



Síndrome de Burnout em Professores

Syndrome Burnout in Teachers

Wyara Ferreira Melo

Graduada em Enfermagem pela Faculdade Santa Maria (FSM) e Especialista em Urgência e Emergência pela Faculdade São Francisco. E-mail: wyara_mello@hotmail.com

Sidnéia Maia de Oliveira Rego

Mestre em Gestão de Organizações Aprendentes pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB). E-mail: adm.sidneiamia@gmail.com

Hamanda Gelça Araújo Costa Saldanha

Licenciada em Geografia pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN) e Bacharela em Administração pela Universidade Estadual do Rio Grande do Norte (UERN). E-mail: hamanda.admgeo@gmail.com

Maria de Fátima Pedrosa Camilo Oliveira Flor

Especialista em UTI pela Faculdade Santa Maria (FSM). E-mail: fatinha.enf@hotmail.com

Patrício Borges Maracaja

Doutor Engenheiro Agrônomo pela Universidad de Córdoba – Espanha. E-mail: patriciomaracaja@gmail.com

Resumo: A Síndrome de *Burnout* (SB) é considerada um risco para o trabalhador podendo conseqüentemente levá-lo a deterioração física ou mental. Atualmente é considerada uma importante questão de saúde pública, para além da sua óbvia relevância no contexto exclusivo das patologias laborais. O estudo tem como finalidade identificar a presença de síndrome de *burnout* em professores. A presente pesquisa se trata de um ensaio teórico fundamentado em pesquisa bibliográfica com publicações datadas de 2002 à 2012. Pode-se observar, após a revisão bibliográfica dos 13 artigos científicos datados do período de 10 anos (2002-2012), que a Síndrome de *Burnout* em professores figura entre alguns dos problemas de saúde desses profissionais, em virtude das suas condições laborais. No trabalho docente, atualmente, estão presentes aspectos potencialmente estressores, como baixos salários, escassos recursos materiais e didáticos, classes superlotadas, tensão na relação com alunos, excesso de carga horária, inexpressiva participação nas políticas e no planejamento institucional. O estresse neste tipo de profissão ocorre porque os professores ficam muito tempo, de seu dia, fisicamente isolados de seus colegas de trabalho, não podendo expressar e dividir suas ideias com eles. Muitos professores não visualizam perspectivas em seu trabalho, não examinam seu sucesso profissional, sua competência e a satisfação que obtêm com ele, não criando um estilo de vida saudável. Os professores devem ter uma assistência maior por parte do Estado visando condições mais dignas de trabalho, para que o mesmo possa exercer a docência com o valor e esmero que ela merece. Como também, ser disponibilizado ao docente acompanhamento psicológico.

Palavras chaves: Saúde do Trabalhador. Síndrome de *Burnout*. Professores.

ABSTRACT: Burnout syndrome (BS) is considered a risk for the worker may consequently take him to physical or mental deterioration. He is currently considered an important public health issue, in addition to its obvious relevance in the exclusive context of labor conditions. The study has like finality to identify the presence of burnout in teachers. This research it is a theoretical essay based on literature with publications dated 2002 to 2012. It can be seen, after the literature review of 13 scientific articles dating the 10-year period (2002-2012), the Burnout Syndrome in teachers figure among some of the health problems of these professionals, because of their working conditions. In teacher currently working are present potentially stressful aspects such as low wages, few teaching materials and resources, overcrowded classes, tension in the relationship with students, excessive working hours, minimal share in policy and institutional planning. The stress in this kind of profession is because the teachers are very time of his day, physically isolated from their co-workers, and can't express and share their ideas with them. Many teachers do not see prospects in their work, do not examine your professional success, their competence and the satisfaction they get with it, not creating a healthy lifestyle. Teachers must have greater assistance from the State seeking better conditions of work, so that it can carry on teaching the value and care it deserves. But also be made available to teachers counseling.

Keywords: Occupational Health. Burnout syndrome. Teachers.

