

VIOLÊNCIA EM SALA DE AULA E SÍNDROME DE BURNOUT NA PERSPECTIVA DA PRÁXIS PEDAGÓGICA: OBSERVAÇÕES DA EXPERIÊNCIA.

Lilian Karla de Lima Souza Dantas (UFPB)¹
José Aclécio Dantas (IFPB)²

RESUMO

Este artigo é parte de um trabalho de conclusão de curso de especialização em coordenação pedagógica e gestão escolar que trata dos processos de adoecimentos no exercício da docência e do trabalho do coordenador pedagógico no apoio aos docentes na identificação da síndrome de Burnout. A síndrome de Burnout ou como também é conhecida – síndrome do esgotamento profissional ou a síndrome do assistente desassistido é uma doença laboral, isto é, que é adquirida por profissionais que mantêm uma relação de cuidados com outras pessoas. Nosso objetivo principal é relatar as flexões teóricas e práticas no ambiente escolar que fomentam as condições adequadas para o adoecimento por essa síndrome. O processo de pesquisa se norteou por um processo bibliográfico de investigação e conversas informais com docentes da escola do qual exercemos docência. O problema que movia o trabalho original partia da desinformação dos docentes quanto as causas e efeitos desta síndrome. O presente artigo transcreve alguns pressupostos teóricos da pesquisa de campo original.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout, violência, doença do trabalho, práxis docente, escola.

INTRODUÇÃO

Da modernidade herdamos seus próprios males, e nesses males o homem aprende a viver e a conviver de forma que possa alcançar e superar suas próprias dificuldades e solicitudes de uma vida voltada não só para o lazer e para a família, mas intensamente direcionada a necessidade de trabalhar e assimilar todas as problemáticas do exercício desse trabalho.

O homem é um ser social voltado ao trabalho e por ele historicamente determinado. O trabalho lhe modela o corpo, a alma, o espírito, e define suas próprias relações sociais estabelecidas para sua concretização. O homem transforma a natureza com o seu trabalho e por essa ação também é mudado. Se tomamos a definição de espírito como razão, pensamento, o trabalho modela também o pensamento do indivíduo.³

¹ Graduanda em letras pela Universidade Federal da Paraíba e docente da educação básica. E-mail: liliankarla22@hotmail.com

² Pedagogo, especialista em gestão escolar e coordenação pedagógica, especialista em educação em e para os Direitos humanos, Assistente social e Mestre em Serviço Social. Docente da Educação Básica. E-mail: aclecedantas@yahoo.com.br

³ Extraí-se daí que no trabalho alienado do modo de produção capitalista as ideias do trabalhador são modeladas dentro do processo de trabalho pelas ideias da classe dominante que detém os meios de produção. Como muito bem definiu Marx e Engels (2007, p.47) “As ideias da classe dominante são, em todas as épocas, as ideias dominantes, ou seja, a classe que é o poder *material* dominante da sociedade é, ao mesmo tempo, o seu poder *espiritual* dominante. A classe que tem à sua disposição os meios para a produção material dispõe assim, ao mesmo

Os frutos do trabalho humano não alienado podem até trazer certa realização social, mas a concreção do esforço físico empreendido nem tanto; os fins ao qual o trabalho se projeta, de igual modo, podem trazer motivações positivas, mas os meios podem resultar em enfado e cansaço. E nessa questão a natureza humana é fantásticamente flexível a ponto de se adaptar a quase toda intempérie surgida no correr do exercício, chegando às vias de pensar gostar “de trabalhar”.

Na antiguidade alguns teóricos concordaram que alguns homens nasceram para o ócio como o fizeram muitos filósofos na Grécia antiga, ao dividirem o trabalho manual do intelectual. Outros expuseram as características biológicas e fisiológicas como estruturas adequadas para o exercício do trabalho estritamente manual, um jusnaturalismo para a escravidão.

Seja o suspeitado trabalho por prazer ou o trabalho por necessidade, ele sempre será trabalho e demandará uma força motriz que modificará alguma natureza. No incremento das forças produtivas do trabalho, o homem estará se expondo continuamente a reveses que vão deteriorar sua saúde física, psicológica e estrutural, levando-o a colher frutos negativos de seu exercício laboral e que podem dificultar e até anular sua capacidade produtiva, através da doença laboral ou doença do trabalho.

