

# ADOCIMENTO DE DOCENTES NO MAGISTÉRIO SUPERIOR BRASILEIRO

ILLNESS AMONG FACULTY IN BRAZILIAN HIGHER EDUCATION

*Pedro Ygor Café Paes Lira<sup>1</sup>; Ana Lydia Vasco de Albuquerque Peixoto<sup>2</sup>; Paulo Ricardo Silva Lima<sup>2</sup>*

<sup>1</sup> Bacharelado em Direito, UNEAL

<sup>2</sup> Doutor, UNEAL

E-mail do primeiro autor: pedroygorcafe@gmail.com

---

## RESUMO

O trabalho sempre esteve atrelado à sobrevivência humana, sendo inicialmente uma forma de atender às necessidades básicas como defesa e alimentação. Com o passar do tempo, passou a representar um elemento central na organização das sociedades e na construção da identidade do indivíduo. Na contemporaneidade, o trabalho, especialmente na área da docência, se configura também como um fator de desgaste emocional. Nesse contexto, no magistério superior, professores enfrentam pressões institucionais, sobrecarga de tarefas e mudanças constantes nos processos educacionais, o que contribui significativamente para o surgimento da Síndrome de Burnout. Essa síndrome é caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal, afetando diretamente a saúde mental dos docentes. Diante desse cenário, este estudo tem como objetivo analisar o impacto da Síndrome de Burnout na qualidade de vida dos professores do ensino superior no Brasil, bem como identificar os principais fatores associados à sua ocorrência e possíveis estratégias de mitigação. A pesquisa foi desenvolvida por meio de uma revisão sistemática da literatura, com base em teses e dissertações disponíveis na Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD). Foram incluídos trabalhos em língua portuguesa, com textos completos disponíveis em formato digital, que abordassem especificamente a Síndrome de Burnout no contexto do magistério superior. A metodologia adotada classifica-se como descritiva, de abordagem qualitativa e quantitativa, buscando analisar as abordagens e resultados apresentados por pesquisadores brasileiros sobre o tema. Após os critérios de seleção e exclusão, foram analisados 22 trabalhos acadêmicos, sendo 12 dissertações de mestrado e 10 teses de doutorado. Os resultados apontam uma associação recorrente entre as condições de trabalho no ensino superior e o desenvolvimento de Burnout entre os docentes, evidenciando a necessidade de políticas institucionais que promovam ambientes laborais mais saudáveis e estratégias de prevenção ao adoecimento psíquico.

**PALAVRAS-CHAVE:** Trabalho docente. Síndrome de Burnout. Magistério superior. Saúde mental. Qualidade de vida.

---

## ABSTRACT

Work has always been linked to human survival, initially serving as a means to meet basic needs such as protection and food. Over time, it became a central element in the

organization of societies and the construction of individual identity. In contemporary times, work—especially in the field of teaching—has also become a factor of emotional strain. In this context, in higher education teaching, professors face institutional pressures, task overload, and constant changes in educational processes, which significantly contribute to the emergence of Burnout Syndrome. This syndrome is characterized by emotional exhaustion, depersonalization, and a reduced sense of personal accomplishment, directly affecting teachers' mental health. Given this scenario, this study aims to analyze the impact of Burnout Syndrome on the quality of life of higher education professors in Brazil, as well as to identify the main factors associated with its occurrence and possible mitigation strategies. The research was carried out through a systematic literature review based on theses and dissertations available in the Brazilian Digital Library of Theses and Dissertations (BDTD). Works in Portuguese, with full digital texts specifically addressing Burnout Syndrome in the context of higher education teaching, were included. The adopted methodology is classified as descriptive, with both qualitative and quantitative approaches, aiming to analyze the approaches and findings presented by Brazilian researchers on the topic. After applying inclusion and exclusion criteria, 22 academic works were analyzed—12 master's dissertations and 10 doctoral theses. The results reveal a recurring association between working conditions in higher education and the development of Burnout among professors, highlighting the need for institutional policies that promote healthier work environments and strategies to prevent psychological illness.

**KEYWORDS:** Teaching work. Burnout syndrome. Higher education teaching. Mental health. Quality of life.

## INTRODUÇÃO

Para o homem pré-histórico, o trabalho já era uma forma de atender suas necessidades mais primitivas, sejam elas de defesa ou alimentação. Desde então, a humanidade viu no ato de trabalhar parte essencial da vida cotidiana. Com o passar do tempo, a visão do trabalho e ele em si, foram sendo modificados, visto que são um constructo social baseado na cultura, portanto, sofrem alterações no decorrer da volatilidade social. Devido a essas modificações, o labor se torna “imprescindível na vida de qualquer indivíduo, para que este possa suprir suas necessidades e também, enquanto elemento que dignifica o homem na sociedade na qual está inserido e, portanto, fazendo parte da sua estrutura sócio-econômica, cultural, dentre outras” (Oliveira; Santos; Cruz, 2007, p.3).

