

**Prevalência da síndrome de burnout em professores de uma universidade do Estado de Minas Gerais****Prevalence of burnout syndrome in teachers at a university of the State of Minas Gerais**

DOI:10.34119/bjhrv3n4-275

Recebimento dos originais: 15/07/2019

Aceitação para publicação: 19/08/2020

**Francine Silva Palage**

Enfermeira pela Universidade do Estado de Minas Gerais – UEMG Unidade Passos  
Enfermeira no Hospital Vivalle Rede D'or - atuando em uma UTI de baixa complexidade –  
São José dos Campos – SP. Endereço: Avenida Jorge Zaur, 471, Apto 401 Bloco B, cep:  
12243-081 São José dos Campos – São Paulo – Brasil.  
E-mail: palagefrancine@gmail.com

**Policardo Gonçalves da Silva**

Enfermeiro, Mestre em Ciências pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade  
de São Paulo EERP/ USP.  
Professor na Universidade do Estado de Minas Gerais – UEMG Unidade Passos. Endereço:  
Avenida Juca Stokler, 1130, CEP: 3790-106 Passos, Minas Gerais, Brasil.  
E-mail: policardo.silva@uemg.br

**Tania Maria Delfraro Carmo**

Enfermeira, Doutora em Ciências pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto,  
Universidade de São Paulo EERP/ USP.  
Professora na Universidade do Estado de Minas Gerais – UEMG Unidade Passos. Endereço:  
Avenida Juca Stokler, 1130, CEP: 3790-106 Passos, Minas Gerais, Brasil.  
E-mail: tania.carmo@uemg.br

**Raquel Dully Andrade**

Enfermeira, Doutora em Ciências pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto,  
Universidade de São Paulo EERP / USP.  
Professora na Universidade do Estado de Minas Gerais – UEMG Unidade Passos. Avenida  
Juca Stokler, 1130, CEP: 3790-106 Passos, Minas Gerais, Brasil.  
E-mail: raquel.andrade@uemg.br

**Amanda Aparecida Borges**

Enfermeira, Mestre em Ciências pelo Departamento de Enfermagem da Universidade Federal  
de São Carlos / UFSCar.  
Professora na Universidade do Estado de Minas Gerais – UEMG Avenida Juca Stokler, 1130,  
CEP: 3790-106 Passos, Minas Gerais, Brasil.  
E-mail: amanda.borges@uemg.br

**Luana Matos Silva Araújo**

Enfermeira, Doutoranda em Ciências pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto,  
Universidade de São Paulo EERP/ USP.

Professora na Universidade do Estado de Minas Gerais – UEMG Unidade Passos. Avenida  
Juca Stokler, 1130, CEP: 3790-106 Passos, Minas Gerais, Brasil.

E-mail: luana.araujo@uemg.br

## **RESUMO**

As condições sociais de trabalho e o estresse psicológico vivenciado decorrido dele atuam como fator de risco ocupacional, sendo capaz de afetar na prática toda a população economicamente ativa. Diante disso, o objetivo desta pesquisa foi identificar a prevalência da síndrome de burnout em docentes do ensino superior de uma universidade do interior de Minas Gerais. Realizou-se uma pesquisa descritiva de abordagem quantitativa, com 29 docentes da área de exatas, 32 da área de humanas e 52 da área de biológicas. Os dados foram coletados a partir de um questionário sócio demográfico para a construção do perfil profissional e comportamental dos participantes. Já para avaliação da síndrome foi utilizada a escala Maslach Burnout Inventory (versão em português), tabulados em planilha eletrônica. Diante disso, verificou-se que 38% da área de exatas, 37,5 % da área de humanas e 25% da área de biológicas são acometidos pela síndrome de burnout devido à presença do Score alto na dimensão de Exaustão Emocional, Despersonalização e Score baixo em Realização Pessoal, o que impõe a constatação de que a área de exatas é a mais afetada pela síndrome, seguida pela área de humanas e por fim, a área de biológicas. É sugestivo que fatores como sexo, idade, estado civil, grau acadêmico, quantidade de vínculos empregatícios, jornada de trabalho semanal, turno de trabalho, renda mensal, tempo de trabalho, filiação, religião, prática de atividade física, horas dormida por noite, alimentação equilibrada podem exercer influências como potencializadores, ou fatores de proteção da síndrome.

**Palavras-chave:** Síndrome de Burnout, Estresse, Trabalho.

## **ABSTRACT**

Social working conditions and the psychological stress experienced as a result of it act as an occupational risk factor, being able to affect in practice the entire economically active population. Therefore, the objective of this research was to identify the prevalence of burnout syndrome in higher education teachers at a university in the interior of Minas Gerais. A descriptive research with a quantitative approach was carried out, with 29 professors from the exact area, 32 from the humanities area and 52 from the biological area. Data were collected from a socio-demographic questionnaire to build the professional and behavioral profile of the participants. The Maslach Burnout Inventory scale (Portuguese version) was used to assess the syndrome, tabulated in an electronic spreadsheet. Therefore, it was found that 38% of the exact area, 37.5% of the human area and 25% of the biological area are affected by the burnout syndrome due to the presence of the High Score in the dimension of Emotional Exhaustion, Depersonalization and Score low in Personal Achievement, which imposes the observation that the exact area is the most affected by the syndrome, followed by the human area and finally, the biological area. It is suggestive that factors such as sex, age, marital status, academic degree, number of employment contracts, weekly working hours, work shift, monthly income, working time, affiliation, religion, physical activity, hours of sleep per night, balanced diet can have influences as potentiators, or protective factors of the syndrome.

**Keywords:** Burnout Syndrome, Stress, Work.

**INTRODUÇÃO**

Há muito tempo atrás, já havia sido observado que o homem posteriormente a ação do trabalho, medo, exposição ao calor ou frio, fome, sede, perda de sangue ou doença sofria uma série de modificações biológicas e psicológicas, que atualmente é definido como estresse (SILVA; GOULART; GUIDO, 2018).

Na contemporaneidade não é diferente, apesar do desenvolvimento tecnológico, sociocultural e processos da globalização gerar benefícios, causa também grandes mudanças no comportamento biopsicossocial do ser humano, afetando diretamente na qualidade de vida da população (MENEZES et al, 2017).

Uma perspectiva a ser apontada na atualidade é a relevância dos aspectos psicossociais causados na sua maioria pelo estresse que circunda a sociedade moderna. Cada vez mais está sendo possível afirmar que as condições sociais de trabalho e o estresse psicológico vivenciado decorrido dele atuam como fatores de risco ocupacional que afetam na prática toda a população economicamente ativa (SILVA et al, 2018).

Fatores como a incidência e prevalência, custos elevados, e a urgência da elaboração de prevenções e propostas de mediação evidenciam sisudamente a primordialidade de pesquisas voltadas para esta questão. Apesar de já existirem alguns estudos desse fenômeno em diversas populações profissionais, evidências empíricas apontam que os professores e cuidadores de saúde são os grupos que possuem maiores riscos de serem afetados e, por isso, têm se tornado o foco de inúmeros projetos de pesquisas e estudos (BAPTISTA et al, 2019). Em vista disso, chegou-se ao seguinte problema de pesquisa: A síndrome de burnout possui alguma relação com a docência no ensino superior? E ainda, é possível que exista relação com alguma área específica exercida pelos docentes?

Como objetivo geral visa se identificar a prevalência de Síndrome de Burnout em docentes de ensino superior em uma universidade do interior de Minas Gerais. Nesse cenário, elegeu - se como objetivos específicos identificar quais cursos apresentam maior prevalência da Síndrome de Burnout - SB; conhecer os principais fatores estressores e potencializadores para a SB nos participantes e contribuir para o anseio de autoconhecimento dos docentes. Nesse sentido, será realizada uma pesquisa de caráter descritiva, de campo, e de abordagem quantitativa, que se fundamenta na aplicação do processo de análise e também de interpretação dos dados por meio de questões advindas de questionário previamente validado com questões direcionadas à identificação de possíveis sintomas da SB em professores de uma universidade do interior de Minas Gerais. No mais, justifica-se a escolha do tema, bem como a importância

dessa pesquisa, por julgar precípua estudar e explorar a saúde mental de profissionais de tamanha relevância na sociedade, considerando que no contexto da atualidade, ainda sim é comum que transtornos mentais sejam despercebidos ou considerados irrelevantes.

Sendo assim, este trabalho se faz fundamental na área acadêmica, dado que seu escopo e resultados dão suporte para conhecer o processo da SB gerado em docentes, podendo viabilizar a possibilidade de estudos e melhorias futuras nas medidas de prevenção, diagnóstico e tratamento. Ademais, é imprescindível a valorização e cuidado com as pessoas que auxiliam na formação dos cidadãos que integram a sociedade.

## **OBJETIVO**

Identificar a prevalência de SB em docentes de ensino superior em uma universidade do interior de Minas Gerais.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Identificar a área que apresenta maiores prevalências da SB;
- Conhecer os principais fatores estressores e potencializadores para SB nos participantes;
- Contribuir para o anseio de autoconhecimento dos docentes.

## **REFERENCIAL TEÓRICO**

### **TRABALHO**

Uma das características que diferencia o ser animal do ser humano é o trabalho, pois os animais vivem com o fator limitante da natureza, sem utilizar nenhum material para transformação, e quando assim o fazem, faz devido e exclusivamente para sua necessidade, como a construção de ninhos para moradia, por exemplo. Em contrapartida, o homem se torna ser humano quando abandona o ser biológico (natural) que trabalha com o objetivo de produzir o necessário para sua existência, para se tornar um ser social (natureza transformada), exercendo o trabalho para sua necessidade, desejos, prazeres e para que toda a sociedade possa usufruir de forma direta ou indireta, construindo um objeto ou se vendendo como objeto através de sua força de trabalho (ANTUNES, 2016).

A ação do trabalho sofreu variadas mudanças durante o passar das décadas. Inicialmente, o mesmo era limitado apenas à sobrevivência, onde o homem era encarregado pela caça e as mulheres pela colheita de plantas e serviços mais brandos, criando se assim, uma separação biológica do processo, onde eram utilizados apenas os recursos naturais existentes.

Sequencialmente veio à idade média em que o feudalismo preponderou, sendo a população subdividida em nobres (proprietários) e camponeses (que trabalhavam na terra). Em seguida, a Reforma Protestante se manifestou e o trabalho passou a ser visto como uma virtude que garantia a salvação do homem, nesta época, era comum os artesanatos. Ao fim do século XVIII, houve a revolução industrial, quando a força manual foi substituída pela força das máquinas, fato precursor do capitalismo, sistema em que se vive atualmente (ROHM; LOPES, 2015).