Sendo assim, com a modernidade nossa sociedade não só adquiriu todos os suspeitados benefícios de uma cultura capitalista que coisifica as subjetividades e subjetiva as objetividades em sua ideia de sociedade do consumo, como concomitantemente favoreceu a convivência dualista entre a alimentação exponencial dos cofres dos que detém o monopólio do dinheiro e a hipertrofia do desejo de posse de bens de produção antes não disponíveis às pessoas de níveis financeiros menos abastados.

Na esteira dessas heranças da modernidade, observamos concomitante a intensificação dos processos de violência⁴ dentro da sociedade como dentro de algumas de suas instituições mais tradicionais, tais como, a família e a escola. Como nessas instituições existe uma relação direta de convívio e de relação de valor, não só simbólico, mas, ao mesmo tempo virtual e real. A violência, em todas as suas vertentes desencadeiam um conjunto de microviolências que vão minando as resistências até dos indivíduos mais fortes e resilientes.

tempo, dos meios para a produção espiritual, pelo que lhe estão assim, ao mesmo tempo, submetidas em média as ideias daqueles a quem faltam os meios para a produção espiritual”.

⁴ Apesar da violência ser uma categoria histórico social no plano da modernidade capitalista ela adquire certas características ainda mais barbarizantes.

As diversas formas de violências veladas ou abertamente concretizadas no âmbito da família e círculos de amizade dos jovens podem desencadear, no ambiente escolar, uma série de possibilidades de violências físicas ou morais que muitas vezes fogem do controle e administração dos profissionais da educação.

A escola como microuniverso social privilegiado do jovem abre-se a toda fluência endógena e exógena do ambiente. Surgem nesses fenômenos as explosões comportamentais causa ou efeito das violências sofridas e aplicadas, trazendo ao centro da vida social escolar a sequência progressiva de desrespeito à dignidade humana, cerceando direitos, principalmente daqueles que lidam diariamente com esses agressores.

Dentro desse panorama de complexidade nas relações sociais dos indivíduos, novas formas de agressão vão surgindo, ou simplesmente vão sendo aperfeiçoadas ao passo que a intimidação pela força não surte mais os efeitos desejados.

Os professores são, ou deveriam ser a mediania entre os agressores e as possibilidades de adequação social, ou até mesmo, entre o indivíduo e as oportunidades de consciência que a ele são disponibilizadas. No entanto, essa intermediação entre o indivíduo e as oportunidades para ele disponibilizadas, tem seus efeitos colaterais, podendo acarretar no profissional da educação uma série de doenças laborais, ou seja, doenças causadas ou adquiridas no exercício de uma função ou trabalho, entre as quais, se destaca a síndrome de Burnout.

Assim faz-se necessário estudar qual a relação entre a violência na sala de aula e a síndrome de Burnout, e se algumas atitudes na práxis educativa podem minimizar os efeitos destas violências na vida docente, principalmente pela desinformação reinante que não os permite atentar para o fato de já estarem acometidos de tal síndrome, impossibilitando-os de um tratamento na fase inicial da doença.

A síndrome de Burnout é uma doença relativamente nova, pois é mais uma das doenças adquiridas, ou pelo menos descobertas apenas na modernidade. É um tipo de estresse ocupacional adquirido por profissionais que mantêm uma relação de cuidados com outras pessoas. No Brasil, a síndrome só foi oficialmente adicionada às doenças relacionadas à saúde do trabalhador através do Decreto nº 3.048, de 6 de maio de 1999 (BRASIL, 1999).

Síndrome de Burnout: uma doença da modernidade.

A síndrome de Burnout ou como também é conhecida – síndrome do esgotamento profissional ou a síndrome do assistente desassistido é uma doença laboral, isto é, que é adquirida no exercício de uma função ou profissão. Essa síndrome diverge de outras doenças do trabalho pelo fato de ser uma doença adquirida por profissionais que trabalham com relacionamentos intensos e frequentes com pessoas que necessitam de cuidado e (ou) assistência (BRASIL, 2001, p.162), sendo descoberta apenas em 1970. Nesse conjunto de profissões são incluídas: assistentes sociais, trabalhadores da saúde, funcionários de creches, presídios, e profissionais da educação, sejam eles professores, diretores, merendeiras, supervisores, coordenadores, etc.