Recebido em 23/04/2015

Aprovado em: 22/08/2015

INTRODUÇÃO

Inicialmente, o termo *Burnout*, foi usado por Brandley, em 1969, porém passou a ser conhecido apenas a partir de 1974 através de Freudenberguer, após observar que alguns toxicod dependentes apresentavam uma progressiva perda de energia até chegar ao esgotamento e sintomas de ansiedade e depressão, e descreveu que eram menos sensíveis e compreensivos, desmotivados e agressivos em relação aos doentes, com um tratamento distanciado, cínico e com tendência a culpá-los pelos seus próprios problemas (BRITO; CRUZ; FIGUEIREDO, 2008).

A palavra *burn out* ou *burnout* vem do inglês “queimar até a exaustão”, ou seja, indica o esgotamento que sobrevém posteriormente à utilização de toda a energia disponível. Desse modo, a SB mesma pode ser concebida como uma reação à tensão emocional crônica, pela ação de lidar excessivamente com pessoas no ambiente laboral. E pode apresentar alguns sintomas, os quais podem ser agrupados em quatro áreas: psicossomática, conduta, emocional, de defesa. Falta de energia e entusiasmo, desinteresse pelos alunos, percepção de frustração e desmotivação, alto absenteísmo, desejo de trocar de posto de trabalho constituem, no trabalhador docente, algumas das manifestações desta doença (SANTOS; CARDOSO, 2010; MOREIRA *et al.*, 2009).

A SB é caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional a síndrome da estafa constitui um quadro bem definido. A exaustão emocional representa o esgotamento dos recursos emocionais do indivíduo, decorrendo principalmente da sobrecarga e do conflito pessoal nas relações interpessoais. Já a despersonalização é caracterizada pela insensibilidade emocional do profissional, que passa a tratar clientes e colegas como objetos. Por fim, a redução da realização profissional que revela auto avaliação negativa associada à insatisfação e infelicidade com o trabalho (SOARES; CUNHA, 2007).

De acordo com Batista *et al.* (2010), a saúde do professor vem sendo fonte de preocupação de segmentos variados da sociedade. Identificada pela Organização Internacional do Trabalho (OIT) como uma profissão de alto risco, é considerada a segunda categoria profissional, em nível mundial, a portar doenças de caráter ocupacional.

Segundo Carlotto; Palazzo (2006), a *Burnout* em professores afeta o ambiente educacional e interfere na obtenção dos objetivos pedagógicos, o que por sua vez, leva esses profissionais a um processo de alienação, desumanização e apatia, ocasionando problemas de saúde, absenteísmo e intenção de abandonar a profissão. Ainda que esse assunto tenha sido foco de investigação em vários países, no Brasil, encontramos poucos estudos que abordam a síndrome de *burnout* em professores principalmente quanto a sua associação com fatores de estresse.

Com base em Carlotto; Câmara (2007) o diagnóstico, a avaliação e a importância da entrevista associada ao instrumento para identificação da síndrome, facilitam o entendimento das diversas facetas do fenômeno. No que diz respeito ao tratamento, são destacados os enfoques organizacional, grupal e individual, onde são apresentadas

técnicas que capacitam o profissional a intervir, auxiliando trabalhadores e organização no manejo dos estressores do contexto laboral.

Partindo dos pressupostos apresentados, essa discussão torna-se extremamente necessária e pertinente aos dias atuais, pois a síndrome atinge em sua maior parte profissionais que lidam diretamente com pessoas, como é o caso do docente, de modo que os mesmos são expostos diariamente a situações estressoras o que implica no comprometimento da sua saúde física e mental, influenciando diretamente na atividade laboral. O que por sua vez, despertou o interesse em desenvolver essa pesquisa com os professores da rede pública que, teoricamente, encontram-se mais expostos a essas situações estressantes.

Com isso, o estudo objetivou identificar a presença de síndrome de burnout em professores.

METODOLOGIA

Foi realizado ensaio teórico fundamentado em estudo bibliográfico com publicações datadas de 2002 à 2012. De acordo com Cervo; Bervian; Silva (2007), praticamente todo o conhecimento humano pode ser disponível em livros ou em outros impressos. Quanto à natureza dos dados, os mesmos foram secundários, coletados de relatórios, livros, revistas, jornais e outros impressos, magnéticos ou eletrônicos.

REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

A SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES

A Síndrome de *Burnout* (SB) é considerada pela World Health Organization (WHO) um risco para o trabalhador podendo conseqüentemente leva-lo a deterioração física ou mental. Atualmente é considerada uma importante questão de saúde pública, para além da sua óbvia relevância no contexto exclusivo das patologias laborais, devido às suas implicações para a saúde física, mental e social dos indivíduos. O *Burnout* é um dos agravos ocupacionais de caráter psicossocial mais importantes na sociedade (CARLOTTO *et al.*, CAMPOS *et al.*, 2012).

Sendo assim, Costa *et al.* (2013) ressaltam que a Síndrome é um elemento de extrema relevância dentro do contexto da prevenção de riscos laborais e da análise das condições de trabalho, visto que se encontra vinculada a grandes custos organizacionais e pessoais.

Franco *et al.* (2011) diz que a SB foi descrita pelo psiquiatra americano Herbert Freudenberg, na década de 70, quando publicou um artigo na área de psicologia. Ele passou a utilizar o termo mediante situações observadas em jovens voluntários e idealistas que trabalhavam com toxicômanos na cidade de New York. Em 1976, a psicóloga Christina Maslach usou o termo para narrar, na linguagem coloquial, o que advogados californianos descreviam sobre seus companheiros que perdiam gradualmente o interesse e a responsabilidade profissional.

Segundo Levy; Sobrinho; Souza (2009), a SB é considerada uma modalidade de *stress* ocupacional, que

atinge profissionais no desempenho de funções assistenciais. Para que seja possível investigá-la é necessário que se aplique o *Maslach Burnout Inventory* (MBI), independentemente da sua versão, como um constructo tridimensional, a fim de preservar as características da síndrome. Conceitualmente e para efeitos de avaliação, a SB apresenta três fatores distintos: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal.

O termo *Burnout* é uma composição de *burn*= queima e *out*= exterior, tendo o seu aparecimento por Freudenberguer em 1970 com o objetivo de designar uma síndrome de exaustão e de desilusão em trabalhadores voluntários da Saúde Mental, devido à desadequação nas recompensas esperadas, sugerindo assim que a pessoa com esse tipo de stress consome-se física e emocionalmente. Essa nomenclatura surgiu como metáfora, para explicar o sofrimento do homem em seu ambiente de trabalho, associado à perda de motivação e alto grau de insatisfação, decorrentes desta exaustão (CAMELO, 2010; SOBRINHO *et al.*, 2010).

Moreira *et al.* (2009) discorrem que apesar de a Síndrome de Burnout e o estresse serem frequentemente associados, há clara distinção entre eles. O estresse é um sentimento ou manifestação que pode desaparecer após um período de repouso ou descanso, já a SB apresenta-se como um estado crônico do estresse vivenciado no ambiente de trabalho não diminuindo com descanso ou períodos de afastamento temporário do ambiente laboral, por ser exatamente este seu ambiente de incubação.

Sendo assim, Jodas; Haddad (2009) acrescentam que a SB corresponde à resposta emocional às situações de estresse crônico em razão de relações intensas de trabalho com outras pessoas, ou de profissionais que apresentem grandes expectativas com relação a seu desenvolvimento profissional e dedicação à profissão e não alcançam o retorno esperado.

O termo de origem inglesa Burnout, como explica Carvalho; Magalhães (2011), designa algo que deixou de funcionar por exaustão de energia, com isso, observa-se que o termo descreve uma síndrome com características associadas aos fatores de exaustão e esgotamento, que representam uma resposta aos estressores laborais crônicos.

O desenvolvimento dessa síndrome ocorre em virtude do processo gradual de desgaste no humor e desmotivação acompanhado de sintomas físicos e psíquicos. O trabalhador perde o sentido da sua relação com o trabalho e faz com que as coisas já não tenham mais importância (BEZERRA, BERESIN, 2009).