O trabalho é fundamental na construção da identidade do indivíduo, já que é através dele que as pessoas conquistam o sentido de realização, expressando suas competências e, conseqüentemente, gerando integração na sociedade. O ambiente de trabalho para muitos é o maior fator contribuinte para o desenvolvimento do estresse, uma vez que para acompanhar os avanços tecnológicos, o ambiente vem sofrendo várias mudanças que acarretam o aumento da potencialidade autocrítica do indivíduo, do ritmo, de suas responsabilidades e a complexidade de tarefas, forçando os trabalhadores a adaptarem a essas mudanças (PRADO et al, 2017).

Na tentativa de adequação ao sistema, são desempenhadas estratégias de defesa que são intervenções para um possível sofrimento, como dissimulação, hiperatividade, cinismo, desprezo, desesperança, violência aos subordinados, negação dos riscos inerentes ao trabalho e comunicação ineficaz (MENEZES et al, 2017).

O trabalhador que mantém uma relação frequente e direta com outras pessoas por um período excessivo de esforço, com intervalos pequenos para a recuperação, como acontece com profissionais da saúde, professores, policiais e bombeiros, estão mais inclinados à vulnerabilidade da exaustão (PRADO et al, 2017).

## **DOCÊNCIA**

O termo professor é definido como “aquele que ensina uma arte, uma atividade, uma ciência, uma língua, etc.; aquele que transmite conhecimentos ou ensinamentos a outrem”. Enquanto que, docência se caracteriza pelo “ato de ensinar; qualidade de docente”. (PROFESSOR e DOCÊNCIA, 2019).

A docência é o elo que transforma o conhecimento em saber fazer. Essa transformação é mediada pelo docente (professor) e discente (aluno). Para exercer a docência é necessário um grande empenho, considerando que novos conhecimentos e aperfeiçoamentos surgem o tempo todo, exigindo aprimoramentos e reciclagens (MENDES; BACON, 2015).

A condição de docente é sempre mutável, pois as instituições escolarizadas encaminham-se conforme a sociedade flui, quer dizer, seu papel social e cultural se molda de

acordo com os valores e contextos presentes atualmente na sociedade. Isto posto, fica claro que a atribuição da educação se modifica conforme a sociedade se transforma, assim como, a educação também é capaz de transformar a sociedade, sendo a comunicação simultânea a base de todo o processo (CUNHA, 2018).

A docência é extremamente importante e necessária para a formação de indivíduos educados, reflexivos e capazes de formar pensamentos críticos. Para que haja uma construção do saber e valores humanos positivos na educação de forma satisfatória, o professor deve estar bem no âmbito físico e psicológico, porém, ao se deparar com situações estressantes, pode haver desgaste ao longo do tempo e, com isso, perde-se o entusiasmo com o trabalho já que o mesmo pode estar promovendo constantes exposições a situações estressoras, podendo levá-lo a esgotamentos e insatisfações (SOUZA et al, 2016).

As alternâncias frequentes no contexto social afetam o professor em diversos casos, gerando situações incômodas. O histórico econômico e político tem sido nocivo aos professores, sentenciando-os a não explorarem seu nível máximo de desempenho, já que suas atribuições crescem de forma absurda, causando um ciclo de sobrecarga de trabalho, insatisfação dos professores, frustração dos alunos, incapacidade de produzir conhecimento e a desconfiança social (SAMPAIO; STOBAUS, BAEZ; 2017).

Vêm sendo implantadas no sistema educacional brasileiro algumas transições com o objetivo de ampliar o acesso à educação infantil, ensino fundamental, ensino médio e ensino superior, considerando as populações em situação de vulnerabilidade social. Para alcançar esse propósito e atingir metas educacionais definidas pela Emenda Constitucional nº 14 de 1996, foi potencializado algumas ações, como construção de novas escolas, ampliação da quantidade de alunos por sala, admissão da diversidade e estímulo do turno noturno. Essas ações demandam dos professores mais autonomia, criatividade e flexibilidade para atender à essa demanda, mas, contudo, não foram ofertadas melhorias como recursos econômicos e condições de trabalho adequadas para se criar um ambiente propício aos desenvolvimentos impostos (SOUZA et al, 2016).

Dessa forma, conclui-se que a carga de trabalho foi aumentada e o tempo para aprimoramento diminuído, o que conseqüentemente gera danos em seus desempenhos e em sua satisfação profissional e pessoal. Diante do exposto, é nítido que no ambiente da docência é comum diversos estressores que, se mantiverem presentes por longos períodos, podem trazer danos à saúde. E dessa maneira, o trabalho concomitantemente com à doença, se torna causador

de estresse físico e psicológico, sendo este caracterizado como estresse ocupacional (MENEZES et al, 2017).

## **ESTRESSE**

Conforme a Organização Mundial da Saúde (OMS), o estresse é considerado uma epidemia global, que quando em excesso causa malefícios no bem-estar biopsicossocial do indivíduo, o que pode gerar insônia, fadiga, irritabilidade, ansiedade, depressão, síndrome de burnout, entre outros (PRADO et al, 2017).

O estresse é conceituado como qualquer acontecimento provindo do ambiente externo ou interno que ultrapassa os elementos de adaptação ou resistência. É um encadeamento que envolve modificações orgânicas e psíquicas relacionadas, principalmente ao sistema cognitivo na interpretação de estímulos (ANDOLHE et al, 2015).

É possível identificar três maneiras de o estresse ser entendido: 1) condição intrínseca do organismo, 2) fenômeno extrínseco; 3) vivência que surge de um processo entre a pessoa e o ambiente. As fontes extrínsecas ao estresse se manifestam na condição física, condição ambiental desfavorável ou sociocultural (DIAS et al, 2018).

Todos os vertebrados que possuem características similares, ao se depararem com uma situação estressora, provocarão a ativação dos sistemas de resposta, que também pode ser considerado como estratégias de enfrentamento (coping). Os sistemas de resposta são compostos pelo sistema nervoso autônomo, sistema endócrino e imunológico. No entanto, essas respostas fisiológicas e comportamentais causadas pelos sistemas são individuais, sendo ou não da mesma espécie, ou ainda, no mesmo indivíduo em situações múltiplas (SOUSA; SILVA; COELHO, 2015).

As estratégias de enfrentamento (coping) apresentam variados conceitos, análises e considerações, podendo ser reunidos em três grandes abordagens: (a) coping como estilos hierárquicos e centrados em mecanismos de defesa e estilos de personalidade, abordagem psicodinâmica; (b) processo de interação indivíduo-ambiente ou perspectiva cognitiva do coping; e (c) ação regulatória, em uma perspectiva desenvolvimentista (RAMOS; ENUMO; PAULO, 2015).

## **FISIOLOGIA DO ESTRESSE**

O processo do estresse se inicia quando ocorre um estímulo e este é entendido como algo ameaçador ao seu próprio equilíbrio. Assim que a pessoa entende que ela possui os meios

necessários para enfrentar o agente causador do estresse, este é reduzido e algumas das vezes nem mesmo percebido. Mas, se a pessoa pressupuser que ela não possui esses meios, ela estará sob o efeito do estresse. Portanto, constata que o estresse é peculiar a cada indivíduo dependente de fatores genéticos, cognitivos e experiências vividas (ROCHA et al, 2018).

Quando acontece o estímulo de um agente estressor, o organismo aciona o eixo hipotalâmico-hipofisário-adrenal, possibilitando a liberação do hormônio liberador de corticotrofina - CRH, que agirá sobre a adenoipófise, que irá estimular a produção e a secreção do hormônio adrenocorticotrófico - ACTH, provocando a secreção de glicocorticóides pela suprarrenal, o cortisol. Simultaneamente, será estimulado o sistema nervoso simpático, que irá provocar as catecolaminas - adrenalina e noradrenalina - nos terminais nervosos simpáticos e na medula adrenal (CHAVES et al, 2016).

Através da resposta nervosa de curta duração e de duração maior (resposta endócrina) o corpo se prepara para lutar ou fugir (BEAR; CONNORS; PARADISO, 2017).

A saúde começa a ser prejudicada quando o estresse se torna crônico, pois o mesmo está relacionado a diversas condições clínicas crônicas e degenerativas como a resistência insulínica, aterosclerose, deposição de gordura vegetal, osteoporose, alterações imunológicas e transtornos psiquiátricos (ROCHA et al, 2018).

Com o desenrolar dos experimentos e testes observou-se que as respostas eram constatadas de forma igual, independente de qual agente tenha-lhe causado. As pesquisas foram evoluindo e ao se relacionar com os achados do conceito do estresse, foi denominado a Síndrome de Adaptação Geral - SAG ou Estresse biológico. A SAG ou Estresse biológico se fragmenta em três fases, sendo elas, reação de alarme, de resistência e de exaustão. A reação de alarme acontece rapidamente após o confronto com o estressor. Se o confronto perdurar, acontece a Fase de Resistência onde o corpo empenha-se para a sobrevivência e adaptação. Se ainda sim o estressor continuar presente e, se o corpo não obtiver sucesso no equilíbrio (homeostase), inicia-se a fase de exaustão, que se caracteriza por não aderir à adaptação e ser a fase onde podem surgir patologias, como hipertensão arterial, diabetes, osteoporose, úlcera gástrica, artrite reumatóide, transtornos mentais como SB e até mesmo a morte (SILVA; GOULART; GUIDO, 2018).

## **SÍNDROME DE BURNOUT**

Nos dias atuais, várias doenças psicossociais afetam a vida do trabalhador. Entre elas está a SB, que provoca uma má qualidade de vida de muitos trabalhadores pelo fato de afetar

tanto a saúde física quanto a mental. De acordo com a nova lista de Doenças Profissionais e Relacionadas ao Trabalho, Burnout está na décima segunda categoria (sendo doze categorias diagnosticadas). As categorias apresentadas são identificadas no quadro de Transtornos Mentais (RIBEIRO; BARBOSA; SOARES, 2015).

A palavra Burnout é composta por duas expressões, tais como *burn* que significa queima e *out* que está relacionado à parte externa ou fora, mostrando assim que alguma coisa não funciona devido ao esgotamento das reservas de energia, fadiga, psíquico e emocional, no qual não há uma relação íntima entre a pessoa e seu local de trabalho. (PRADO et al, 2017).

De acordo com Menezes et al (2017), a SB se revela em classes:

- Física: o trabalhador possui cansaço frequente, insônia e falta de apetite;
- Psíquica: desatenção, mudanças de memória, ansiedade e frustração;
- Comportamental: o trabalhador é desleixado, há aborrecimento eventual ou momentâneo, desambição, aumento do estresse com os colegas;
- Defensiva: retraimento da sociedade, sensação de incapacidade e de trabalho mal feito além dos sintomas relacionados à síndrome.