O problema das doenças do trabalho parecerem pouco incidente ou de pouca fatalidade, dar-se pelo fato de serem comumente mascaradas nos relatórios como enfermidades “comuns” em toda sociedade e, desta forma, não vinculadas ou associadas ao exercício do trabalho.

A Organização Internacional do Trabalho (OIT) desenvolve pesquisas e estatística no mundo sobre as doenças causadas pelo exercício do trabalho. Em alguns dados levantados pela OIT é apontada uma cifra de 2,3 milhões de mortes por ano no mundo, vítimas do trabalho, e esses dados tornam-se ainda mais alarmantes se considerarmos que o relatório aponta que desse total de mortes “apenas” 321.000 corresponderiam aos acidentes no trabalho, relacionando aproximadamente 2.000.000 de mortes por enfermidades laborais (OMS, 2014; MACÊDO, 2016, p.24). Esses dados correspondem a uma proporção de 1 para 6, ou seja, a cada morte por acidente outras 6 acontecem por enfermidade. A situação é tão agravante que a cada 15 segundos alguém no mundo morre por uma enfermidade causada pelo trabalho.

Os relatórios brasileiros não se distanciam muito dessa média mundial, pois no Brasil para cada benefício concedido por acidente outros 7 (sete) são concedidos por enfermidade do trabalho. Vale salientar que o Regulamento dos Benefícios da Previdência Social - Lei nº 8.213, de 24 de julho de 1991, Art. 118. Define acidente do trabalho, e incluem as doenças laborais como “acidente de trabalho”, no qual:

Define-se como acidente do trabalho aquele que ocorre pelo exercício do trabalho a serviço da empresa ou pelo exercício do trabalho dos segurados especiais, provocando lesão corporal ou perturbação funcional, permanente ou temporária, que cause a morte, a perda ou a redução da capacidade para o trabalho. Consideram-se acidente do trabalho a doença profissional e a doença do trabalho. Equiparam-se também ao acidente do trabalho: o

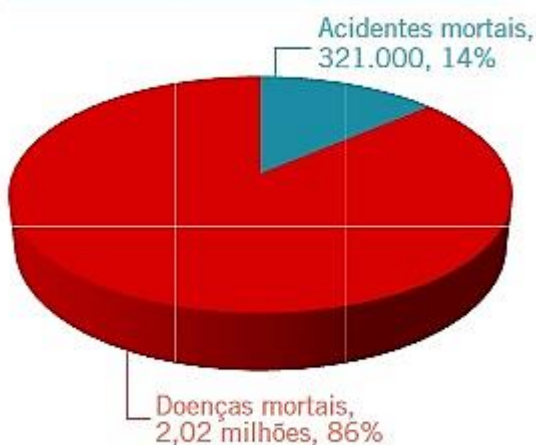
acidente ligado ao trabalho que, embora não tenha sido a causa única, haja contribuído diretamente para a ocorrência da lesão; certos acidentes sofridos pelo segurado no local e no horário de trabalho; a doença proveniente de contaminação acidental do empregado no exercício de sua atividade; e o acidente sofrido a serviço da empresa ou no trajeto entre a residência e o local de trabalho do segurado e vice versa”. (BRASIL, 1991, s.p)

O regulamento não difere entre acidente e enfermidade do trabalho, porém os relatórios obtidos através do banco de dados da previdência partindo dos instrumentais preenchidos, diferem cada situação do trabalhador.

Se observarmos atentamente nos relatórios sobre “A Prevenção das Enfermidades Profissionais” emitidos pela OIT veremos que, em média, 2% da população mundial adoece laboralmente a cada ano, isto corresponde a 160.000.000 (cento e sessenta milhões) de novas pessoas doentes a cada ano e a matemática é uma ciência exata, bastando projetar uma simples progressão aritmética para se alarmar com as possíveis cifras em 10 anos.

As mortes podem representar quantitativamente em dez anos a mesma quantidade proporcional de países inteiros. Curiosamente, a situação da classe trabalhadora na época da revolução industrial na Europa, não era melhor do que isso, e a expectativa de vida em algumas comunidades, dado a insalubridade no trabalho e no estilo de vida, se limitava a míseros 15 anos. No entanto, outros fatores corroboravam concomitantemente para essa baixa expectativa de vida laboral, entre eles, o baixo desenvolvimento das forças produtivas mundiais, o limitado desenvolvimento das ciências médicas e das técnicas sanitárias, ou mesmo, o baixo desenvolvimento técnico científico das indústrias. A fome generalizada contribuía para a hipertrofia das taxas de adoecimento no trabalho.