Nesse contexto, a atividade laboral passa adquirir um novo significado na vida de qualquer ser humano. A partir da época de João Calvino, criador da doutrina religiosa Calvinista, a perspectiva do labor toma uma dimensão pessoal, na medida que “ênfaticamente a estreita relação do trabalho humano com a obra divina de uma forma singular, conferindo assim ao labor humano dignidade e valor espirituais nunca antes visto, nem na Escolástica, nem na Antiguidade” (Silva, 2004, p. 38).

Importante destacar que o trabalho em nossa sociedade orgânica passa a ser parte não somente da humanidade como um todo, mas também da personalidade de cada indivíduo, tornando-se um método de realização pessoal e de socialização. Para todas as profissões essa “nova” concepção traz consigo mazelas, pois interfere diretamente nas relações que o ser humano tem com a sociedade e com ele mesmo. Sendo assim, cada área de profissões resguarda suas características e particularidades próprias, inclusive seus problemas específicos. Assim é com a docência, uma profissão que perpassa por constante evolução junto às tecnologias e mudanças sociais. Arelados a essas mudanças, alguns fatores da lógica trabalhista no ramo do ensino, juntamente com os ambientes das instituições, tornam o cenário propício para adoecimento do docente que se vê exposto a situações estressantes, cobranças e pressões, sendo acometido por sintomas como Burnout, depressão, ansiedade, uso de álcool e tabaco (Melo, 2020).

A síndrome de Burnout é um conjunto de sintomas ocasionados pelo estresse crônico laboral, composta pelas características: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal (Amorim, 2020; Barbosa, 2018; Cassiolato 2010; Grott 2013; Obregon,

2017; Reis Junior, 2017; Matias 2021; Pereira, 2008). A literatura nacional sobre a síndrome tem associado recorrentemente o Burnout com o trabalho do docente no magistério superior, portanto, procuramos averiguar baseados nos dados coletados as respostas para os seguintes questionamentos: Quais os fatores que contribuem para o aparecimento da síndrome de Burnout nos magistérios superiores brasileiros? Quais as características da síndrome de Burnout nos docentes acometidos por ela? Quais medidas podem ser tomadas para a diminuição da síndrome de Burnout no quadro da docência superior?

Diante dessas inquietações, o objetivo desta pesquisa é analisar como a síndrome de Burnout tem impactado na qualidade de vida dos docentes do ensino superior. Cumpre destacar que o presente trabalho foi realizado com apoio da FAPEAL – Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Alagoas.

## **METODOLOGIA**

Este trabalho foi desenvolvido por meio de uma revisão de literatura sistemática de trabalhos obtidos na Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD), para identificar, a partir dos dados obtidos das pesquisas presentes nas dissertações e teses, as conclusões e vertentes de estudos dos mestres e doutores brasileiros a problemática da síndrome de Burnout no cenário da docência universitária brasileira.

No estudo foram incluídos trabalhos que versam sobre a síndrome de Burnout no magistério superior, encontrados na base de dados escolhida, com resumos e textos disponíveis na íntegra com documentos disponíveis por meio digital, publicados no Brasil em língua portuguesa. Nessa senda, esta pesquisa classifica-se como descritiva, pois a finalidade é descrever como as teses e dissertações brasileiras têm abordado a síndrome de Burnout, seus efeitos e possíveis métodos para melhorar a qualidade de vida dos docentes do ensino superior que desenvolveram o distúrbio emocional. Trata-se também de uma pesquisa qualitativa e quantitativa, tendo em vista que buscou-se identificar os índices de docentes com Burnout no país, os profissionais das áreas afetadas e as causas de seu surgimento.

Como supracitado, a pesquisa foi realizada na base de dados BDTD a partir da utilização dos descritores sobre a temática (Burnout) e população envolvida (magistério superior) com uso do operador booleano AND.