Conforme Silva et al (2015) a conceituação mais coerente relacionada ao Burnout ocorreu nos anos de 1970, com os estudos do psiquiatra Freudenberg, que analisou o caso clinicamente junto com a psicóloga Maslach onde foi observado e estudado o assunto de modo psicossocial. Nos Estados Unidos, caracterizaram a síndrome como uma patologia derivada de estresses crônicos no local de trabalho que são constituídos pela:

- (a) Exaustão Emocional (EE): É a falta de energia tanto na vida profissional como particular;
- (b) Despersonalização (DP): Torna as atitudes profissionais mais frias com os próprios colegas de trabalho;
- (c) Realização Profissional (RP): Atinge diretamente a eficácia e produção das atividades no trabalho.

A síndrome é uma patologia antiga, mas talvez seja novo o sentimento da complexidade do reconhecimento e exposição dos sinais e sintomas gerados por esta enfermidade. Em função disso, busca-se compreender mais deste fenômeno psicossocial como processo, diferenciando suas etapas e dimensões, suas principais causas e seus modelos explicativos, para enfim

conseguir definir ações eficazes que possam prevenir aliviar ou cessar o Burnout, sendo capaz de provocar melhora na qualidade de vida pessoal e profissional para continuação do andamento e desenvolvimento de seus projetos de vida (PRADO et al, 2017).

## **SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES**

A SB pode ocorrer devido a um longo período de exposição ao estresse ocupacional (estresse crônico), podendo ser relacionada à qualquer profissão, mas, particularmente é encontrada mais vezes naquelas que se relacionam diretamente com pessoas, como trabalhadores da área da saúde, educação, segurança pública, bancários, assistente social, recursos humanos, telemarketing, advogados, jornalistas e aqueles profissionais que atuam fora de sua área de formação (SÁ, 2017).

Tendo em vista a profissão de docência, é preciso ponderar alguns fatores que na maioria das vezes existem e atuam como fontes de estresse. Mencionam-se remuneração inferior, recursos e materiais precários, turmas lotadas, dificuldades em se relacionar com os discentes, cargas horárias longas, e outros (SOUZA; MARIA. 2016).

No presente, a universidade enfrenta alguns conflitos internos relacionados às suas próprias funções e intuítos, pois cada esfera que participa desse meio como um todo, tem suas próprias expectativas. O governo ambiciona altos níveis de desenvolvimento, os estudantes anseiam em adquirir durante a sua formação a habilidade técnica que irá lhe assegurar um bom emprego, os professores almejam em produzir conhecimento científico além de transmiti-los, e já o mercado de trabalho aguarda e pede por mudanças, novas tecnologias para que facilite e aumente a produção. Essa variedade de expectativas interfere no funcionamento da mesma, na sua estrutura, gestão e relacionamentos interpessoais (CARLOTTO; CAMARA, 2017).

No Brasil, a docência se encontra em segundo lugar das profissões com mais índice de doenças ocupacionais. Não obstante, essa estimativa não é totalmente segura, pois depressão, ansiedade e estresse podem ser inclusos como sintoma da síndrome de burnout, e não um diagnóstico isolado (BAPTISTA et al, 2019).

A SB quando manifestada, ocasiona implicações negativas para a própria pessoa e também, para o ambiente de trabalho, já que acarreta grandes gastos, e provém absenteísmo, diminuição da produtividade, e baixa qualidade dos serviços educacionais oferecidos à sociedade. Ou seja, o burnout reflete em nível individual, organizacional e societal, fundamentando a sua importância e urgência na busca de avanços em efetividade para

planejamento de medidas eficazes no âmbito de promoção, prevenção, tratamento, reabilitação (SOUZA et al, 2016).

Desta forma, levando em consideração os fatores supracitados, esta pesquisa se propõe a identificar a prevalência da SB em docentes de uma universidade do interior de Minas Gerais.

## **METODOLOGIA**

A ciência quando trabalhada de modo a obter resultados se apresenta como precisa na descrição de dados e fenômenos, fazendo assim, uma relação com a realidade analisada. Os pesquisadores exprimem teorias que de acordo com proposições padronizam determinado conhecimento. A formulação de conhecimentos se torna mais rigorosa quando se aproxima cada vez mais do estudo em questão, pois a visão passa a ser objetiva e cria respostas concisas. O trabalho científico se origina a partir de idéias que, conseqüentemente são transformadas em livros, monografias, dissertações, teses, entre outros (PEREIRA et al, 2018).

Com o objetivo de explicar detalhadamente certos fenômenos e características relacionadas à realidade, o trabalho científico busca se aproximar cada vez mais de teorias cujas preposições definem regras simples das quais são inseridas cientificamente e relacionam determinado assunto. Devido à diversidade de métodos, fica a critério de o pesquisador escolher o método de abordagem mais coerente para a sua pesquisa (ALMEIDA, 2017).

## **TIPO DE ESTUDO**

O estudo exposto configura-se como uma pesquisa descritiva de abordagem quantitativa. Essa abordagem atribui à aplicação do processo de análise e de interpretação dos dados por meio de indagações advindas de questionários.

Investigações descritivas são aquelas em que o investigador busca numerosas informações pertinentes ao seu objetivo. Sendo assim, esse tipo de estudo visa descrever os fatos e fenômenos de certa realidade. De grosso modo, as pesquisas de caráter descritivo não carecem justificar o que retratam, ainda que valha de base para tal explicação (COOPER; SCHINDLER, 2016).

De modo a tratar o problema, a pesquisa pode ser caracterizada como quantitativa, pois define tudo que é enumerável e transforma o conteúdo teórico em dados numéricos que são analisados posteriormente.

Nas abordagens quantitativas, a coleta de dados quantitativos ou numéricos é feita através do uso de medições de grandezas e alcançam por meio da metrologia, números com

suas respectivas unidades. Os conjuntos ou massas de dados que são elaborados a partir destas abordagens, podem ser analisados por meio de técnicas matemáticas como é o caso das porcentagens, estatísticas e probabilidades, métodos numéricos, métodos analíticos e geração de equações e/ou fórmulas matemáticas aplicáveis a algum processo (PEREIRA et al, 2018).

## **LOCAL DE ESTUDO**

A presente pesquisa foi realizada em uma Universidade Pública situada em uma cidade no interior do Estado de Minas Gerais. Segundo informações do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), em 2017 a população estimada para o ano posterior (2018) era de 113.998 habitantes, tendo uma área territorial de 1338, 070 km<sup>2</sup> - quilômetro quadrado, sendo a quarta posição de maior cidade do Sul/Sudoeste de Mineiro.

A seção socioeconômica constitui-se na agropecuária (café, milho, cana, ave de corte e gado, grãos e leite), além da seção de confecção que desde 1980 está em evolução (IBGE, 2017).

O município tem importância também na área urbana, como pólos de cursos, prestações de serviços de saúde e ensino superior, que após 2014 tem sido de grande relevância para a região relacionada à estadualização da Universidade de que se fala.

Conforme as informações e dados coletados em abril do ano corrente no site da Universidade do Estado de Minas Gerais – UEMG (Unidade Passos), a Fundação de Ensino Superior de Passos – FESP foi fundada no ano de 1963 como Fundação da Faculdade de Filosofia de Passos, e foi instituída pelo Decreto do Estado de Minas Gerais nº 8.495, de 15 de julho de 1965, posteriormente sendo denominada Fundação de Ensino Superior de Passos.

Obteve sua estadualização em novembro de 2014, tornando-se UEMG - Unidade Passos, que atualmente oferece 27 cursos de graduação, a saber: Administração; Biomedicina; Ciências Biológicas Licenciatura; Ciências Biológicas Bacharelado; Ciências Contábeis; Direito; Educação Física Licenciatura; Educação Física Bacharelado; Enfermagem; Medicina; Engenharia Agrônoma; Engenharia Ambiental; Engenharia Civil; Engenharia de Produção; Estética e cosmética; Gestão Comercial; História; Física; Letras; Matemática; Moda; Nutrição; Pedagogia; Publicidade e Propaganda; Serviço Social; Jornalismo e Sistemas de Informação. Além de cursos de graduação, a UEMG Passos oferece pós-graduação com vários cursos na categoria Lato Sensu, além também de Mestrado Profissional em Desenvolvimento Regional e Meio Ambiente aprovado pela CAPES - Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior. As Unidades dispõem de centenas de projetos de pesquisa e extensão e a maioria do corpo docente detém de mestrado e doutorado.

**POPULAÇÃO DE ESTUDO**

Os participantes do estudo foram os docentes dos 27 cursos de graduação da Universidade do Estado de Minas Gerais – Unidade Passos, que no total somam 286. Neste sentido, todos os docentes atuantes da Universidade em questão que abrangiam os critérios de inclusão foram convidados a participar da pesquisa.

O número de docentes foi contabilizado por grande área, a saber: 74 docentes da grande área de humanas, 123 docentes da grande área de biológicas e 89 docentes da grande área de exatas.

O cálculo da amostra necessária foi realizado por meio de amostragem probabilística estratificada por grande área. A amostragem é um estudo de uma pequena parte da população que após ser analisada, serve de base para a população em sua totalidade. É importante o uso de amostragem probabilística para dar segurança na análise de hipóteses (FONSECA; NUNES; SANTANA, 2016; PEREIRA, 2015).

O processo de escolha e cálculo das amostras foi desenvolvido juntamente com um docente especialista em estatística, que forneceu todo o suporte para alcance do sucesso da pesquisa.

Calculou-se a amostra com base na quantidade de docentes referente a cada grande área, considerando 95% de confiança e 5% de margem de erro, resultando em uma amostra necessária de 63 docentes da área de humanas, 94 docentes da área de biológicas e 73 docentes da área de exatas, sendo esta a população estudada.

A definição de critérios de inclusão e exclusão para os integrantes de um estudo é uma aplicação padrão e fundamental no desenvolvimento de protocolos de pesquisa de boa qualidade. Critérios de inclusão são definidos como as particularidades-chave da população-alvo que os pesquisadores empregarão para responder à pergunta do estudo, e envolvem normalmente características demográficas, clínicas e geográficas.

Sob outra perspectiva, os critérios de exclusão são relacionados aos participantes que integram os critérios de inclusão, mas denotam características aditivas, que conseguiriam comprometer o êxito do estudo ou desenlace prejudicial para os próprios. Critérios de exclusão mais utilizados abrangem características dos indivíduos que produzem grandes chances de não seguimento, ausência aos encontros para coleta de dados, fornecimento de dados ambíguo, existência de comorbidades que possam gerar vieses nos resultados, ou ampliação de eventos adversos (PATINO; FERREIRA, 2018).

Desta forma, para o presente estudo foram incluídos na pesquisa todos os docentes que atuam na universidade há pelo menos um ano, e foram excluídos da pesquisa aqueles docentes que no momento da coleta estavam afastados temporariamente por qualquer motivo.