DOENÇAS E ACIDENTES MORTAIS (2008)



Número total de mortes: 2,34 milhões

Imagem disponível em OIT (2013, p.4)

A própria OIT esclarece em seu relatório, os distúrbios que podem surgir geradas por essas enfermidades laborais, expondo-as como expressões de um estresse no trabalho: “Os riscos psicossociais e o estresse relacionado ao trabalho são problemas emergentes que suscitam grande preocupação. O estresse tem sido relacionado a distúrbios musculares - esqueléticos, cardiovasculares e digestivos”. Entre as doenças que, segundo o relatório, mais matam trabalhadores estão as que afetam pulmão, músculos e ossos e os transtornos mentais, todos diretamente relacionados com o estresse laboral.

A síndrome de Burnout é um tipo de estresse específico, e precisa ser diferenciado tanto do próprio estresse como de uma transitória insatisfação com o trabalho. E nessa questão reside a grande dificuldade em se diagnosticar a síndrome de Burnout, por sua similaridade com a depressão, o estresse corriqueiro ou até com as insatisfações corriqueiras do trabalho.

Maslach, Schaufeli e Leiter (2001, apud ALMEIDA, SOUZA e CARLOTTO, 2009) definem a Síndrome de Burnout como um conceito multidimensional que envolve três dimensões:

1) a exaustão emocional, que se caracteriza pela falta ou carência de energia e um sentimento de esgotamento emocional, que ocorre quando o indivíduo percebe que não pode dar mais de si mesmo em nível afetivo e sente que sua energia e recursos emocionais estão esgotados em decorrência do contato diário com seus próprios problemas e os de outras pessoas; 2) a despersonalização, caracterizada pelo desenvolvimento de uma insensibilidade emocional, que faz com que o profissional trate clientes, colegas e a organização de maneira fria e impessoal, sendo essa uma forma de o profissional defender-se perante a carga emocional proveniente do contato direto com o outro; e, 3) a baixa realização profissional, dimensão na qual ocorre uma tendência de o profissional avaliar-se negativamente, o que causa um sentimento de insatisfação com a realização do seu trabalho, originando a sensação de incompetência e de baixa autoestima”.

A Síndrome de Burnout não pode ser definida apenas na base de um estresse genérico, pois sua ligação direta com o trabalho e principalmente com as especificações do trabalho de assistência ou acompanhamento humano, lhe concedem características ímpares na comparação com o estresse momentâneo ou casualista. A síndrome é uma resposta ao estresse, principalmente a um estado prolongado de estresse e comporta uma dimensão social e interrelacional.

Não deve também ser confundida com depressão, mesmo que o estado depressivo faça parte temporariamente das consequências imediatas da síndrome e sejam duas enfermidades

associativas. A depressão é livre de contextos e o Burnout pode ser entendida como um estado mental negativo, persistente, relacionado com o trabalho.

O diagnóstico de Burnout acompanha um processo de observação de vários fatores correlacionados que influenciam na determinação da enfermidade e é analisada a partir dos critérios segundo a escala de Maslach: a Maslach Burnout Inventory (MBI).

EXAUSTÃO EMOCIONAL
Eu me sinto emocionalmente esgotado do meu trabalho.
Eu me sinto esgotado no final do dia de trabalho
Eu me sinto cansado quando me levanto de manhã e tenho que enfrentar outro dia no trabalho
▪ Trabalhar com pessoas durante todo o dia é realmente um stress para mim
Eu me sinto esgotado do meu trabalho.
Eu me sinto frustrado pelo meu trabalho.
Eu sinto que estou trabalhando muito duro no meu trabalho.
▪ Trabalhar com pessoas diretamente coloca muita ênfase em mim
Eu sinto que estou no final da minha força
REALIZAÇÃO PESSOAL
Eu posso entender facilmente como meus destinatários se sentem sobre as coisas.
Eu lido de forma muito eficaz com os problemas dos meus beneficiários.
Eu sinto que estou influenciando positivamente a vida de outras pessoas através do meu trabalho.
Eu me sinto muito energético.
Eu posso facilmente criar uma atmosfera relaxada com meus beneficiários.
Eu me sinto alegre depois de trabalhar de perto com meus beneficiários
Eu realizei muitas coisas que valem a pena neste trabalho
No meu trabalho, eu lido com problemas emocionais com muita calma
DESPERSONALIZAÇÃO
Sinto que trato alguns beneficiários como se fossem "objetos" impessoais
Eu me tornei mais insensível para com as pessoas desde que aceitei esse trabalho
Eu me preocupo que este trabalho esteja me endurecendo
Eu realmente não me importo com o que acontece com alguns beneficiários
Eu sinto que os destinatários me culpam por alguns dos seus problemas