Albuquerque; Melo; Araújo Neto (2012) salientam que a sensação de estar acabado, ou síndrome do esgotamento profissional é um tipo de resposta prolongada a estressores emocionais e interpessoais crônicos no trabalho. O trabalhador que antes era muito envolvido afetivamente com os seus clientes ou com o trabalho em si, desgasta-se e desiste, perde a energia ou se “queima” completamente. O trabalhador perde o sentido de sua relação com o trabalho, demonstrando desinteresse e apatia.

Bezerra, Beresin (2009) explicam que a Síndrome manifesta-se a partir de sintomas específicos e pode ser concebida por três fatores primordiais: exaustão

emocional (EE), despersonalização (DE) e sentimentos de reduzida realização profissional (RRP).

Com base em Levy; Sobrinho; Souza (2009), na EE os trabalhadores têm a sensação de esgotamento e de não poder dar mais de si em termos afetivos. Sentem a energia e os recursos emocionais que dispõem se exaurirem, resultado do intenso contato diário com os problemas de outras pessoas. Na DE o trabalhador desenvolve atitudes e sentimentos negativos e de cinismo em relação a clientes e usuários. Há ausência de sensibilidade, manifestada como endurecimento afetivo, “coisificação” das relações interpessoais. E na RRP, há a redução significativa dos sentimentos de competência, relativamente à valorização pessoal que possa ser obtida por meio do trabalho cujo objeto são as pessoas.

Tecedeiro (2010) explica que alguns fatores de risco podem ser apresentados na síndrome, encontrando-se relações pouco significativas ou por vezes contraditórias. A motivação com que o sujeito inicia a tarefa ou atividade profissional apresenta-se como a mais relevante. A idade tem relações contraditórias com o *burnout*, porém alguns autores encontram um aumento da síndrome com a idade. Com relação ao gênero, as mulheres apresentam níveis mais elevados. Contudo, quando se controla a influência de outras variáveis tais como a experiência profissional ou o estatuto laboral, as diferenças devido ao sexo ou à idade tendem a desaparecer.

O tratamento da síndrome envolve psicoterapia, tratamento farmacológico e intervenções psicossociais. Entretanto, o que irá determinar o tratamento é a especificidade, gravidade de cada caso e a intensidade da prescrição dos recursos terapêuticos. (BRITO, CRUZ, FIGUEIREDO, 2008).

Fasquillo (2005) acresce que a intervenção terapêutica, será, naturalmente, individualizada, ou *à la carte*, com a máxima garantia de sigilo, em ambulatório ou em internamento em serviços localizados fora da rede geral de saúde, através de estratégias psicofarmacológicas e psicoterapêuticas individuais ou de grupo. Minimizando problemas de incapacidade para as tarefas clínicas, lugares para reflexão sobre estas e outras questões que colocam dilemas éticos que exigem o desenvolvimento do discernimento e da responsabilidade pessoal, e que desencadeiam impactos familiares e sociais tais que têm também de ser objeto da intervenção.

O quadro educacional brasileiro apresenta um cenário bastante problemático no que se refere às questões relacionadas à saúde dos professores e às condições de trabalho. No trabalho docente, atualmente, estão presentes aspectos potencialmente estressores, como baixos salários, escassos recursos materiais e didáticos, classes superlotadas, tensão na relação com alunos, excesso de carga horária, inexpressiva participação nas políticas e no planejamento institucional. O estresse neste tipo de profissão ocorre porque os professores ficam muito tempo de seu dia fisicamente isolados de seus colegas de trabalho, não podendo expressar e dividir suas ideias com eles. Muitos professores não visualizam perspectivas em seu trabalho, não examinam seu sucesso profissional, sua competência e a satisfação que obtêm com ele, não criando um estilo de vida saudável (MAZON; CARLOTTO; CÂMARA, 2008).

Carlotto *et al.* (2012) dizem que embora o stress e o *Burnout* no ensino ocorram há muito tempo entre os professores, o seu reconhecimento como uma importante questão de saúde pública tem sido mais explícito nos últimos anos. Verifica-se que os profissionais da educação vêm recebendo uma crescente atenção por parte de vários investigadores, uma vez que, a severidade de *Burnout* nestes profissionais de ensino é identificada como de alto risco.