Cabe ressaltar que somente participaram da pesquisa aqueles docentes que, além de se enquadrarem nos critérios de inclusão, aceitaram participar da coleta de dados por meio da leitura e concordância do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (APÊNDICE C).

## **COLETA DE DADOS**

Previamente à coleta de dados, foi solicitada autorização ao diretor acadêmico da unidade, sendo a mesma autorizada (APÊNDICE A).

Para conhecer o total de professores atuantes no primeiro semestre de 2019, foram desenvolvidos ofícios solicitando uma lista com o total de docentes na secretaria de cada curso, contendo o nome dos respectivos e seu e-mail, o que é de extrema importância, pois é necessária a averiguação da atuação dos mesmos em dois cursos adjacentes, além da necessidade do endereço eletrônico para o encaminhamento dos questionários online. Os ofícios foram entregues em mãos aos secretários de cada curso.

A coleta de dados foi realizada entre 25/06/2019 a 30/08/2019. A solicitação de participação para a pesquisa foi enviada de forma eletrônica pelo e-mail de cada docente e encaminhados ainda para grupos da rede social WhatsApp em que os docentes participam para debater questões referentes ao seu respectivo trabalho. Como forma adicional de divulgação o setor de comunicação da universidade também disponibilizou o link para acesso à pesquisa no site da unidade em questão.

Os questionários foram adaptados ao Google Forms com a intenção de ampliar a adesão e facilitar a aplicação, visto que a universidade está separada entre setores pela cidade e dificultaria o andamento e agilidade do processo.

A coleta se iniciou com uma breve apresentação da pesquisa, encaminhamento do TCLE e questionários para serem preenchidos por meio da internet (Google Forms).

Para a coleta de dados, foram utilizados dois tipos de instrumentos. Primeiramente, foram aplicados os formulários com questões sociodemográficas relacionados à docência (APÊNDICE B). Em seguida, foi aplicado o questionário MBI-Maslach Burnout Inventory (ANEXO A) que possui o intuito de identificar três características relacionadas à SB, como a EE, DP e RP (PRADO et al, 2017).

**QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO**

O questionário sociodemográfico é composto por questões relativas ao gênero, idade, profissão, prática religiosa, escolaridade máxima, renda familiar, profissão, tempo de serviço, prática de atividade física, entre outros.

Este instrumento se faz necessário para a construção do perfil sociodemográfico dos participantes e possíveis correlações com os resultados obtidos no questionário MBI.

Alguns estudos alegam que fatores ambientais, externos, internos, personalidade, nível de fragilidade ao estresse, e a sua maneira de reação e enfrentamento do mesmo interferem de forma indireta ou direta na qualidade de vida profissional (BAPTISTA et al, 2019).

**INVENTÁRIO DE ESGOTAMENTO PROFISSIONAL DE MASLACH**

Este instrumento é atualmente o mais utilizado na avaliação da SB em professores. O MBI é composto por 22 elementos, divididos em subescalas classificadas em exaustão emocional (questões de número 01, 02, 03, 06, 08, 13, 14, 16, 20), despersonalização (questões de número 05, 10, 11, 15, 22) e realização profissional (questões de número 04, 07, 09, 12, 17, 18, 19, 21), conforme mostra o quadro abaixo:

Quadro 1- Relação dos elementos do Inventário de Esgotamento Profissional de Maslach distribuídos em subescalas (MASLACH; JACKSON, 1981).

<b>Exaustão Emocional</b>	<b>Despersonalização</b>	<b>Realização Profissional</b>
01- Sinto-me emocionalmente decepcionado com meu trabalho	05-Sinto que estou tratando algumas pessoas com as quais me relaciono no meu trabalho como se fossem objetos impessoais	04-Sinto que posso entender facilmente as pessoas que tenho que atender
02- Quando termino minha jornada de trabalho sinto-me esgotado	10-Sinto que me tornei mais duro com as pessoas, desde que comecei este trabalho	07-Sinto que trato com muita eficiência os problemas das pessoas as quais tenho que atender
03-Quando me levanto pela manhã e me deparo com outra jornada de trabalho, já me sinto esgotado	11-Fico preocupado que este trabalho esteja me enrijecendo emocionalmente	09-Sinto que estou exercendo influência positiva na vida das pessoas, através do meu trabalho
06-Sinto que trabalhar todo dia com pessoas me cansa	15-Sinto que realmente não me importa o que ocorra com as pessoas as quais tenho que atender profissionalmente	12-Sinto-me vigoroso em meu trabalho
08-Sinto que meu trabalho está me desgastando	22-Parece-me que as pessoas que atendo culpam-me por alguns de seus problemas	17-Sinto, que posso criar com facilidade, um clima agradável em meu trabalho
13-Sinto-me frustrado com meu trabalho		18-Sinto-me estimulado depois de haver trabalhado diretamente com quem tenho que atender

14-Sinto que estou trabalhando demais		19-Creio que consigo muitas coisas valiosas neste trabalho
16-Sinto que trabalhar em contato direto com as pessoas me estressa		21-No meu trabalho eu manejo os problemas emocionais com muita calma
20-Sinto-me como se estivesse no limite de minhas possibilidades		

As três subescalas do MBI foram estudadas isoladamente e, em seguida, foi feita uma junção dos resultados. Os valores foram calculados e as subescalas foram categorizadas em graus "baixo", "moderado" e "alto" de burnout utilizando os valores de corte sugeridos por Maslach. Para a subescala EE, isso se traduz em pontos  $\leq 18$ , 19-26 e  $\geq 27$ , respectivamente; para a subescala DP,  $\leq 5$ , 6-9 e  $\geq 10$ , respectivamente; e para a subescala de realização pessoal RP com as pontuações,  $\leq 33$ , 39-34 e  $\geq 40$ , acontece o inverso, sendo que o Score alto simboliza pontuações baixas (alto grau de SB), e o score baixo simboliza pontuações altas (baixo grau de burnout), sendo portando, que pontuações abaixo de 33 ou igual, indicam grau alto da SB, e pontuações acima de 40 ou igual, indica baixo grau de burnout (MASLACH; JACKSON, 1981).

Empregamos, neste estudo, o sistema de pontuação de 1 a 5, usado por Tamayo (1997) na adaptação brasileira do instrumento. Ainda que aplique a escala de cinco itens, é aplicado o mesmo tipo de categorias de frequência da versão americana. Isto é, 1 para nunca, 2 para algumas vezes ao ano, 3 para algumas vezes ao mês, 4 para indicar algumas vezes na semana e 5 para diariamente (MASLACH; JACKSON, 1981).

Pontuações mais altas nas subescalas de exaustão emocional e despersonalização apontam um maior grau de burnout, enquanto uma pontuação maior na subescala de realização pessoal aponta um menor grau de burnout (MASLACH; JACKSON, 1981).

## ANÁLISE DE DADOS

Os dados obtidos pelo instrumento utilizado foram analisados e interpretados através da estatística descritiva simples. As informações foram desenvolvidas em gráficos, tabelas e por meio de descrição para melhor ilustrar os resultados, sendo discutidos e comparados com a literatura nacional e internacional todos os resultados.

A estatística descritiva utiliza do intuito de descrição dos dados através de números ou medidas estatísticas que possam retratar os dados coletados. Pode ser usada também, como a primeira etapa para a definição apropriada do uso dos testes estatísticos de hipóteses (RODRIGUES; LIMA; BARBOSA, 2017).

**ASPECTOS ÉTICOS**

A pesquisa foi ponderada pelos princípios da resolução nº 466/2012, que conforme BRASIL (2013) diz respeito a pesquisas e testes em seres humanos, publicada dia 13 de junho, no Diário Oficial da União, sendo aprovada pelo Plenário do Conselho Nacional de Saúde - CNS na 240ª Reunião Ordinária, em dezembro de 2012.

Desta forma, diretrizes e normas regulamentadoras previstas na resolução devem ser acatadas nos projetos de pesquisa envolvendo seres humanos e devem ainda atender aos fundamentos éticos e científicos também pautados na resolução nº 466/ 2012 do CNS.

Entre as premissas da resolução, se encontra a obrigatoriedade de que os participantes, ou os seus representantes, sejam esclarecidos sobre os procedimentos eleitos durante a pesquisa e informados sobre os eventuais riscos e benefícios.

A resolução trata do Sistema CEP - Comissão de Ética em Pesquisa /CONEP- Comissão Nacional de Ética em Pesquisa, integrado pela CONEP/CNS/MS – Ministério da Saúde e pelos CEP estabelecendo um sistema que emprega mecanismos, ferramentas e instrumentos próprios de inter-relação que objetiva a proteção dos participantes da pesquisa.

O estudo em questão foi submetido e avaliado pelo CEP, sendo a coleta de dados iniciada somente após aprovação pelo mesmo.

A pesquisa em questão foi realizada por meio dos preceitos éticos estabelecidos na resolução do CNS 466/12, CNS 510/2016 e suas complementares.

Os procedimentos obrigatórios para submissão da pesquisa, dentre eles o desenvolvimento do TCLE, envio dos instrumentos que foram utilizados e termo de anuência foram elaborados de acordo com o que preconiza a resolução nº 196/96 do Conselho Nacional de Saúde e de acordo com as normas do CEP.

Cabe destacar que a coleta de dados foi iniciada somente após a aprovação do projeto pelo CEP (ANEXO B).

Devido ao grande número de sujeitos, os formulários e o termo de consentimento foram elaborados pela ferramenta Google Forms, sendo posteriormente enviados por email ou pelo aplicativo Whatsapp. Primeiramente, o docente realizava a leitura do TCLE, e somente após concordar com a pesquisa dava-se início à coleta de dados. Desta forma, todos os direitos dos sujeitos entrevistados foram garantidos.

**RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Findado o período de coleta de dados, 113 docentes participaram da pesquisa, sendo:

- 29 da área de exatas;
- 32 da área de humanas e
- 52 da área de biológicas.

Os resultados serão apresentados em tabelas, separadas de acordo com o instrumento aplicado. Desta forma, seguem abaixo inicialmente os dados referentes ao questionário sociodemográfico, e, em seguida, os dados relativos ao MBI.

## QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO

Tabela 1 - Relação dos docentes participantes da pesquisa, divididos por grande área. Minas Gerais, 2019.

Grande área	<i>População total</i>		<i>População estudada</i>	
	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Exatas</b>	73	100	29	40
<b>Humanas</b>	63	100	32	51
<b>Biológicas</b>	94	100	52	55

A tabela 1 demonstra a quantidade de participantes da pesquisa equivalente a cada grande área. Cabe ressaltar que a área que apresentou maior adesão dos docentes foi a de biológicas (55%) seguida pela de humanas (51%).