Tabela montada a partir de Maslach e Jackson (1981, p.102,103)

A síndrome de Burnout é uma doença laboral e a Organização Internacional do Trabalho coloca segundo suas nomenclaturas uma doença laboral como males contraídos com a exposição prolongada do trabalhador a algum fator de risco que se relacionam com à atividade que exerce.

Uma doença ocupacional é uma doença que é contraída como resultado da exposição a um fator de risco relacionado ao trabalho. O reconhecimento da origem ocupacional de uma doença, no nível individual, requer que a relação causal entre a doença e a exposição do trabalhador a certos agentes perigosos no local de trabalho seja estabelecida. Esta relação é geralmente estabelecida com base em dados clínicos e patológicos, história profissional (anamnese) e análise do trabalho, identificação e avaliação de riscos ocupacionais, bem como a verificação da exposição. Quando uma doença é

diagnosticada clinicamente e a relação causal é estabelecida, ela é então considerada uma doença ocupacional. (RUEDA RODRÍGUEZ, 2013, p.1)

Os riscos a que um trabalhador pode ser exposto podem variar desde os riscos biológicos, químicos, até os riscos psicológicos, sem contar os riscos à integridade física. Esses riscos em que os trabalhadores podem ser acometidos definem o grau de vulnerabilidade do exercício da profissão.

Uma boa notícia, neste quesito, é que a Síndrome de Burnout foi oficializada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como uma síndrome crônica que se liga, como um fenômeno, ao trabalho na nova Classificação Internacional de Doenças (CID-11), que vai entrar em vigor a partir de 1º de janeiro de 2022.

Burnout, uma enfermidade laboral e sua relação com o exercício da docência.

Algumas profissões deixam os trabalhadores mais vulneráveis que outras, e dentre as tantas vulnerabilidades laborais que existem os tipos de vulnerabilidade podem ser subdivididos em vários tipos e estilos. Por exemplo, o exercício da medicina ou enfermagem predispõe os trabalhadores dessa área à contaminação por doença transmissível. Esse tipo de vulnerabilidade é pouco provável de ser adquirida no exercício, por exemplo, da docência. Algumas vulnerabilidades são específicas do contexto vivido.

A grande vulnerabilidade no exercício da docência reside na densa carga de trabalho associada aos baixos índices de satisfação financeira e aos riscos advindos, nos grandes centros urbanos, da violência que invade as instituições.

Em média, o profissional da educação, principalmente o professor, carrega uma carga horária de trabalho muito maior do que realmente tem condições de assumi-la, e essa carga horária é violentamente ampliada com os trabalhos que são estendidos ao universo familiar, nos próprios lares, para preparação de planos de aula, correção de provas, preenchimento de instrumentais e construção de arquétipos para as datas comemorativas, que parecem se multiplicam com maior rapidez do que o calendário escolar permite.

O docente precisa se dividir transformando-se em docente, artesão, secretário, contador, escritor, psicólogo, terapeuta, médico, enfermeiro, animador de festa, dançarino, cantor, entre outros; tudo realizado dentro da função e carga horária expandida da escola ao lar sem abandonar seus papéis tradicionais de pai, mãe, motorista, babá, cozinheiro, faxineiro, filho, esposo, amante, “dono de casa” e empregado da instituição de ensino.

Todos esses fatores acrescidos da violência crescente no ambiente de trabalho e da pressão por resultados, fazem da docência um campo propício para a vulnerabilidade as doenças laborais. A doença laboral “Burnout” da docência tem suas singularidades e especificidades, que a diferenciam de outras expressões de Burnout encontradas em outros exercícios, elas se distinguem pelo conjunto de causalidades que a acometem.