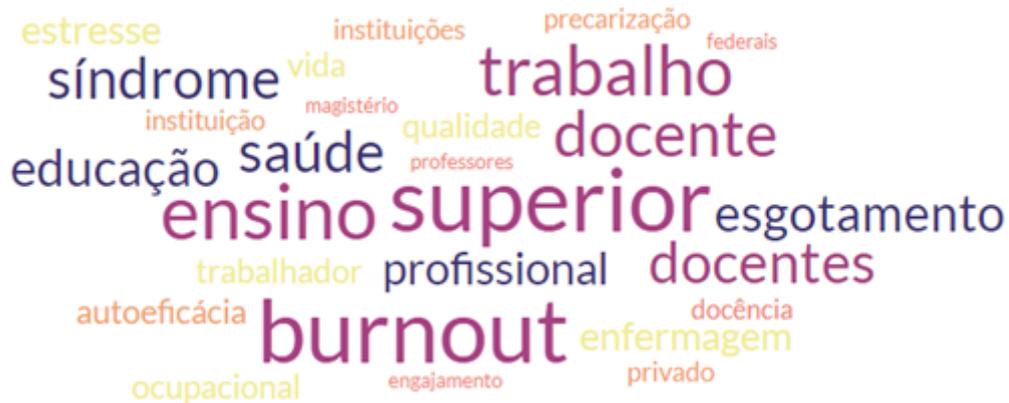
Diante do exposto, foram coletados quarenta e oito trabalhos, e após o processo de exclusão de pesquisas duplicadas, não acessíveis e trabalhos que abordam outro ensino, sem ser exclusivamente o superior, foram considerados para a esta pesquisa vinte e dois trabalhos, sendo doze dissertações de mestrado e dez teses de doutorado depositadas na BDTD. Cumpre destacar que não houve delimitação temporal.

## **SÍNDROME DE BURNOUT NO ENSINO SUPERIOR BRASILEIRO**

A partir da coleta de dados, verificou-se que as produções científicas investigadas (dissertações e teses) que abordam a síndrome de Burnout no contexto do ensino superior, em sua maioria, tratam-se de estudos de caso, ou seja, pesquisas com foco em compreender como a síndrome se desenvolve nessa categoria profissional, os principais fatores para o seu surgimento (ambiente e condições de trabalho), e os meios para seu enfrentamento.

Conforme análise da amostra coletada, as áreas do conhecimento que mais produziram sobre o tema são do campo da saúde (psicologia, enfermagem, odontologia), seguida de educação, administração e ciências. Em relação aos programas de pós-graduação dessas pesquisas, observou-se que 11 são da região Sudeste, 6 da região Sul, 3 da região Nordeste, 1 da região Centro-Oeste e 1 da região Norte.

Na BDTD, as primeiras teses e dissertações sobre o objeto desta pesquisa são do ano 2008. Do período de 2008 até os dias atuais, verificou-se um acréscimo de estudos com o tema Burnout, o que resta claro que trata-se de um assunto atual e que precisa ser explorado a partir de diversas perspectivas. A partir das palavras-chave dos trabalhos coletados, observou-se com mais clareza os principais objetivos e interesses dos pesquisadores nos estudos relacionados à síndrome de Burnout, os quais estão mais inclinados a discutir questões como a precarização do trabalho, esgotamento, adoecimento docente, qualidade de vida, saúde, autoeficácia e estresse, conforme Figura 1.

**Figura 1 - Nuvem de palavras com as palavras-chave dos dados coletados**

Fonte: Dados da pesquisa (2023).

São diversos os estudos de caso que relatam sobre algum sintoma da síndrome de Burnout no magistério superior como algo praticamente intrínseco à atividade docente. Os estudos apontam que mesmo que ela não venha devidamente diagnosticada naquela população específica, devido a algum caráter geral ou limitante da pesquisa, não exclui a possibilidade de algum indivíduo isolado ter o diagnóstico (Obregon, 2017). Porém, é possível que haja características naquela população que tendem ao Burnout, mas a síndrome não é relatada devido a outros indicadores (Cassiolo, 2010). Apesar dos fatores que levam a isso serem os mais diversos e subjetivos a cada indivíduo, levando em consideração que estamos falando do complexo plano psicológico, algumas características são constantemente relatadas e apontadas como precursoras da síndrome analisada.

Primeiramente, é notória a relação da saúde do docente e a Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) nas Instituições de Ensino Superior (IES), as quais deveriam proporcionar um ambiente adequado para o desenvolvimento dos profissionais, além de lhes assegurar as condições necessárias para o exercício de seu trabalho de maneira plena, a dar-lhes satisfação e noção de sentido no que é realizado (Alves, 2017; Fonsêca, 2016; Matos, 2021; Paula, 2015). Sendo assim, o que predominantemente deve ser analisado, se existente ou não, é o plano de QVT do local de trabalho, cujos fatores analisados estarão ligados a ele e a lógica trabalhista do cenário atual da sociedade brasileira.