Levy; Sobrinho; Souza (2009), comentam em seu artigo que os estudiosos do assunto alertam que as condições atuais do magistério concentram, comprovadamente, fatores que contribuem para o *stress* crônico, podendo evoluir para a SB entre os professores, o que resulta por sua vez no absentismo e no afastamento desses profissionais de seus postos de trabalho.

Na pesquisa realizada por Batista *et al.* (2010), a associação entre a Exaustão Emocional, carga horária e quantidade de alunos atendidos. A intenção de abandonar a profissão pode ser considerada uma tentativa de lidar com a Exaustão Emocional. O professor pode pensar em abandonar sua profissão, mas fica em conflito, devido à escassa probabilidade de encontrar outro trabalho adequado às suas expectativas. Quanto ao afastamento por problemas de saúde pode estar relacionado ao alto nível de pressão no trabalho. O absentismo, enquanto sintoma defensivo, torna-se uma possibilidade de alívio para tentar diminuir o estresse laboral, sendo que as faltas servem para que o indivíduo possa levar adiante a situação desconfortável que se tornou sua atividade laboral.

Moreira *et al.* (2009) explicam que a partir das investigações sobre o trabalho docente, a Síndrome de *Burnout* tem sido avaliada a partir de três dimensões: exaustão emocional, quando o sujeito percebe que não pode mais se doar aos seus alunos; despersonalização quando ele desenvolve atitudes negativas e insensíveis em relação a estudantes, pais e companheiros; sentimento de baixa realização profissional, quando percebe sua ineficiência em ajudar os alunos no processo de aprendizagem e no cumprimento de outras responsabilidades inerentes à atuação docente.

Ainda segundo os autores se for considerado que a docência é uma atividade profissional que aumenta a suscetibilidade para aquisição de doenças relacionadas às condições do ambiente de trabalho, torna-se importante investigar a relação existente entre a qualidade de vida do trabalhador docente e a pré-disposição para a SB. Para tal, há necessidade de contextualizarem-se hábitos e comportamentos que contemplem o estilo de vida do professor, para que se possa lhes oferecer melhores condições de trabalho, saúde e, conseqüentemente, boa qualidade de vida.

Para Carlotto *et al.* (2012) a profissão docente apresenta-se, no atual contexto de trabalho, exposta a uma grande quantidade de estressores psicossociais que, se persistentes, podem conduzir ao *Burnout*. Além de ministrar as aulas, o docente deve fazer, concomitantemente, os trabalhos administrativos, planejar as suas atividades letivas, reciclar-se, orientar os alunos e o atendimento aos pais. Deve ainda organizar atividades extraescolares, participar em reuniões de coordenação, seminários, conselhos de classe, preenchimento de relatórios individuais relativos às dificuldades de

aprendizagem de alunos e, muitas vezes, cuidar também do patrimônio, material, recreios e locais de refeições. Também, com a docência do ensino fundamental e médio primordialmente feminina, acrescentam-se os estressores psicossociais experimentados pelas docentes do sexo feminino à dupla jornada de trabalho.

Almeida et al (2011) acrescentam sobre *Burnout* em professores, que as mulheres tem apresentado níveis mais altos do fator exaustão emocional, já os homens apresentam níveis mais altos do fator despersonalização. Esse alto nível de exaustão emocional nas mulheres se deve ao fato de terem de desempenhar uma dupla jornada de trabalho, a profissional e a do lar. Outro dado interessante foi que a maioria dos professores que apresentaram todos os sintomas possuía entre trinta e um e quarenta anos de idade e lecionava de nove a dezesseis anos. Concluiu-se que os professores mais jovens e com menor tempo de magistratura tendem a desenvolver a Síndrome devido, principalmente, ao acúmulo de afazeres e também pela pressão que sofrem no seu ambiente de trabalho.