Na docência, o profissional fica a exposição de diversos fatores externos, alheios a ele e a seu controle, que potencializam forma docente da Burnout. Como por exemplo, na docência o atendimento é coletivo e multifacetado, ou seja, dentro da sala de aula existe ao mesmo tempo um coletivo de usuários com uma coletividade de necessidades antagônicas. Cada aluno tem necessidades diferentes e por elas constrói uma expectativa de atendimento que definirá também a sua relação com o professor.

Essa relação nem sempre é harmônica, destruindo as expectativas e corroendo as relações que se estabelecem no ambiente. E quando as relações são corroídas abre-se um leque de possibilidades de conflitos, muitas vezes, difíceis de serem sanadas, e que se perpetuam durante quase todo o ano letivo, se não mais do que isso, se estendendo durante toda a vida escolar daquele aluno, enquanto na mesma unidade escolar.

Prevenindo a Burnout – observações da experiência e sugestões.

Atuando como professores da rede básica de ensino em comunidades em que os índices de violência são altos, nos deparamos, vez ou outra, com eventos que estimulam a perda da razão ou do autocontrole. Alunos muito agitados, desrespeitosos, inconsequentes e violentos são uma realidade constante em nossas salas de aula, construindo o cenário adequado para a síndrome de Burnout. Quase corriqueiro ver docentes saírem das salas de aula com sentimentos de frustração e desejo de abandonar a profissão.

Para contribuir com as informações adequadas para a prevenção desta síndrome no Brasil o ministério da Saúde elenca as principais formas de prevenir a Síndrome de Burnout, que são:

Defina pequenos objetivos na vida profissional e pessoal. Participe de atividades de lazer com amigos e familiares. Faça atividades que "fujam" à rotina diária, como passear, comer em restaurante ou ir ao cinema. Evite o contato com pessoas "negativas", especialmente aquelas que reclamam do trabalho ou dos outros. Converse com alguém de confiança sobre o que se está sentindo. Faça atividades físicas regulares. Pode ser academia, caminhada, corrida, bicicleta, remo, natação etc. Evite consumo de bebidas alcoólicas, tabaco ou outras drogas, porque só vai piorar a confusão mental. Não se automedique nem tome remédios sem prescrição médica. (BRASIL, 2001, n.p.)

No nosso espaço de trabalho, ensino fundamental I, o estresse e os momentos de conflitos se repetiam constantemente fazendo que o horário de trabalho fosse um fardo. Na tentativa de reduzir os índices de agitação e indisciplina recorremos a implementação de um projeto de relaxamento com os alunos logo após alguma atividade que estimulasse a agitação e a indisciplina. O projeto⁵ consistiu em momentos de relaxamento coletivo através da música clássica em sala de aula.

Com esse projeto conseguimos um salto qualitativo no desenvolvimento das aulas e em um bem estar relativo em sala de aula tanto para alunos quanto para o docente. Sugerimos que cada docente não se conforme com as situações e tome uma atitude propositiva no sentido de melhorar as condições das relações sociais estabelecidas em sala de aula.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Da modernidade até podemos ter herdado muitos de seus próprios males e aprendido a viver e a conviver de forma a alcançar e superar nossas próprias dificuldades, mas isto não quer dizer que não estamos, até certo ponto, vulneráveis a várias situações limites que desafia-nos diariamente a refazermos nossas estratégias de superação.

Se na esteira das heranças da modernidade a intensificação dos processos de violência dentro da sociedade e suas instituições mais tradicionais, tais como, a família e a escola, tem desencadeado um conjunto de adoecimentos no exercício da atividade docente; e dentre esses adoecimentos toma relevância a síndrome de Burnout: um tipo de estresse ocupacional adquirido por profissionais que mantêm uma relação de cuidados com outras pessoas. Uma doença que tem afastado muitos docente de sua práxis pedagógica.

No afã da prática pedagógica e da transformação social dos alunos o docente muitas vezes esquece do cuidado pessoal com a saúde mental, ou não consegue perceber os micro sinais do adoecimento, e isso tem fomentado muitos processos de afastamentos, aumento das crises relacionais entre docentes e alunos, docentes e profissionais da educação.