Sob essa senda, os docentes brasileiros são constantemente acometidos pela síndrome

de Burnout e apresentam algumas características mais comuns provenientes dela, a saber: exaustão emocional (esgotamento, cansaço e desgaste no trabalho), desumanização (dureza emocional, desinteresse e atitudes negativas no trato com os usuários de seus serviços) e decepção (desânimo, desespero, frustração e inadequação no trabalho), falta de envolvimento pessoal no trabalho, falta de realização pessoal, fadiga generalizada, irritabilidade fácil, cefaleia, perda do desejo sexual, perda ou excesso de apetite (Amorim, 2020; Barbosa, 2018; Cassiolato 2010; Grott 2013; Reis Junior, 2017; Matias 2021; Obregon, 2017; Pereira, 2008). Estas características, são as mais comuns relatadas nos estudos, uma vez que a doença é muito individual e pode ocasionar até outros sintomas físicos e psíquicos. Todos esses sintomas provém do relato da síndrome já instalada ou predições de seu acontecimento, logo, para que esta se instale ou seja possível, são necessários fatores que são referidos como precedentes do cenário para o Burnout.

Nesse íterim, podem ser destacados três eixos principais que estão interligados, possuindo características intercessoras, que englobam os principais problemas gerais e corroboram para o aparecimento da síndrome, como: sobrecarga de trabalho, causadores da falta de realização pessoal e condições gerais de trabalho. Nesse contexto, outra divisão que pode ser feita é entre os problemas gerais e individuais das populações e instituições. Fala-se de problemas gerais porque são os relativos à maioria das IES brasileiras, as quais possuem mazelas semelhantes que podem ser resolvidas de modo genérico, sendo privadas ou públicas. Entretanto, também existem fatores e características individuais de determinadas IES ou populações de pesquisa que tornam o aparecimento da síndrome mais provável ou não.

Na seara dos problemas gerais, a sobrecarga de trabalho é, a priori, o mais comum e mais conhecido fator que pode acarretar Burnout. Este fator, assim como os outros a serem destrinchados posteriormente, gera uma série de outros problemas, como: falta de equilíbrio entre as relações pessoais e trabalho, falta de percepção de que está fazendo algo produtivo pela alta demanda e a exaustão física e emocional (Barbosa, 2016; Cassiolato, 2010; Dalagasperina, 2012; Paula, 2015). A atividade docente em uma IES fomenta a sobrecarga de trabalho em razão de altas cobranças e cumprimento de prazos, dificuldade de definir o limite pessoal e de trabalho, acúmulo de atividades administrativas e necessidade de atividades complementares como pesquisa e extensão (Cassiolato, 2010; Dalagasperina, 2012; Paula, 2015).

O acúmulo de atividades pode ser uma prerrogativa monetária, para a sensação de utilidade do profissional ou manutenção de status acadêmico, uma vez que ele não vê tanto resultado em somente seu ensino ou somente ensinar em uma IES. Destarte, acabam assumindo outros trabalhos, responsabilidades e cargos que também são “invisíveis” e demandam muito mais do professor que não consegue o seu reconhecimento e culmina no aumento do seu nível de frustração e decepção com a profissão (Paula, 2015). Quando o docente está sobrecarregado, o trabalho toma muito tempo de seu dia e é difícil não levá-lo para sua vida pessoal, o que acaba afetando também seus relacionamentos sociais e piorando sua saúde (Matos, 2021; Paula, 2015).

O fator realização pessoal também é um dos pilares importantes para a discussão, já que, por unanimidade, seu índice foi associado como inversamente proporcional ao aparecimento da síndrome (Amorim, 2020; Barbosa, 2018; Cassiolato, 2010; Grott 2013; Reis Junior, 2017; Matias 2021; Obregon, 2017; Pereira, 2008). Ademais, vale salientar que este fator é capaz de sobrepujar as demais mazelas provenientes do estresse, exaustão emocional e despersonalização, garantindo que não haja o aparecimento ou agravamento da síndrome e até conferindo níveis razoáveis de QVT (Cassiolato, 2010; Matos, 2021).

Os subfatores que envolvem essa temática são: autoeficácia, autonomia do professor em relação a IES, engajamento no trabalho, percepção de resultados positivos em relação ao seu objeto de trabalho, ou seja, boas respostas dos alunos ao ensino, reconhecimento, falta de limite e de educação dos alunos, dificuldades de relacionamento e percepção de controle dessas demandas (Bernardini, 2017; Cassiolato, 2010; Farias Júnior, 2014; Nascimento, 2017; Matos 2021; Obregon, 2017; Souza, 2020; Tundis, 2016). Nesse sentido, a realização pessoal do docente está pautada na percepção de influência e controle que ele tem a partir de seu objeto de trabalho. Portanto, se algo acomete essa percepção, como a imposição de obrigações e limitações por parte da IES ou até mesmo um relacionamento ruim com seus alunos, isto acaba sendo refletido no seu reconhecimento de si próprio e do corpo acadêmico para com ele, fazendo com que também perca seu engajamento com o trabalho, pois é alvo de constantes julgamentos, além de não conseguir visualizar o real produto dos seus esforços.

