasos recorrentes sem justificativas, declínio em sua produtividade e até a restrição laboral. Com a apresentação desses sintomas o sujeito pode apresentar restrições laborais, conseqüentemente pode ser solicitado o afastamento do profissional de suas funções ocupacionais (RODRIGUEZ, 2016). É de suma importância explorar o entendimento sobre os comportamentos hostis dessas pessoas, o tratamento que elas apresentam dentro da escola, inferindo em suas relações sociais, acarretando o distanciamento das pessoas.

Na dimensão social, nos deparamos com as relações de trabalho, dentro dessas relações temos como consequências a evitar contatos sociais, interferência no relacionamento familiar e conflitos interpessoais. “A diminuição do envolvimento no trabalho tende a interferir na vida familiar, aumentando os conflitos interpessoais; as pessoas com *Burnout* correm o risco de se isolarem.” (VASCONCELOS, 2016, p. 29) Como já citado essas relações são bastante lesadas, sejam elas familiares, professor/aluno, professor/gestão, colegas de trabalho e também aos responsáveis do alunado. A representação do respeito, paciência e compreensão também são prejudicadas, quando se trata de total exaustão humana está em seu foco se distanciar de tudo aquilo que lhe causou danos.

Refletindo sobre esses achados e em comparações com os teóricos citados nesse trabalho entendemos o quanto é desafiador se manter em homeostase, se dar conta que não consegue sentir prazer na tarefa crucial da vida é impactante para qualquer ser humano, traz desenvolvimentos que nós mesmo não conseguimos controlar. É explícito que a principal causa do adoecimento está em sua realidade externa, como o indivíduo a percebe, internaliza e que artifícios utiliza para o enfrentamento das condições de trabalho.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É crescente o número de casos da Síndrome de *Burnout* (SB) em docentes, foi com êxito que alcançamos os objetivos da pesquisa, mas é preocupante a quantidade de fatores e estímulos externos que essa profissão abarca. Dentro das consequências, o profissional fica impossibilitado de exercer não só a função de trabalho, mas afeta toda a conjuntura de sua vida. Por tomar consciência dos determinantes individuais e sociais, vemos o quanto necessário é uma nova formação da profissão de docência, eles trazem um índice de desvalorização muito forte.

Todos os fatores de riscos convergem entre si para uma degradação psíquica e fisiológica do sujeito. Processo lento como já falado, que leva a sensações e comportamentos não intencionais, mas que o professor se vê em uma gama de conflitos internos e externos que acarretam comportamentos negligenciais.

No entanto Leite e Nogueira (2017) diz que o trabalho também pode ser fonte de prazer e satisfação pessoal, apesar de todos os obstáculos se faz necessário valorizar o lado positivo desta profissão, mostrando que são produtores do saber, que precisam se fortalecer ao encarar os obstáculos de sua realidade, buscando estratégias para driblar as dificuldades vivenciadas da profissão. Enxergando as condições de trabalhos deficitários não como barreira para o bom trabalho, e sim, na elaboração de estratégias de enfrentamento para proporcionar um ensino de qualidade ao próximo. Porém faz-se necessário ressaltar a importância de planos interventivos para o enfrentamento a SB na população de docentes, e publicações acadêmicas dissertando todo o processo, levando-se em consideração as particularidades de cada grupo.

Portanto, como reflexão a visão desta profissão, seja qual nível da educação esteja ensinado, é de suma importância que esses profissionais possam ter condições de trabalho melhores, remunerações mais dignas a sua jornada de trabalho e também ressignificação do olhar dessa profissão para a sociedade, em foco, os estudantes que estão no ingresso das universidades. Os motivos citados podem trazer aspectos positivos para a profissão, como o prazer no ensinar, melhor qualidade de vida do trabalhador, melhorando também a proatividade na organização e bem-estar na sua vida diária. É um dos grandes objetivos da visão que a saúde

do trabalhador aborda, e bem visto neste trabalho a partir da visão Dejouriana, podemos compreender o quão imprescindível é estímulos positivos no ambiente de trabalho.

REFERÊNCIAS

BERNARDO, Wanderley Marques; NOBRE, Moacyr Roberto Cuce; JATENE, Fábio Biscegli. A prática clínica baseada em evidências: parte II - buscando as evidências em fontes de informação. **Revista da Associação Médica Brasileira**: (SL). vol. 50, n.1, p.104-108, 2004. ISSN 0104-4230. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S0104-42302004000100045>>. Acesso em 15 de set. 2017.

BOCK, Ana Mercês; FURTADO, Odair; TEXEIRA, Maria de Lourdes Trassi. **Psicologias: uma introdução ao estudo da psicologia**. 14 ed. São Paulo: Saraiva S.A, 2009. 368p.

BRAUN, Ana Claudia; CARLOTTO, Mary Sandra. Síndrome de Burnout: estudo comparativo entre professores do ensino especial e do ensino regular. **Psicologia Escolar e Educacional**: Paraná. vol. 18, n. 1, p. 125-133, 2014. ISSN: 1413-8557. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/pdf/2823/282330520013.pdf>>. Acesso em: 27 de out. 2017.

CARLOTTO, Mary Sandra et al. O papel mediador da autoeficácia na relação entre a sobrecarga de trabalho e as dimensões de Burnout em professores. **Psico-USF**: São Paulo. vol. 20, n. 1, p. 13-23, 2015. ISSN: 1413-8271. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/pdf/4010/401041438003.pdf>>. Acesso em 27 de out. 2017.

CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Riscos psicossociais associados à Síndrome de Burnout em professores universitários. **Avanços em Psicologia Latinoamericana**: Bogotá (Colômbia). vol. 35, n. 3, p. 447-457, 2017. ISSN 2145-4515. Disponível em: <<https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/4036/3933>>. Acesso em: 10 de nov. 2017.