Carlotto (2002) diz que os docentes de um modo geral e professores jovens apresentam maior tendência em abandonar seu trabalho e sua profissão como consequência de *Burnout*. A intenção de abandonar a organização e a “saída psicológica” ou despersonalização são tentativas de lidar com a exaustão emocional. Embora muitas pessoas possam deixar o trabalho em consequência da síndrome, outras podem ficar. Entretanto, a produtividade fica muito abaixo do real potencial, ocasionando problemas na qualidade do trabalho. Geralmente, altos níveis de *Burnout* fazem com que os profissionais fiquem contando as horas para o dia de trabalho terminar, pensem frequentemente nas próximas férias e se utilizem de inúmeros atestados médicos para aliviar o estresse e a tensão do trabalho.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante o estudo foi possível compreender como a SB pode afetar os professores, desde a sua condição psicológica até o seu real potencial à frente das suas atividades laborais.

Os professores de um modo geral são bastante acometidos pela síndrome, justamente por lidarem com um público que requer uma série de cuidados, pois estão em um processo de formação; além de estarem submetidos à uma jornada de trabalho extremamente cansativa, por causa dos baixos salários; e também em detrimento da pouca valorização dada a esses profissionais tão importantes para toda e qualquer sociedade.

Por isso, o estudo teve como finalidade realizar um apanhado bibliográfico buscando identificar se a SB acomete o professor da rede pública de ensino, pois, esse docente em especial está exposto a todas essas situações estressoras, além de muitas vezes lidar com salas de aula sem estrutura e escolas que não lhes dão o apoio devido.

A partir dessa discussão, conclui-se que os professores devem ter uma assistência maior por parte do Estado visando condições mais dignas de trabalho, para que o mesmo possa exercer a docência com o valor e esmero que ela merece. Como também, ser disponibilizado ao docente acompanhamento psicológico,

para que ele sint-se à vontade para expor as suas angústias, medos, receios e qualquer sentimento que lhes impeça de executar de forma plena a sua atividade laboral, para que assim não fique exposto ao risco de desenvolver a síndrome, tão comum a tais profissionais.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALBUQUERQUE, Francisco José Batista de; MELO, Cynthia de Freitas; ARAÚJO NETO, João Lins de. Avaliação da Síndrome de Burnout em Profissionais da Estratégia Saúde da Família da Capital Paraibana. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 25, n. 3, p. 542-549, 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/prc/v25n3/v25n3a14.pdf>>.
- ALMEIDA, Camila Viana; et al. Síndrome de Burnout em professores: um estudo comparativo na região do Grande ABC paulista. **Rev. Elet. Gestão e Serviços**, v.2, n.1, jan./jul., 2011. Disponível em: <<https://www.metodista.br/revistas/revistas-metodista/index.php/REGS/article/view/2393/2431>>.
- BATISTA, Jaqueline Brito Vidal; et al. Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. **Rev. bras. epidemiol.**, São Paulo, v. 13, n. 3, set, 2010. Disponível em: <http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2010000300013&lng=pt>
- BEZERRA, Rosemeire Pereira; BERESIN, Ruth. A síndrome de burnout em enfermeiros da equipe de resgate pré-hospitalar. **Einstein**, v. 7, n. 3, p. 351-6, 2009. Disponível em: <<http://apps.einstein.br/revista/arquivos/PDF/1186-Einstein%20v7n3p351-6.pdf>>.
- BRITO, Caroline Novais; CRUZ, Cristiane da; FIGUEIREDO, Joelma Ferreira de. **Fatores preponderantes na ocorrência e manifestação da síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem**. 2008. 62p. Monografia [Graduação]. Faculdade de Ciências da Saúde de Campos Gerais Curso de Enfermagem. Campos Gerais, 2008. Disponível em: <<http://www.facica.edu.br/tcc/2008-2/caroline-cristianedacruzjoelma.pdf>>.
- CAMPOS, Juliana Alvares Duarte Bonini; et al. Síndrome de Burnout em graduandos de Odontologia. **Rev. bras. epidemiol.**, São Paulo, v. 15, n. 1, mar., 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1415-790X2012000100014&script=sci_arttext>.
- CARAMELO, Rui Filipe Rosas. **Síndrome de Burnout e a sua relação com o trabalho dos Médicos**. 2009/2010. Mestrado Integrado em Medicina [Dissertação]. Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar. Universidade do Porto. Porto, 2010. Disponível em: <<http://repositorio>
- aberto.up.pt/bitstream/10216/53383/2/Sndrome%20de%20Burnout%20e%20a%20sua%20relao%20com%20o%20trabalho%20dos%20Mdicosx.pdf.>
- CARLOTTO, Mary Sandra. A síndrome de burnout e o trabalho docente. **Psicol em Est**, Maringá, v. 7, n. 1, p. 21-29, jan-jun, 2002. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pe/v7n1/v7n1a03.pdf>>.
- CARLOTTO, Mary Sandra; PALAZZO, Lílian dos Santos. Síndrome de burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 5, p. 1017-1026, mai, 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csp/v22n5/14.pdf>>.
- CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Síndrome de Burnout: uma doença do trabalho na sociedade de bem-estar. **Aletheia**, Canoas, n.25, jun, 2007. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1413-03942007000100016&script=sci_arttext>.
- CARLOTTO, Mary Sandra; et al. Prevalência e factores associados à Síndrome de Burnout nos professores de ensino especial. **Anal Psicológica**, Lisboa v. 30, n. 3, jul, 2012. Disponível em: <http://www.scielo.oces.mctes.pt/scielo.php?pid=S0870-82312012000200005&script=sci_arttext&lng=pt>.
- CARVALHO, Clecilene Gomes; MAGALHÃES, Sérgio Ricardo. Síndrome de burnout e suas consequências nos profissionais de enfermagem. **Rev da Univer Vale do Rio Verde**, Três Corações, v. 9, n. 1, p. 200-210, jan./jul., 2011. Disponível em: <<http://www.revistas.unincor.br/index.php/revistaunincor/article/view/86/pdf>>.
- COSTA, Ludmila da Silva Tavares; et al. Prevalência da Síndrome de Burnout em uma Amostra de Professores Universitários Brasileiros. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 26, n. 4, p. 636-642, 2013. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/prc/v26n4/03.pdf>>.
- FRASQUILHO, Maria Antónia. Medicina, uma jornada de 24 horas? Stress e burnout em médicos: prevenção e tratamento. **Rev Port de Saúde Púb**, v. 23, n. 2, jul/dez, 2005. Disponível em: <<http://www.cdi.ensp.unl.pt/docbweb/MULTIMEDIA/RPSP2005-2/2-07-2005.PDF>>.
- FRANCO, Gianfábio Pimentel; et al. Burnout em residentes de enfermagem. **Rev. esc. enferm**. São Paulo, 45, n. 1, mar., 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0080-62342011000100002&script=sci_arttext>.
- LENY, Gisele Cristine Tenório de Machado; SOBRINHO, Francisco de Paula Nunes Sobrinho; SOUZA, Carlos Alberto Absalão de. Síndrome de Burnout em professores da rede pública. **Produção**,