A autoeficácia está relacionada à percepção de capacidade do docente de lograr êxito em seu trabalho de ensino, portanto, estar sendo ator no sucesso de seus alunos e atingindo-os de alguma maneira positiva, além de se sentir capaz de ultrapassar possíveis entraves de sua

ocupação e estar associada ao bem-estar do docente (Bernardini, 2017; Souza, 2020). Sob essa perspectiva, a autoeficácia se torna intrínseca tanto à qualidade de vida do docente, quanto à realização pessoal, pois quando ambos são relatados em níveis altos, servem como supressores do aparecimento da síndrome, visto que já foi verificada a diminuição de sintomas como despersonalização e exaustão, mesmo com as altas taxas de demandas (Bernardini, 2017; Nascimento 2017; Matos, 2021). Entretanto, foi evidenciado também que a autoeficácia é apenas um subfator da realização pessoal, na medida que em alguns casos mesmo tendo-a alta, concomitantemente podem existir altos índices de Burnout, sendo claramente necessário a apreciação de outras variáveis (Souza, 2020).

As condições gerais de trabalho dos docentes que são geradas pela lógica trabalhista brasileira também fazem parte das generalidades que perturbam a atividade. Os temas que permeiam essa questão são: precarização do trabalho, mercantilização, produtivismo, ambiente competitivo, problemas da gestão e superiores, QVT, interferência no âmbito pessoal, novas e frequente tecnologias e suporte presente no ambiente laboral (Amorim, 2020; Barbosa, 2016; Cassiolato 2010; Cruz, 2016; Farias Júnior, 2014; Nascimento, 2017; Paula, 2015; Tundis, 2016). É evidente que todas essas condições estão interligadas com a percepção da Qualidade de Vida no Trabalho, visto que se existisse um bom ambiente laboral e uma gestão com superiores empáticos e com capacidade de entender os males da atividade laboral, além de promover o diálogo constante, entrosamento dos funcionários, dar suporte e promover um clima cooperativo, os índices de Burnout iriam ser menores. Contudo, o cenário docente brasileiro é pautado pela mercantilização do ensino e a precarização do trabalho (Cassiolato 2010; Fonsêca, 2016; Farias Júnior, 2014; Paula, 2015, Tundis, 2016).

A partir da mercantilização do ensino superior, todo o contexto se transforma em um mercado, onde o produto é justamente o ensino, que sofre da mesma logicidade de ser produtivista, ser movido pela oferta e demanda, ter clima competitivo, entre outros. Sendo assim,

pelo visto, o clima organizacional também enseja um cenário realmente estressante e de profunda repercussão tanto no exercício laboral quanto na vida dos professores. E esse clima organizacional reproduz o ethos da sociedade capitalista, caracterizada pelo individualismo e a competição, cada vez mais marcante nas relações pessoais e de trabalho. E ambientes assim representam espaços propícios para o desenvolvimento de agentes estressores (Farias Júnior, 2014, p.236).

Por conseguinte é dessa forma que esses fatores gerais influenciam a grande parte das

IES brasileiras, produzindo nelas substratos vitais para o adoecimento de docentes. Apesar disso, devido a complexidade da síndrome, existem também fatores específicos que podem contribuir para o aparecimento ou até mesmo para agir de maneira profilática contra ela. Dentre eles, as condições específicas de trabalho e os perfis dos entrevistados podem ser fatores particulares que também influenciam nos resultados dos trabalhos.

As condições específicas de trabalho são aquelas que apareceram de maneira pontual em determinada amostra dos trabalhos estudados e corroboraram, significativamente, com a síndrome ou contra ela. No estudo de Cruz (2016), por exemplo, foi constatado maior incidência da síndrome nos profissionais que precisavam lecionar em uma cidade diferente de seu local de residência. Outro caso específico foram os professores da saúde no estudo de Fonsêca (2016), os quais se desdobravam em árduas jornadas de trabalho pois além de docentes também tinham consultórios ou trabalhavam em hospitais, o que gerava uma sobrecarga de trabalho. Sob esse viés, algumas condições de trabalho são específicas do contexto em que se encontra a amostra estudada, seja o local de trabalho, a área de atuação do docente ou quaisquer outros fatores que contribuam para o adoecimento do profissional.

Majoritariamente nas pesquisas os resultados do índice da síndrome são exaltados ou minguados dependendo de características específicas do perfil da população. Características como: sexo, estado civil, turno de trabalho, tipo de personalidade, ter equilíbrio entre vida pessoal e trabalho, trabalhar em mais de uma IES, entre outras, foram relatadas como sendo capazes de influenciar nos resultados (Alves, 2017; Alves, 2020; Cassiolato, 2010; Grott, 2013; Kirchhof, 2013; Nascimento, 2017).