Apesar dos resultados promissores obtidos, certos pontos ainda necessitam de uma maior e profunda investigação, visto que a adesão à pesquisa por parte dos docentes não foi totalmente satisfatória, considerando que foram alcançados 40% de participantes da área de exatas, 51% de humanas e 55% de biológicas (tabela 1). Cita-se a necessidade de um estudo com um número de amostragem maior, ou seja, mais representativa.

Esta limitação pode estar relacionada com o uso de questionários online, já que o mesmo propicia algumas restrições, como, não participação dos analfabetos digitais, não fornecimento de sensibilização e auxílio ao participante quando preciso, incapacidade do conhecimento das

circunstâncias em que o questionário é respondido, incerteza da identidade do participante, e possível desconsideração perante a pesquisa entre outros aspectos (FALEIROS et al, 2016).

Todavia, existem também pontos positivos a serem considerados no uso da pesquisa pelo meio virtual, tal qual, maior praticidade na construção de amostras sem locomoções, custos reduzidos, inserção de automaticidade para tabulação e análise dos dados, flexibilidade, possibilidade de ocasionar perguntas seguintes diferentes com base nas respostas que as antecedem e uma maior amplitude ao design do mesmo (TABORDA; RANGEL, 2015).

Tabela 2 - Distribuição das variáveis, sexo, idade e estado civil dos docentes nas áreas de exatas, humanas e biológicas. Minas Gerais, 2019.

		<i>Exatas</i>		<i>Humanas</i>		<i>Biológicas</i>	
		<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Sexo</b>	Feminino	13	45	21	66	41	79
	Masculino	16	55	11	34	11	21
<b>Idade</b>	22 a 29	7	24	1	3	3	6
	30 a 41	11	38	15	47	25	48
	42 a 53	6	21	12	37,5	17	33
	54 a 69	5	17	4	12,5	7	13
<b>Estado civil</b>	Solteiro	10	34	7	22	16	31
	Casado	17	59	18	56	26	50
	Divorciado	1	3,5	2	6,5	8	15
	União estável	1	3,5	2	6,5	2	4
	Outros	0	0	3	9	0	0

Nota-se prevalência do sexo masculino na grande área de exatas (55%), e em humanas e biológicas a prevalência do feminino (66 % e 79% respectivamente). Sendo o intervalo de idade destes, de no mínimo 22 anos e máximo 69 anos, o intervalo predominante é de 30 a 41 anos em todas as áreas.

Antigamente, as funções de um cargo de trabalho eram subdivididas através do sexo biológico, os homens possuíam a responsabilidade de trabalhar fora e prover as finanças da família, já as mulheres possuíam o dever de serem mães, esposas e cuidar do lar (SOUZA; LOPES; HILAL, 2017).

Essa subdivisão permaneceu por muito tempo, e gerou consequências até a atualidade, sendo uma delas relacionada ao campo acadêmico, instigando uma fragmentação de carreiras masculinas e femininas (SILVA, 2017).

Há uma linha de pensamento que acredita que esta fragmentação provém da divisão entre sexos associada às características físicas de cada um, já que o sexo masculino dispõe de uma maior força muscular, o que facilita na execução das atividades de caçar, correr, etc. Enquanto o sexo feminino possui uma forte característica do cuidado, o que contribui para cuidar de seus filhos, dado que nos primeiros meses, a mãe biológica é a única pessoa capaz de alimentá-lo de forma completa e natural (amamentação) (LAZZARINI et al,2018).

Em relação ao intervalo de idade dos docentes prevalentes (30 a 41 anos) (tabela 2), pode-se dizer que este se assemelha com os dados do censo da educação superior que indica que 36 anos é a idade mais frequente dos docentes tanto em instituições públicas quanto em instituições privadas (INEP, 2018).

Ainda na tabela 2, é possível notar que o estado civil mais comum entre os participantes é o casado (59% exatas; 56% humanas e 50% biológicas). Conforme Feijão e Moraes (2018) o casamento opera como alicerce no desenvolvimento pessoal e social de cada indivíduo, não se limitando apenas ao significado da busca por mais uma simples companhia, mas, pelo anseio de crescimento e apoio que pode ser encontrado nesta união. O que o torna uma das fontes mais considerável para o indicativo de felicidade e bem-estar.

Tabela 3 - Distribuição dos docentes segundo grau acadêmico, divididos por grande área. Minas Gerais, 2019.

<b>Variável sociodemográfica</b>		<i>Exatas</i>		<i>Humanas</i>		<i>Biológicas</i>	
		<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Grau acadêmico</b>	Graduação	1	3	1	3	1	2
	Pós-Graduação	3	10	4	12,5	9	17,5
	Mestrado	17	59	17	53	23	44

Doutorado                    8            28            10            31,5            19            36,5

Quanto ao grau acadêmico dos participantes das áreas pesquisadas, foi constatada predominância em mestrado com 59% em exatas, 53% em humanas e 44% em biológicas, seguida pelo doutorado, com 28% em exatas, 31,5% em humanas e 36,5% em biológicas.

A LDB (Lei de Diretrizes e Bases da Educação) de 1996, no conteúdo pertencente ao ensino superior, determina que a universidade seja incumbida pela produção intelectual e justamente por isso pelo menos um terço de seu corpo docente deve ser mestre ou doutor (BRASIL, 1996).

A obrigatoriedade desta lei juntamente com o aumento do número de universidades no país, gerou uma ampliação dos egressos dos programas de pós-graduação, o que justifica que a grande parte dos docentes, inclusive deste estudo, possua este grau acadêmico (SAMPAIO; SANCHES, 2017).

Tabela 4 - Distribuição dos docentes conforme características profissionais, divididos por grande área. Minas Gerais, 2019.

Variáveis		<i>Exatas</i>		<i>Humanas</i>		<i>Biológicas</i>	
		<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Possui mais de um vínculo empregatício?</b>	Sim	12	41	15	47	30	58
	Não	17	59	17	53	22	42
	Um	12	41	16	50	35	67,5
<b>Quantidade de Cursos atuantes</b>	Dois	13	45	8	25	8	15,5
	Três ou mais	4	14	8	25	9	17,5
	< de um ano	7	24	3	9,5	7	13,5
<b>Tempo de trabalho nesta unidade</b>	Entre 1 a 5 anos	10	34,5	14	44	25	48
	Entre 6 a 10 anos	3	10	3	9,5	9	17
	> de 10 anos	8	28	12	37	11	21,5
	Resposta Incompatível	1	3,5	0	0	0	0
<b>Jornada de trabalho semanal</b>	20 horas	13	45	15	47	20	38
	40 horas	13	45	13	41	23	44
	60 horas	3	10	2	6	5	10

	Outro	0	0	2	6	4	8
<b>Turno de trabalho</b>	Manhã	1	3,5	2	6	5	9,5
	Tarde	1	3,5	1	3	2	4
	Noite	4	14	11	34,5	4	7,5
	Mais de um turno	23	79	18	56,5	41	79
<b>Renda mensal em número de salário mínimo</b>	1 salário mínimo	0	0	1	3	0	0
	2 salários mínimo	3	10	4	12,5	4	8
	3 salários mínimo ou mais	26	90	27	84,5	48	92

Em relação à atual pesquisa, identificou-se que o curso de biológicas (58%) possui a maior taxa de docentes com mais de um vínculo empregatício, bem como, nas outras áreas (exatas 41% e humanas 47%) (tabela 4) existem taxas também significativas. Isso pode ser fundamentado com base em que atualmente a vivência de múltiplos vínculos empregatícios, seja trabalho em tempo parcial, trabalhos com duração estipulada, trabalhos informais (trabalhador não conta com os benefícios e as garantias previstos na legislação trabalhista) estão se tornando cada vez mais comuns, sobretudo nas profissões com condições precárias (AZEVEDO; TONELLI; SILVA, 2015).

Quanto à quantidade de cursos atuantes identificou-se que a grande área biológica dispõe de maior porcentagem, com 50% de docentes atuando em apenas um curso, exatas com prevalência em atuação em dois cursos (45%) e por fim, humanas com predominância em três cursos ou mais (25%).

A quantidade de cursos em que o docente leciona pode estar interligada com o aumento da carga de trabalho do profissional, considerando que o contato diário com maior número de alunos intensifica os efeitos produzidos (PRADO et al, 2017).

No item de tempo de trabalho desta unidade foi prevalente o intervalo de 1 a 5 anos nas três áreas, com o percentual de 34,5% em exatas, 44% em humanas e 48% em biológicas. Em conformidade com Freitas e Soares (2019), é possível insinuar que o tempo de serviço dos docentes encontra-se consideravelmente instável e de pouca durabilidade, circunstância que interfere no crescimento e na segurança dos trabalhadores, já que dessa forma o trabalho temporário, aquele de tempo determinado e o trabalho de meio período, vêm expandindo. Dessa maneira, salários mais baixos se tornam mais comuns. Sendo conveniente destacar ainda que o

acompanhamento do governo aconteça em algumas das vezes com o intuito de reduzir responsabilidades quanto aos benefícios sociais.

Como pautado ainda na tabela 5, o item jornada de trabalho semanal mais destacado foi 45% para 20 horas semanais e 45% para 40 horas semanais na área de exatas, 47% para 20 horas semanais na área de humanas e por fim, 44% para 40 horas semanais na área de biológicas. Comparando as três áreas de forma generalizada, é possível afirmar uma diferença pequena entre o seu percentual. Destaca-se ainda que esta jornada de trabalho é referente apenas ao vínculo empregatício desta universidade em questão.

Pereira (2018) afirma que um dos fatores que torna a profissão docente estressante corresponde às jornadas de trabalho longas com um pequeno número de pausas para descanso e refeições, além de um ritmo de trabalho exorbitante e instável onde muitas das vezes se inicia de manhã e se prolonga até a noite, produzindo dupla ou tripla jornada de trabalho. Por consequência as outras atividades do cotidiano desses indivíduos começam a ser afetadas, como por exemplo, o período de descanso e lazer, quantidade de horas de sono, qualidade de suas refeições, entre outras coisas.

Percebe-se também que no item turno de trabalho há predomínio em todas as áreas em atuar em mais de um turno. Almeida (2016) vai de encontro com esta estatística apontando em seu estudo que a maioria dos participantes exercia também atividades em mais de um turno de trabalho.

Ainda discutindo a tabela 4, referente ao item renda mensal em número de salários mínimo é definível que a maioria dos constituintes da pesquisa recebe a quantia de três salários mínimos ou mais (90% exatas, 84,5% humanas e 92% biológicas). Explorar a remuneração destes trabalhadores e averiguar a existência de relações com o seu desempenho é de extrema importância, pois havendo o intuito de melhoria em uma circunstância, deve conseqüentemente intervir em suas causas e/ou em seus resultados.