Um lema que é muito utilizado pelos docentes pode lhes fornecer uma das melhores estratégias de enfrentamento dos adoecimentos característicos do exercício da docência,

⁵ Para mais detalhes ver o nosso artigo: “O efeito sinestésico da música em sala de aula: um recurso estratégico contra a indisciplina” apresentado no III CONEPI - Congresso Nacional em Educação e Práticas Interdisciplinares.

“conhecer para prevenir”. O docente completamente informado sobre a síndrome de Burnout ainda é a melhor forma de prevenir este tipo de adoecimento.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Karine Moreira de; SOUZA, Lúcia Azambuja de; CARLOTTO, Mary Sandra. **Síndrome de Burnout em funcionários de uma fundação de proteção e assistência social**. Rev. Psicol., Organ. Trab., Florianópolis, v. 9, n. 2, dez. 2009 Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572009000200008&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 27 jun. 2013.

BRASIL. **Lei Nº 8.213**, de 24 de julho de 1991. Dispõe sobre os Planos de Benefícios da Previdência Social e dá outras providências. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil, Brasília-DF. 1991. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/18213cons.htm> Acesso em 23 de julho de 2019.

_____. **Decreto nº 3.048**, de 06 de maio de 1999. Aprova o regulamento da Previdência Social, e dá outras providências. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil, Brasília-DF, 7 maio 1999. Disponível em: < http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto/D3048.htm >. Acesso em: 18 junho 2019.

_____. **Doenças relacionadas ao trabalho**: manual de procedimentos para os serviços de saúde. Brasília: Ministério da Saúde; OPAS/OMS, 2001. Disponível em: <<http://www.fiocruz.br/biosseguranca/Bis/manuais/seguranca%20e%20saude%20no%20trabalho/Saudedotrabalhador.pdf>>. Acesso em: 12 Junho de 2019.

_____. Ministério da saúde. **Síndrome de Burnout: causas, sintomas, tratamentos, diagnóstico e prevenção**. 2018. Disponível em: <<http://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/saude-mental/sindrome-de-Burnout.>> Acessos em 12 de junho de 2019.

CARLOTTO, Mary Sandra. A síndrome de Burnout e o trabalho docente. **Psicol. estud.**, Maringá , v. 7, n. 1, p. 21-29, June 2002 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722002000100005&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 12 de junho de 2019. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-73722002000100005>.

DIEHL, Liciane; CARLOTTO, Mary Sandra. Síndrome de Burnout: indicadores para a construção de um diagnóstico. **Psicol. clín.**, Rio de Janeiro , v. 27, n. 2, p. 161-179, 2015 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-56652015000200009&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 10 ago. 2019.

MACÊDO, Kátia Barbosa; LIMA, Janilda Guimarães de; FLEURY, Alessandra Ramos Demito Fleury; CARNEIRO, Carla Maria Santos. **Organização do trabalho e adoecimento** – uma visão interdisciplinar. Goiânia: Ed. da PUC Goiás, 2016.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. **The measutente of experienced Burnout**. Journal of Occupational Behavior, 2, p. 99-113. 1981.

MASLACH, C.; SCHAUFELI, W.B.; LEITER, M. P. (2001). Job Burnout. **Annual Review Psychology**, 52, 397-422.

MARX, Karl, ENGELS, Friedrich. **A ideologia alemã** : crítica da mais recente filosofia alemã em seus representantes Feuerbach, B. Bauer e Stirner, e do socialismo alemão em seus diferentes profetas (1845-1846). Trad. Rubens Enderle, Nélio Schneider, Luciano Cavini Martorano. - São Paulo : Boitempo, 2007.

OMS- Organização Mundial de Saúde. **Relatório sobre saúde mental e trabalho**. Disponível em: <www.who.int>. Acesso em: 2014.

OIT – Organização Internacional do Trabalho. **A prevenção das doenças profissionais**. 2013. Disponível em: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---europe/---ro-geneva/---ilo-lisbon/documents/genericdocument/wcms_666012.pdf Acesso em 10 de junho de 2019.

RUEDA RODRÍGUEZ, Alma Elena. **Enfermedades profesionales y relacionadas con el trabajo**. Boletín Adapt n. 9/2013. Disponível em: http://www.adapt.it/boletinespanol/docs/rueda_seguridad.pdf Acesso em 10 de Junho de 2019.