Na área da personalidade, algumas pessoas foram identificadas com uma capacidade de ser mais eficiente não só contra o *Burnout*, mas também contra diversos transtornos mentais. A personalidade *Hardiness* ou *Hardy Personality* é caracterizada pela resistência de alguns participantes de pesquisa aos estressores, sendo menor a incidência de adoecimento por *Burnout* (Alves, 2020). Nesse tipo de personalidade, essa resistência pode provir justamente da capacidade de lidar com os estressores do cotidiano docente, estratégias essas que são chamadas de *coping* (Kirchhof, 2013). Nesse contexto, o comportamento *coping* é justamente um motivador da personalidade *Hardiness*, uma vez que esse tipo pode manejar melhor suas emoções a ponto de diminuir ou extinguir os seus causadores de estresse, o que leva o indivíduo a um estado alto de autoconhecimento e autoanálise e impede-o de

desenvolver os sintomas graves da síndrome. Outras três características relatadas por Kirchhof (2013), baseadas no estudo de Bartone (2006), são o Compromisso, Controle e Desafio, nas quais o indivíduo é capaz de se envolver com seu trabalho e entender os significados dos elementos do seu ambiente, conseguir agir com independência dos eventos que o ocorrem e ter a noção das intempéries da vida e aceitá-las, resignificando-as e tornando-as precursoras de mudanças e não ameaças à estabilidade. Logo,

“pelo fato da personalidade resistente poder ser apreendida e pela relação de oposição ao estresse, bem como a Síndrome de *Burnout* e a depressão, considera-se importante a realização de pesquisas que busquem conhecer mais sobre esse construto com vistas ao bem-estar e à saúde dos trabalhadores” (Kirchhof, 2013, p.22).

Além da saúde do docente que é claramente afetada pelo problema, outro entrave é a qualidade no ensino que também é prejudicada (Matias, 2021). A questão é que quando o docente adoece, ou pelo menos já foi atingido de alguma forma pelos fatores da síndrome (sobrecarga de trabalho, falta de realização pessoal e condições de trabalho), ele mesmo percebe que sua produtividade é reduzida e acaba caindo em uma máxima cartesiana de “penso, portanto sou”, o que afeta mais ainda a dimensão da realização pessoal, intensificando seu estado. Sendo assim, assume a desmotivação nos alunos pelo descrédito do professor em seu próprio trabalho, pois as situações não são adequadas e o professor começa a decair, faltando entusiasmo (por causa da decepção e exaustão) e tratando de maneira fria e grosseira (despersonalização) colegas de trabalho ou, especialmente, os próprios alunos, o que acaba por desmotivá-los no processo de aprendizagem (Barbosa, 2016).

O estudo de Grott (2013) foi pontual em analisar a correlação entre a percepção da síndrome e a Capacidade de Trabalho (CT) do docente. O estudo revelou que quanto menor forem os níveis de exaustão emocional e despersonalização, que são características padrão da síndrome, maior seria a CT, demonstrando a intromissão do *Burnout* na produtividade do docente. Ademais, a síndrome é capaz não só de minguar a qualidade do ensino pela produtividade, pois em casos mais graves ela acaba gerando o absenteísmo daquele profissional (Matias, 2021).

Nessa senda, algumas medidas poderiam ser adotadas pela IES para a redução do índice de adoecimentos por *Burnout*. Estas medidas teriam que ser instauradas de maneira concreta, a ponto de se enraizar nos costumes daquela IES e assim se tornar efetiva na

prevenção da doença. Isto posto, pelo fato de lidar com pessoas, são necessárias, primeiramente, políticas de gestão de pessoas centralizadas na QVT, que “ofereçam aos profissionais do Magistério Superior reais oportunidades para o exercício de atividades que permitam o uso da criatividade e possibilidades de desenvolvimento profissional, condições necessárias para o bem-estar e para a melhoria da QVT dos docentes” (Paula, 2015, p.254). Essas medidas poderiam até incluir uma análise mais detalhada das características *Hardiness* na população daquela instituição, com o fito de aprender como se dá essa personalidade na amostra estudada, visando a diminuição no quadro de estressores e estratégias de enfrentamento, conseqüentemente, melhorando a QVT.