A título de exemplo, coerentemente quanto mais valorização o trabalhador possua, resultará em mais disposição para engrandecer e aprimorar sua performance, que estabelecerá maior qualidade de vida no trabalho e satisfação financeira para os docentes, e ainda teria como efeito, melhores resultados em aprendizagem e educação para os discentes, gerando a formação de melhores profissionais que ocasionalmente podem se tornar docentes, já que possuindo o ensino superior no Brasil o mesmo pode ministrar aulas e atuar como tal (MACHADO;SCORZAFAVE, 2016).

Tabela 5 - Distribuição dos docentes segundo filiação e religião, divididos por grande área. Minas Gerais, 2019

Variáveis		<i>Exatas</i>		<i>Humanas</i>		<i>Biológicas</i>	
		<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Possui filhos?</b>	Sim	17	59	18	56	25	48
	Não	12	41	14	44	27	52
<b>Religião</b>	Catolicismo	24	82,5	19	59,5	34	65
	Espiritismo	1	3,5	4	12,5	8	15
	Evangelismo	2	7	1	3	5	10
	Ateísmo	1	3,5	4	12,5	2	4
	Outras	1	3,5	4	12,5	3	6

A tabela 5 demonstra que, no que diz respeito ao item de filiação, em exatas e humanas predominam o percentual de terem filhos (sim) com o valor de 59% e 56% respectivamente. E já em biológicas, a predominância se encontra em (não), ou seja, negar a existência de filhos com 52%. Destaca-se que o percentual obtido em ambos foi muito próximo.

Geralmente os indivíduos que possuem filhos são pessoas mais resistentes a fatores estressantes e conflitos, pois ao ter filhos se torna necessário dispor de uma maior responsabilidade e comprometimento, o que conseqüentemente os faz encarar a vida e seus desafios de maneira mais estruturada, que de forma racional, gera mais segurança para a vida pessoal e profissional, advertindo que este fato apesar de acontecer na maioria dos casos não é uma regra (SÁ et al, 2018).

Já no próximo item em debate, a religião prevalecente apontada pelos docentes é o catolicismo com 82,5% na área de exatas, 59,5% na área de humanas e 65% na área de biológicas.

Presentemente a religião/espiritualidade vem ganhando destaque como indicadores de uma boa condição de saúde, mental e/ou física. Estudos apontam que os indivíduos que vivenciam experiências religioso-espirituais apontam índices menores de depressões, suicídios, dependência química (BORGES; SANTOS; PINHEIRO, 2015).

Tabela 6 - Distribuição dos docentes segundo estilo de vida, divididos por grande área. Minas Gerais, 2019

Variáveis		<i>Exatas</i>		<i>Humanas</i>		<i>Biológicas</i>	
		<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Possui alimentação equilibrada?</b>	Sim	13	45	18	56	24	46
	Não	3	10	4	12,5	8	15,5
	Às vezes	13	45	10	31,5	20	38,5
<b>Pratica atividade física com frequência</b>	Sim	17	59	19	59	34	65
	Não	12	41	13	41	18	35
<b>Média da quantidade de horas dormidas por noite?</b>	4 a 5	4	14	3	9,5	5	9,5
	6 a 7	19	65	25	78	32	61,5
	8 a 9	6	21	4	12,5	14	27
	>10	0	0	0	0	1	2
<b>Durante a semana possui um período de dedicação exclusiva ao descanso e lazer?</b>	Sim	8	27,5	14	44	27	52
	Não	17	58,5	14	44	22	42
	Às vezes	4	14	4	12	3	6

De acordo com a tabela 6, é possível notar que a grande área que possui o maior percentual de alimentação equilibrada é a grande área de humanas, com 56% e que a grande área de biológicas possui o maior percentual em alimentação não equilibrada.

A alimentação é um dos fatores que conserva a vida no ser humano, podendo influenciar de maneira positiva como quando possui uma alimentação saudável e balanceada juntamente com a prática de atividades físicas, produzindo como resultado o efeito de diminuição dos riscos de algumas doenças, da mesma maneira, que uma alimentação inadequada amplia os riscos para estas mesmas doenças (GOMES; FRINHANI, 2017).

Alguns estudos indicam que a dieta pode estar relacionada de forma positiva ou inversa a alguns transtornos mentais, dietas com padrões alimentares envolvendo consumos vegetais,

frutas, cereais integrais, nozes, sementes e peixes, com alimentos processados limitados estão associadas de forma inversa com transtornos mentais e, entretanto dietas pouco saudáveis, alimentos processados, alto teor de gordura e alto teor de açúcar encontram-se naturalmente relacionadas aos transtornos mentais comuns (MARX et al, 2017).

Já no quesito de prática de atividade física, a área de biológicas é a que possui maior percentual 65% dos entrevistando optaram pela resposta sim, sendo que exatas e humanas aparecem com percentual igual de 41% dos entrevistados escolheram a resposta não.

A prática de atividade física é considerada uma grande forma de prevenção, promoção e algumas das vezes até mesmo recuperação da saúde. Dispõe de uma grande variedade de modalidades, sendo a melhor indicada àquela que não ofereça riscos para o indivíduo, e que detenha de grande afinidade para exercer a prática. A título de exemplo, citam-se alguns dos benefícios adquiridos com a prática correta e regular de atividade física, tais como tonificação de ossos e músculos, progresso no condicionamento muscular e cardiorrespiratório, aprimoramento da circulação sanguínea, atenuação do estresse, elevação da autoestima, perda de peso, aumento na qualidade do sono, crescimento da expectativa de vida, dentre outros (BRASIL, 2017).

Em relação à média da quantidade de horas dormidas por noite o intervalo de 6 a 7 horas foi o que mais apareceu nas três áreas pesquisas, sendo 65% em exatas, 78% em humanas e 61,5 % em biológicas. É através do sono que o corpo humano se recupera das atividades desenvolvidas ao longo do dia, pois é ao dormir que o organismo recompõe sua fisiologia, por meio de produção de hormônios que auxiliam na saciedade e na redução da gordura corporal, fortificação do sistema imunológico que auxilia na prevenção da presença de algumas patologias, redução de doenças cardiovasculares, diabetes, depressão, melhor absorção de informações do cotidiano, fortalecimento da memória, além de contribuir na redução do estresse (ALCANFOR, 2016).

Finalmente, na questão de período de dedicação exclusiva ao descanso e lazer denomina-se, a grande área de exatas 58,5% não possui esse período, em humanas há um empate entre possuir e não possuir com 44% e a área de biológicas demonstra que 52% dos docentes possuem este período.

Considerando que atualmente o ritmo da rotina das pessoas, especialmente dos docentes encontra-se bastante agitado (devido a grandes e diversas demandas, necessidade de produção e atualização) é frequente que cuidar de si próprio, descansar e ocupar-se com atividades de lazer sejam omitidas para que mais demandas sejam cumpridas, contudo as demandas nunca

param de surgir o que gera um ciclo sem fim, gerando cada vez mais estresse e cansaço (MADRIAGA et al, 2019).

## INVENTÁRIO DE ESGOTAMENTO PROFISSIONAL DE MASLACH

Dados avaliados isoladamente conforme subdivisão das categorias de EE, DP e RP.

Inicialmente serão discutidos os dados por meio das subdivisões da categoria de Exaustão Emocional, Despersonalização e Realização Pessoal interligadas às grandes áreas de atuação (Exatas, Humanas, Biológicas).

### EXAUSTÃO EMOCIONAL (EE)

Tabela 7 - Distribuição dos docentes subdivida por grande área referente á categoria Exaustão Emocional. Minas Gerais, 2019

Score		<i>Exatas</i>		<i>Humanas</i>		<i>Biológicas</i>	
		<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Alto</b>	> 27	17	59	23	72	20	38
<b>Médio</b>	Entre 19 e 26	11	38	7	22	19	37
<b>Baixo</b>	< 19	1	3	2	6	13	25

De acordo com a tabela acima, observa-se que referente à categoria de exaustão emocional, a grande área de humanas possui a maior porcentagem (72%), seguida da área de exatas (59%) e biológica (38%).

A exaustão emocional é a primeira categoria investigada do questionário, ou seja, é o principal elemento da síndrome detectado. É composta pelo sentimento de cansaço extremo, exaustão, esgotamento. No momento que o quadro se torna permanente, surge o sentimento de incapacidade de lecionar com a mesma dedicação de antes. Logo, os profissionais podem perder o contentamento da relação com os discentes (PRADO et al, 2017).

**DESPERSONALIZAÇÃO (DP)**

Tabela 8 - Distribuição dos docentes subdivida por grande área referente à categoria Despersonalização. Minas Gerais, 2019.

Score		<i>Exatas</i>		<i>Humanas</i>		<i>Biológicas</i>	
		<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Alto</b>	>10	16	56	16	50	38	73
<b>Médio</b>	Entre 6 e 9	10	34	12	38	14	27
<b>Baixo</b>	< 6	3	10	4	12	0	0

Como é possível observar na tabela 8, referente à categoria de despersonalização, a maior porcentagem de Score alto foi identificada na área de biológicas (73%), seguida por exatas (56%) e humanas (50%).

Na DP o indivíduo acometido apresenta atitudes de afastamento das pessoas com as quais antes possuía vínculos profissionais, tratando-os até mesmo com desdém e indiferença (BAPTISTA et al, 2019).

**REALIZAÇÃO PESSOAL (RP)**

Tabela 9 - Distribuição dos docentes subdivida por grande área referente à categoria Realização Pessoal. Minas Gerais, 2019.

Score		<i>Exatas</i>		<i>Humanas</i>		<i>Biológicas</i>	
		<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Alto</b>	> OU = 40	1	3,5	3	9,5	6	12
<b>Médio</b>	Entre 34 e 39	10	34,5	11	34,5	24	46

Baixo < OU = 33 18 62 18 56 22 42

Já na tabela 9, relacionada à categoria de realização pessoal, a mesma mostra uma porcentagem elevada na área de exatas (62%), referente ao Score baixo que indica uma baixa, e apontando o Score alto que indica alta realização pessoal. Temos a maior porcentagem em biológicas (12%) (maior grau de burnout).

O indicativo de realização pessoal é válido, pois demonstra se o professor está alcançando resoluções para as suas demandas e dificuldades. Quando a realização pessoal se encontra baixa, indica que, devido aos sintomas da síndrome (perda do entusiasmo naquilo que faz) perde-se, o esforço para a busca da produtividade, o indivíduo permanece presente no espaço físico para desempenhar suas obrigações, porém exerce sem nenhuma vontade (RIBEIRO; BARBOSA; SOARES, 2015).

### **DADOS AVALIADOS ASSOCIANDO AS TRÊS CATEGORIAS (EE, DP E RP) JUNTAMENTE COM OS DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS**

Abaixo segue avaliação realizada com base nos dados coletados separadamente, conforme discutido anteriormente.