v. 19, n. 3, p. 458-465, 2009. Disponível em:
<<http://www.prod.org.br/files/v19n3/v19n3a04.pdf>>

MAZON, Vania; CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila. Síndrome de Burnout e estratégias de enfrentamento em professores. **Arq. bras. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 60, n. 1, abr., 2008. Disponível em:
<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1809-52672008000100006&script=sci_arttext>.

MOREIRA, Hudson de Resende; et al. Qualidade de vida no trabalho e síndrome de burnout em professores de educação física do estado do Rio Grande do Sul, Brasil. **Rev Bras de Ativid Fís & Saúde**, v. 14, n. 2, 2009. Disponível em:
<<http://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/RBAF/S/article/viewFile/763/772>>.

SANTOS, Ana Flávia de Oliveira; CARDOSO, Carmen Lúcia. Profissionais de saúde mental: manifestação de stress e burnout. **Est de Psi**, Campinas, v. 27, n. 1, p. 67-74 jan-mar, 2010. Disponível em:<
http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-166X2010000100008&script=sci_abstract&tlng=pt>

TECEDEIRO, Miguel. Estudo exploratório sobre burnout numa amostra portuguesa: O narcisismo como variável preditora da síndrome de burnout. **Aná. Psicológica**, Lisboa, v. 28, n. 2, abr., 2010. Disponível em:
<http://www.scielo.oces.mctes.pt/scielo.php?pid=S0870-82312010000200006&script=sci_arttext>.