Todas essas políticas teriam que aspirar corresponder alguns quesitos para serem oportunas para o melhoramento da saúde do docente, as quais são citadas por Obregon (2017), como exemplo:

fazer com que os indivíduos sejam reconhecidos pela Instituição, reorganizar os trabalhos em ambientes seguros e compatíveis com as atividades desenvolvidas, modificar atividades, processos e tarefas, promover o suporte emocional entre os trabalhadores, incentivar a formação contínua, ouvir os colaboradores, fortalecer os laços entre as equipes, entre outras recomendações que aumentam a possibilidade de o servidor sentir prazer, entusiasmo e energia em seu trabalho e conseqüentemente apresentar boas condições de saúde física e emocional. (Obregon, 2017, p.144-145)

Desta forma, adotar essas medidas seria crucial para o avanço das IES brasileiras rumo a um ambiente acadêmico mais saudável para todos. Promover o diálogo constante sobre essa síndrome permite que a informação chegue ao docente, criando subsídios para o reconhecimento dos sintomas base da síndrome e tratá-los de alguma forma. Este espaço de discussão pode ser uma forma de prevenção muito eficaz para o não desenvolvimento dela, pois, de acordo com a pesquisa de Mulato (2008), frequentemente os entrevistados conhecem os sinais e buscam lazer e terapia para alívio das tensões, porém desconhecem a o significado e nomenclatura da doença, o que mostra ainda uma necessidade maior do diálogo dessa patologia em IES (Mulato, 2008).

## CONCLUSÕES

A síndrome de Burnout é uma doença que acomete muitos docentes do magistério superior brasileiro. Nesta profissão, foram relatadas diversos estressores que são ocasionados pela própria rotina e ambiente que estão imersos, os quais acabam proporcionando fatores e cenários perfeitos para o adoecimento destes profissionais. É possível deduzir que as IES brasileiras, em sua maioria, não conseguem garantir uma QVT adequada para os profissionais, o que corrobora para os altos índices de exaustão emocional relatados nos estudos, apesar de não configurar a síndrome propriamente dita.

Foram identificados como principais características da síndrome a exaustão emocional, despersonalização e falta de realização pessoal. Nesse contexto, existem para o aparecimento da síndrome alguns fatores gerais e específicos que contribuem para o agravamento e manutenção do estado de adoecimento nas IES. Os fatores gerais se dividem em sobrecarga de trabalho, causadores de falta de realização pessoal e condições gerais de trabalho. Ademais, vale salientar a especificidade dos estudos, visto que trabalham espaços amostrais limitados em determinadas populações, o que confere algumas características específicas como o perfil dos entrevistados e as condições específicas de trabalho daquela IES.

Nesse sentido, a doença não somente afeta a vida dos docentes adoecendo-os. O ensino também acaba sendo prejudicado na medida em que o profissional não está em boas condições para lecionar, o que gera queda na qualidade de ensino e índices de absenteísmo no magistério superior, prejudicando os demais discentes e a instituição em si.

Sendo assim, para o desenvolvimento e melhoramento do ensino e das IES brasileiras, é essencial estudos e medidas a serem adotadas nessa área. A adoção de medidas de gestão de pessoas para melhorar a QVT, estudo dos perfis e monitoramento da saúde dos docentes, adesão de gestos que visem melhorar o ambiente de trabalho, criando espaços para o diálogo e propagação de informações sobre o tema, são ações necessárias para a diminuição dos números de adoecimentos pela síndrome de Burnout.

Sob essa perspectiva, a quantidade de trabalhos coletados na base BDTD e a intensificação do tema ao longo dos anos, mostra o quanto a questão ainda é importante e de interesse para os pesquisadores das mais diversas áreas do conhecimento. Esta pesquisa não

pretende exaurir o tema, mas apenas apresentar uma discussão crítica sobre a síndrome de Burnout e um recorte da questão sob o olhar dos trabalhos de mestres e doutores brasileiros da base de dados escolhida. Como sugestão, sugere-se a pesquisa em outras bases de dados, além de trabalhos mais recentes que tratam da temática no estado de pandemia, pois a hipótese é que os índices de Burnout tenham sido elevados decorrente dessa adversidade.