### **ASSOCIAÇÃO**

Tabela 10 - Distribuição dos docentes subdivida por grande área referente à associação da categoria Exaustão Emocional alta, Despersonalização alta e Realização pessoal baixa. Minas Gerais, 2019.

Score	<i>Exatas</i>		<i>Humanas</i>		<i>Biológicas</i>	
	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>EE Alto; DP Alto e RP Baixo</b>	11	38	12	37,5	13	25

Esta tabela apresenta a associação do Score representante do maior grau de Síndrome de Burnout, que são as pontuações elevadas em exaustão emocional e despersonalização com pontuações mais baixas em realização pessoal (EE Alto - >27, DP Alto >10 e RP < ou igual a

33). Sendo os resultados classificados em maior porcentagem da síndrome na grande área de exatas (38%), seguida por humanas (37,5%) e biológicas (25%).

De acordo com Rocha e Cunha (2014) para diagnosticar a síndrome em questão deve ser analisado os índices em EE (alto), DP (alto) e RP (baixo), contudo a adoção do método de avaliação condiz com o critério do pesquisador, pois o comprometimento em apenas uma ou em duas dimensões pode ser considerada para o diagnóstico, já que as dimensões existem de forma independente das outras, o que faz existir diversos estágios da síndrome.

Com finalidade de conhecimento da existência da prevalência de Burnout e não da avaliação ou conhecimento dos estágios em que se encontra a síndrome, foi adotada a metodologia de avaliação considerando as três dimensões sendo elas EE alta, DP alta e RP baixa. Além do mais, serão ponderadas as variáveis sociodemográficas desta população identificada.

Tabela 11 - Distribuição das variáveis (sexo, idade, estado civil, filiação, grau acadêmico, tempo de trabalho nesta unidade, vínculo empregatício) dos docentes considerando as três dimensões EE alta, DP alta e RP baixa. Minas Gerais, 2019.

<b>Variáveis</b>		<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Sexo</b>	Feminino	23	64
	Masculino	13	36
<b>Idade</b>	22 a 29 anos	4	11
	30 a 41 anos	18	50
	42 a 53 anos	12	33
	54 a 69 anos	2	6
<b>Estado Civil</b>	Solteiro	10	28
	Casado	22	61
	Divorciado	2	6
	União Estável	1	2,5
	Outros	1	2,5
<b>Filiação</b>	Sim	20	56
	Não	16	44

	Graduação	0	0
<b>Grau Acadêmico</b>	Pós Graduação	5	14
	Mestrado	20	55,5
	Doutorado	11	30,5
<b>Tempo de trabalho nesta unidade</b>	1 a 5 anos	15	42
	6 a 10 anos	4	11
	> de 10 anos	9	25
<b>Possui mais de um vínculo empregatício</b>	Sim	23	64
	Não	13	36

Após observação da população encontrada com as dimensões em EE alta, DP alta e RP baixa foi identificado que fazem parte deste conjunto 64% de mulheres (sexo feminino) e 34% de homens (sexo masculino), dado que os maiores índices são de 50% (30 a 41 anos) e 33% de 42 a 53 anos.

Uma justificativa plausível para o maior índice de indivíduos com a síndrome ser mulheres é que, culturalmente, as mulheres enfrentam alguns tipos de discriminação, como a discriminação de gênero, machismo, preconceito e assédio. Além do mais, as mulheres possuem a particularidade de serem mães e possuem dupla jornada de trabalho, pois na grande maioria dos casos, as mulheres que são responsáveis pelo serviço da casa, todos esses episódios podem contribuir na carreira, potencializando o estresse (SANTOS; FERREIRA, 2018).

Assim como na pesquisa de Massa et al (2016), os docentes participantes neste estudo identificados com Burnout foram em sua maioria adultos jovens e com menor tempo de serviço na mesma instituição. Essa síndrome é mais detectada em indivíduos jovens, considerando que um recém-formado, por não possuir uma grande bagagem de experiência irá possuir uma maior quantidade de dúvidas e inseguranças que, como resultado irá provocar mais estresse, fator predisponente da síndrome (MASSA et al, 2016).

Segundo Souza et al (2018) a maioria dos docentes são casados, e possuem mais de um vínculo empregatício, este artigo demonstra a população deste estudo que constatou que a relação conjugal mais evidente é o casamento com 61% e que 64% dos entrevistados possuem mais de um vínculo empregatício.

Estudo de Sá et al (2018) aponta que 55,6% dos docentes participantes da pesquisa de estresse em docentes universitários da área da saúde possuem filhos, percentual este que se aproxima da população deste estudo, onde 56% dos docentes possuem filhos.

Mais da metade da população possui o grau acadêmico de mestre (55,5%) conforme Massa et al (2016) ressalta, pode se fundamentar que a maioria dos participantes possuem mestrado, seguido por doutorado (30,5%) devido as universidades exigirem que os mesmos possuem um grau acadêmico mais elevado, com intuito de elevar a qualidade de ensino. O que também pode ser visto como uma condição que diminua os riscos de Burnout, pois quanto mais estudos e experiências, espera se menos estresse ou um desenvolvimento de uma melhor capacidade para enfrentá-lo.

Tabela 12 - Distribuição das variáveis (jornada de trabalho semanal, turno de trabalho, renda mensal, sono, alimentação, descanso, religião) dos docentes considerando as três dimensões EE alta, DP alta e RP baixa. Minas Gerais, 2019.

<b>Variáveis</b>		<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Jornada de Trabalho semanal</b>	20 horas	20	55,5
	40 horas	11	30,5
	60 horas	4	11
	Outros	1	3
<b>Turno de trabalho</b>	Manhã	4	11
	Tarde	2	5,5
	Noite	7	19,5
	Mais de um turno	23	64
<b>Renda mensal</b>	Um salário mínimo	0	0
	Dois salários mínimos	4	11
	Três salários mínimos ou mais	32	89
<b>Quantidade de horas dormidas por noite</b>	4 a 5 horas	3	8
	6 a 7 horas	25	70
	8 a 9 horas	8	22
	> de 10 horas	0	0
<b>Possui alimentação equilibrada</b>	Sim	17	47
	Não	4	11
	Às vezes	15	42

<b>Pratica atividade fisica com frequência</b>	Sim	16	44
	Não	20	56
<b>Durante a semana possui um período de dedicação exclusiva ao descanso e lazer?</b>	Sim	15	42
	Não	21	58
<b>Religião</b>	Ateísmo	1	3
	Catolicismo	27	75
	Espiritismo	5	14
	Evangelismo	1	3
	Outras	2	5

Em harmonia com Gomes e Coqueiro (2017) que apontam que os participantes de suas pesquisas trabalham com carga horária de 20 a 40 horas (78%), se aproximando da população deste estudo que foi definido em 20 horas (55,5%) a 40 horas (30,5%). O turno de trabalho com a resposta prevalecente foi a alternativa de mais de um turno (64%), com remuneração de três salários mínimos ou mais (89%).

A atuação profissional do docente tem sido amplamente relacionada com o pluri emprego. Pluriemprego é quando o profissional exerce função laboral em mais de uma instituição, cumprindo duas jornadas ou até triplas. Como o salário dos professores tem sido considerado insatisfatório, os mesmo se adaptaram a terem mais de um emprego, exercendo atividades em mais de um turno e com carga horária excessiva com pretensão de ser mais bem remunerado, porém as outras áreas da sua vida, social, familiar, amorosa ficam comprometido devido falta de tempo para dedicação (VEIGA et al,2017).

Foi identificado que 70% dos participantes dormem de 6 a 7 horas por noite, 47% possuem uma alimentação equilibrada, 56 % não praticam atividade física, o maior número de pessoas não possui um dia exclusivo para descanso e lazer (58%) e 75% dos docentes afirmam ser católicos.

A religiosidade pode atuar tanto como um fator de proteção para saúde de forma geral quanto de forma prejudicial, a depender da religião e do sujeito que a coloca em prática. Os aspectos sociais, culturais, individualidade exercem influência nestes fatores, não existindo uma norma ou prescrição para todos (MELO et al, 2015).

Apesar de atualmente as informações de que a alimentação equilibrada entre carboidratos, proteínas, gorduras, vitaminas, minerais, fibras, ingestão de água, prática regular de atividade física, distração através de cultura, lazer, descanso serem imprescindíveis para a saúde, para o bem estar físico e emocional, muitos dos indivíduos ainda não incluem esses hábitos em sua rotina, mesmo tendo conhecimento suficiente para compreender seus benefícios e as consequências da ausência deles (TOLEDO; ABREU; LOPES, 2013).

Para tal, diversas iniciativas podem ser realizadas com o objetivo de se evitar o adoecimento por parte dessa população supracitada. Em um estudo recentemente publicado, foi observado a rotina de enfermeiros do setor de UTI, onde o estresse está inserido na rotina desses trabalhadores de enfermagem, o que pode gerar dificuldades psíquicas e físicas, já que os mesmos se encontram num ambiente intenso e complexo, resultando nos elementos evidenciados por este estudo, os quais devem ser reduzidos e analisados em prol de uma assistência digna, humanizada e eficiente, colaborando, por conseguinte no bem estar da equipe na segurança e conforto do paciente e na prevenção da Síndrome de Burnout (NASCIMENTO et al, 2020).

## **CONCLUSÃO**

Neste trabalho aborda-se o tema de Síndrome de Burnout, propondo como objetivo geral identificar a prevalência da síndrome em docentes de uma Universidade do Estado de Minas Gerais, concluindo-se que existe um número expressivo de docentes afetados pela síndrome, uma vez que foram identificados percentuais relevantes nas três dimensões (EE, DP e RP), sejam elas detectadas exclusivas ou concomitantes, o que sugere presença de variados graus da patologia.

Como primeiro objetivo específico foi exposto identificar a área que apresenta maior prevalência da SB e foi viável apontar que a área de exatas possui o maior índice de docentes afetados, considerando a forma de avaliação determinada (EE Alto, DP alto e RP baixo), seguida pela área de humanas e por fim pela de biológicas.

Em seguida, foi designado como outro objetivo específico conhecer os principais fatores estressores e potencializadores para SB nos participantes. Os fatores como, o sexo biológico, idade, estado civil, grau acadêmico, quantidade de vínculos empregatícios, turno de trabalho, renda mensal, filiação, prática de atividade física, tempo de serviço na instituição, quantidade de horas dormidas por noite, existência de um dia exclusivo para descanso e lazer, e alimentação equilibrada, foram identificados de forma expressiva na população afetada, o

que sugere que estes fatores podem contribuir como estressores e/ou potencializadores da síndrome.