CORDEIRO, Alexander Magno et al. Revisão sistemática: uma revisão narrativa. **Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgiões**: Rio de Janeiro. vol. 34, n.6, p.428-431, 2007. ISSN 1809-4546. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S0100-69912007000600012>>. Acesso em 15 de set. 2017.

DEJOURS, Christophe. **Psicodinâmica do trabalho, contribuições da Escola Dejouriana à análise da relação do prazer, sofrimento e trabalho**. Maria Irene Stocco Betiol (Coord.); tradutores Maria Irene Stocco Betiol et al.- 1 ed. 14 reimpr. - São Paulo: Altas, 2013. 145p.

DEJOURS, Christophe. Entre o desespero e a esperança: como reencantar o trabalho. **Revista Cult**: (SL). vol. 139, p. 49-53, 2009. Disponível em:<<file:///C:/Users/Maira/Downloads/Revista+Cult+-+Dejours+Entre+o+desespero+e+a+esperan%C3%A7a.pdf>>. Acesso em 29 de set. 2017.

DIAS, Elizabeth Costa et al. **Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde**. Ministério da Saúde do Brasil. Organização Pan-Americana da Saúde no Brasil. Brasília: EDITORA MS, 2001. 580 p. Disponível em: <<http://www.fiocruz.br/biosseguranca/Bis/manuais/seguranca%20e%20saude%20no%20trabalho/Saudedotrabalhador.pdf>>. Acesso em: 09 de nov. 2017.

FRANÇA, Thaís Lorena Barbosa et al. Síndrome de Burnout: características, diagnóstico, fatores de risco e prevenção. **Revista de enfermagem UFPE**: Recife. vol. 8, n. 10, p. 3539-3546, out. 2014. ISSN 1981-8963. Disponível em:<<http://www.revista.ufpe.br/revistaenfermagem/index.php/revista/article/download/6347/10570>>. Acesso em: 03 abr. 2017.

GIL-MONTE, Pedro Rafael; CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Validação da versão brasileira do “*Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo*” em professores. **Revista Saúde Pública**: São Paulo. vol. 44, n.1, p. 140-147, feb. 2010. ISSN 1518-8787. Disponível em: <<http://www.scielo.org/pdf/rsp/v44n1/15.pdf>> Acesso em: 20 mai. 2017.

LEITE, Andrea Ferreira; NOGUEIRA, Júlia Devidé Aparecida. Fatores condicionantes de saúde relacionados ao trabalho de professores universitários da área da saúde: uma revisão integrativa. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**: São Paulo. vol. 42, p. 1-15, 2017. ISSN 2317-6369. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/pdf/1005/100550852004.pdf>>. Acesso em: 22 de set. 2017.

MENDES, Maria Luiza Maciel. **A tradução do fracasso: Burnout em professores do Recife**. 139f. 2015. Tese de Doutorado. Programa de Pós-Graduação em Educação. Universidade Federal de Pernambuco, Recife. Disponível em: <<http://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/15778>>. Acesso em: 28 de out. 2017.

PAIVA, Kely César Martins; GOMES, Maria Ângela do Nascimento; HELAL, Diogo Henrique. Estresse ocupacional e síndrome de *Burnout*: proposição de um modelo integrativo e perspectivas de pesquisa junto a docentes do ensino superior. **Gestão & Planejamento**: Salvador. vol. 16, n. 3, p. 285-309, set./dez. 2015. ISSN 2178-8030. Disponível em: <<http://www.revistas.unifacs.br/index.php/rgb/article/view/3570/2713>>. Acesso em: 10 de nov. 2017.

RODRIGUES, Patrícia Ferreira; ALVARO, Alex Leandro Teixeira; RONDINA, Regina. Sofrimento no trabalho na visão de Dejours. **Revista Científica Eletrônica de Psicologia**: São Paulo. vol. 4, n. 7, nov. 2006. ISSN 1806-0625. Disponível em: <http://faef.revista.inf.br/imagens_arquivos/arquivos_destaque/lh21p1iEajxlWcK_2013-5-10-15-30-2.pdf> Acesso em: 28 mai. 2017.

RODRIGUEZ, Tatiana de Andrade Jardim. **Restrição Laboral: um conceito em construção na designação e vivência da incapacidade no trabalho**. 224f. 2016. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo- USP, 2016. Disponível em: <<http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/5/5170/tde-04112016-162449/pt-br.php>> Acesso em: 05 mai. 2017.

SILVA, Maria Fabiana Machado et al. Estudo avaliativo da predisposição à síndrome de burnout em professores de uma Universidade de Parnaíba-PI. **Revista Psicologia e Saúde**: Campo Grande. vol. 6, n. 2, p. 28-36, dez. 2014. ISSN 2177-093X. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-093X2014000200005>. Acesso em 17 de out. 2017.

TRIGO, Telma Ramos; TENG, Chei Tung; HALLAK, Jaime Eduardo Cecílio. Síndrome de Burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. **Revista de psiquiatria Clínica**: São Paulo. vol. 34, n. 5, p. 223-233, 2007. ISSN 1806-939X. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rpc/v34n5/a04v34n5.pdf>>. Acesso em: 25 de març. 2017.

VASCONCELOS, Patrícia Silva. **Estresse profissional e Síndrome de Burnout: com a palavra, os docentes**. 102f. 2016. Dissertação de Mestrado. Programa de Saúde Coletiva. Universidade de Fortaleza, Fortaleza, 2016. Disponível em: <http://bdtd.ibict.br/vufind/Record/UFOR_31feba24d8662769d882b88598769f0f>. Acesso em: 30 de out. 2017.