## REFERÊNCIAS

- ALVES, A. P. De O. N. Estresse no trabalho relacionado ao exercício da docência no ensino superior e características hardiness. 2020. 88 f. Dissertação (Mestrado em Saúde, Sociedade e Ambiente) - Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2020.
- ALVES, P. C. qualidade de vida e esgotamento profissional do professor universitário. 2017. 139 f. Tese (Doutorado em Ciências da Saúde) - Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2017.
- AMORIM, E. H. Influência das tecnologias de informação e comunicação sobre a síndrome de burnout em docentes de enfermagem. 2020. 108 f. Tese (Doutorado em Modelos de Decisão e Saúde) Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2020.
- BARBOSA, A. L. K. H. A síndrome de burnout em professores universitários. 2016. 98 f. Dissertação (Mestrado em Promoção da Saúde) - Centro Universitário de Maringá, Maringá, 2016.
- BARBOSA, A. L. K. H. et al. Síndrome de burnout em docentes universitários de instituições privadas. *Revista Interdisciplinar De Estudos Em Saúde*, v.7, n.2, 70–80, 2018.
- BARTONE, P. T. Resilience Under Military Operational Stress: Can Leaders Influence Hardiness?. *Military Psychology*. Washington, v.18, p.131-148, 2006.
- BERNARDINI, P. Estudo correlacional sobre autoeficácia e burnout no trabalho docente no ensino superior. 2017. 103 f. Dissertação (Mestrado em Educação) - Universidade do Oeste Paulista, Presidente Prudente, 2017.
- CASSIOLATO, R. A. Síndrome de burn-out e Identidade do professor universitário. 2010. 329 f. Tese (Doutorado em Educação) - Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2010.
- CRUZ, J. F. W. Síndrome de burnout e fatores associados em professores cirurgiões-dentistas da Bahia. 2016. 111 f. Tese (Doutorado em Odontologia) - Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2016.
- DALAGASPERINA, P. O estresse e a síndrome de burnout em professores do ensino privado do rio grande do sul. 2012. 60 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) - Universidade do Vale do Rio dos Sinos, São Leopoldo, 2012.
- FONSÊCA, L. De C. T. Da. Síndrome de burnout e qualidade de vida: estudo com professores universitários da área da saúde. 2016. 92 f. Tese (Doutorado em Enfermagem) - Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2016.
- GROTT, M. G. Capacidade para o trabalho e síndrome de burnout em docentes do curso de fisioterapia da cidade de londrina-pr. 2013. 75 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Reabilitação) - Universidade Estadual de Londrina e Universidade Norte do Paraná, Londrina, 2013.
- REIS JUNIOR, M. A. Um olhar bioecológico sobre a prática docente de ensino superior e a

síndrome de burnout. 2017. 88 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2017.

FARIAS JÚNIOR, R. S. De. A precarização do trabalho e o adoecimento docente em instituições de ensino superior privadas/mercantis. 2014. 267 f. Tese (Doutorado em Educação) - Universidade Federal do Pará, Belém, 2014.

KIRCHHOF, R. S. Estresse, coping, síndrome de burnout, sintomas depressivos e hardiness em docentes de enfermagem. 2013. 150 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) - Universidade Federal de Santa Maria, Rio Grande do Sul, 2013.

MATIAS, A. B. Características do trabalho e saúde mental de docentes de uma universidade pública: um estudo de métodos mistos. 2021. 134 f. Tese (Doutorado em Ciências) - Universidade de São Paulo, São Paulo, 2021.

MATOS, M. Da M. Crenças de autoeficácia de professores universitários, qualidade de vida e síndrome de burnout. 2021. 213 f. Tese (Doutorado em Educação) - Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2021.

MELO, L. F. De. A dialética rotina escolar-saúde: Fatores que contribuem para o adoecimento docente. 2020. 164 f. Tese (Doutorado em Educação e Saúde) - Universidade Federal de São Paulo, Guarulhos, 2020.

MULATO, S. C. O docente universitário em Enfermagem e a Síndrome de Burnout: uma questão de educação para a saúde. 2008. 149 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem Psiquiátrica) - Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2008.

PAULA, A. V. de. Qualidade de vida no trabalho de professores de instituições federais de ensino superior: um estudo em duas universidades brasileiras. 2015. 315 f. Tese (Doutorado em Administração) - Universidade Federal de Lavras, Lavras, 2015.

OBREGON, S. L. Síndrome de burnout e engajamento no trabalho: percepção dos servidores de uma instituição pública de ensino. 2017. 173 f. Dissertação (Mestrado em Administração) - Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, 2017.

OLIVEIRA, H. C. De; SANTOS, J. S. P. Dos; CRUZ, E. F. C. O mundo do trabalho: concepções e historicidade. III Jornada internacional de políticas públicas; 28 a 30 agosto de 2007, 2007.

NASCIMENTO, E. M. Estresse e docentes na área de ciências contábeis: consequências e estratégias. 2017. 146 f. Tese (Doutorado em Ciências) - Universidade de São Paulo, São Paulo, 2017.

PEREIRA, S. M. A. A síndrome de burnout – o estresse em docentes das instituições de ensino superior privadas de porto velho. 2008. 87 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) - Universidade de Brasília, Brasília, 2008.

SILVA, E. C. Da. O Conceito de Trabalho em Calvino. 2004. 67 f. Monografia (Curso de História - Licenciatura e Bacharelado) - Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2004.

SOUZA, L. S. De. Construção e validação de uma escala de autoeficácia docente para o uso de metodologias ativas de ensino e aprendizagem na educação superior em saúde. 2020. 236 f. Dissertação (Mestrado em Educação) - Universidade do Oeste Paulista, Presidente Prudente, 2020.

TUNDIS, A. G. O. Indicadores Críticos do Trabalho Docente em uma Universidade Pública da Região Amazônica. 2016. 97 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) - Universidade do Vale do Rio dos Sinos, São Leopoldo, 2016.