Por fim, foi instituído como último objetivo específico contribuir para o anseio de autoconhecimento dos docentes, o que também foi considerado alcançado, já que muitos dos docentes não sabiam nem mesmo da existência e significado da síndrome, e outros tiveram como resposta à pesquisa, a conduta de retornar o email agradecendo e ressaltando a importância da mesma, conduzindo a acreditar que a pesquisa os estimulou para investigar sobre o tema e a si mesmo.

Os resultados obtidos serão apresentados ao diretor da unidade, e a sugestão de apresentação da pesquisa e da temática à universidade será feita. A idéia é realizar uma palestra ministrada por um médico psiquiatra, para que o mesmo possa discursar sobre a doença com o intuito de que conhecendo os sinais e sintomas, além do conhecimento da importância de uma vida saudável, os docentes possam aderir à hábitos mais saudáveis e a reconhecer em si próprio ou em colegas de trabalho algum sinal/sintoma e procure ajuda profissional.

Acredita-se também que, uma vez que a universidade tenha acesso a estes dados, seja possível traçar estratégias para mudar o quadro atual dos docentes, com ações e desenvolvimento de políticas voltadas à diminuição da prevalência da síndrome, sendo recomendado, no mínimo, que a universidade disponha de um psicólogo para acompanhamento dos docentes em seu exercício.

Ainda que o estudo tenha apresentado limitações metodológicas, como o tamanho da amostra, as conclusões obtidas expõem-se pertinentes para a reflexão sobre a prevalência da síndrome e seus fatores correlacionados.

Nota-se que, seria de extrema relevância e necessidade de posteriores estudos que abranjam as variedades estressoras e potencializadores, além de uma pesquisa com melhor número amostral, processando-se e avaliando os dados adquiridos por uma estatística mais robusta e específica.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, M. B. **Noções básicas sobre metodologia de pesquisa científica**. Universidade Federal de Minas Gerais. Disponível em <<http://mba.eci.ufmg.br/downloads/metodologia.pdf>>. Acesso em: 05 jun. 2019.

ALMEIDA, M. C. M. Relação da capacidade para o trabalho e a sintomatologia musculoesquelética dolorosa em professores de uma instituição de ensino superior.

**Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Fisioterapia) - Universidade Estadual de Paraíba**, Centro de Ciências Biológicas e de Saúde, p.32, 2016.

Disponível

em:<[http://dspace.bc.uepb.edu.br/jspui/bitstream/123456789/11575/1/PDF%20-](http://dspace.bc.uepb.edu.br/jspui/bitstream/123456789/11575/1/PDF%20-%20Mayara%20Camila%20Marinho%20de%20Almeida.pdf)

[%20Mayara%20Camila%20Marinho%20de%20Almeida.pdf](http://dspace.bc.uepb.edu.br/jspui/bitstream/123456789/11575/1/PDF%20-%20Mayara%20Camila%20Marinho%20de%20Almeida.pdf)>. Acesso em: 01 out.

2019.

ALCANFOR, L. M. Qualidade de vida no trabalho policial: as estratégias organizacionais para minimizar os impactos da privação do sono à saúde do Policial Militar que desempenha a radiopatrulha noturna. **Revista Brasileira de Estudos em Segurança Pública**, v.9, n.1, 2016.

Disponível

em:<[http://revista.ssp.go.gov.br/index.php?journal=rebsp&page=article&op=view&path%5](http://revista.ssp.go.gov.br/index.php?journal=rebsp&page=article&op=view&path%5B%5D=224)

[B%5D=224](http://revista.ssp.go.gov.br/index.php?journal=rebsp&page=article&op=view&path%5B%5D=224)>. Acesso em: 05 out. 2019.

ANDOLHE, R; BARBOSA, R. L; OLIVEIRA, E. M; COSTAM A, L, S; PADILHA, K. G. Estresse, coping e burnout da Equipe de Enfermagem de Unidades de Terapia Intensiva: fatores associados. **RevEscEnferm USP**. v.49, p.58-64, 2015. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0080-62342015000700058&script=sci\\_abstract](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0080-62342015000700058&script=sci_abstract)> . Acesso em: 09 jun. 2019.

ANTUNES, C. S. A escola do trabalho: formação humana em Marx. Tese (**Doutorado em educação**) – **Universidade Estadual de Campinas**, Faculdade de Educação, Campinas, 2016.

Disponível

em:

<

[http://repositorio.unicamp.br/bitstream/REPOSIP/305034/1/Antunes\\_CaioSgarbi\\_D.pdf](http://repositorio.unicamp.br/bitstream/REPOSIP/305034/1/Antunes_CaioSgarbi_D.pdf)>.

Acesso em: 12 set. 2019.

AZEVEDO, M. C; TONELLI, M. J; SILVA, A. L. Contratos flexíveis de trabalho: Diferentes perfis de trabalhadores qualificados brasileiros. **RAUSP**, v. 50. n.3, p.277-291, 2015.

BAPTISA, M. N; SOARES, T. F. P; RAAD, A. J; SANTOS, L. M. Burnout, estresse, depressão e suporte laboral em professores universitários. **Revista Psicologia: Organizações e trabalho**,

Brasília, v.19, n.1, p.567-570, 2019. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1984-66572019000100008&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572019000100008&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 17 mar. 2019.

BEAR, M. F.; CONNORS, B. W; PARADISO, M. A. **Neurociência: desvendando o sistema nervoso**. 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.

BRASIL. Lei n. 9.394, de 20 de dezembro de 1996. **Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional**. Brasília, DF, 1996.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Benefícios da atividade física**, 2017. Disponível em: <<http://www.saude.gov.br/artigos/781-atividades-fisicas/40394-beneficios-da-atividade-fisica>>. Acesso em: 05 out. 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução nº 466**, de 12 de dezembro de 2012. Brasília, 2013. Disponível em: <[http://conselho.saude.gov.br/ultimas\\_noticias/2013/06\\_jun\\_14\\_publicada\\_resolucao.html](http://conselho.saude.gov.br/ultimas_noticias/2013/06_jun_14_publicada_resolucao.html)>. Acesso em: 26/02/2019.

BORGES, M. S; SANTOS, M. B. C; PINHEIRO, T. G. Social representations about religion and spirituality. **Rev Bras Enferm**. v.68.n.4. p.609-616, 2015.

CARLOTTO, M. S; CÂMARA, S. G. Riscos psicossociais associados à síndrome de *burnout* em professores universitários. **Avances en Psicología Latinoamericana**, v.35, n.3, p. 447-457, 2017. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.12804/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.4036>>. Acesso em: 06 out. 2019.

CHAVES, L. B; SOUZA, T. F; SILVA, M. V. C; OLIVEIRA, C. F; LIPP, M. E. N; PINTO, M. L. Estresse em universitários: análise sanguínea e qualidade de vida. **Revista Brasileira de terapias cognitivas**. v.12, n.1, p. 20-26, 2016. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-56872016000100004](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872016000100004)>. Acesso em: 09 jun. 2019.

COOPER, D. R.; SCHINDLER, P. S. **Métodos de Pesquisa**. 12. ed. Porto Alegre: McGraw Hill Brasil, 2016.

COSTA, J. W. S. Impactos do estresse e sua associação com o comportamento alimentar dos graduandos de enfermagem. **Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal do Rio Grande do Norte**, Centro de Ciências da Saúde, Programa de Pós Graduação em Enfermagem, 2017.

Disponível em:  
<[https://repositorio.ufrn.br/jspui/bitstream/123456789/23847/1/JessikaWanessaSoaresCosta\\_DISSERT.pdf](https://repositorio.ufrn.br/jspui/bitstream/123456789/23847/1/JessikaWanessaSoaresCosta_DISSERT.pdf)>. Acesso em: 04 out. 2019.

CUNHA, M. I. Docência na Educação Superior: a professoralidade em construção. **Educação**. 2018, v.41, n.1, p.6-11. Disponível em:  
<<http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/faced/article/view/29725>>. Acesso em: 18. set. 2019.

DENEVA, T; IANAKIEV, Y; KESKINOVA, D. Burnout Syndrome in Physicians— Psychological Assessment and Biomarker Research. **Medicina**.v.55, n.209, p.1-11, 2019. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31137738>>. Acesso em: 08 jun. 2019.

DIAS, T. L; NEVES, M. S; SILVEIRA, K. A; ENUMO, S. R. F. Estresse e estratégias de enfrentamento de professores: um estudo comparativo. **Revista Triângulo**. v.11, n.2. p.264-279, 2018. Disponível em:  
<<http://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/revistatriangulo/article/view/2609/pdf>>. Acesso em: 19. Set. 2019.

DOCÊNCIA. **Dicionário online Priberam da Língua Portuguesa**. 18 set. 2019. Disponível em: <<https://dicionario.priberam.org/professor>>. Acesso em: 18 set. 2019.

FALEIROS, F; KAPPLER, C; PONTES, F. A. R; SILVA, S. S. C; GOES, F. S. N; CUCICK, C. D. Uso de questionário online e divulgação virtual como estratégia de coleta de dados em estudos científicos. **Texto & Contexto Enfermagem**, v. 25, n. 4, p. 1-6, 2016 Disponível em:  
<<https://www.redalyc.org/pdf/714/71447791004.pdf>>. Acesso em: 23 set. 2019.

FEIJAO, G. M. M; MORAIS, N. A. Interação família e trabalho: a percepção de docentes do ensino superior acerca da satisfação conjugal. **Contextos Clínic**, v. 11, n. 1, p. 83-96, 2018. Disponível em:  
<[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1983-34822018000100008&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-34822018000100008&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 25 set. 2019.

FREITAS, E; SOARES, G. L. Gestão em foco: Qualidade de vida no trabalho. **IS3 Soluções**, 2019. Disponível em: <<https://escolademercado.com.br/wp-content/uploads/2019/09/GestaoemFoco-QVT.pdf>>. Acesso em: 30 set. 2019.

FONSECA, V. H.; NUNES, D. M. S.; SANTANA, C. M. Amostragem: Conhecimento e uso em empresas de auditoria. **RAGC**. v.4, n.16, p.124-140, 2016. Disponível em: <<http://www.fucamp.edu.br/editora/index.php/ragc/article/view/865>>. Acesso em: 08 jun. 2019.

GOMES, C. V; FRINHANI, F. M. D. Alimentação Saudável como direito humano à saúde: Uma análise das normas regulamentadoras da produção de alimentos orgânicos. **Leopoldiano**. v.43, n. 121, p.73-93,2017. Disponível em: <<http://periodicos.unisantos.br/leopoldianum/article/viewFile/757/638>>. Acesso em: 04. out.2019.

GOMES, R.S.; COQUEIRO, J.F.R. Qualidade de Vida Relacionada à Carga de Trabalho dos Profissionais de Saúde com enfoque nos problemas desencadeados . **Id on Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia**, v.10, n.33, p. 249-261, 2017.

\_\_\_\_\_. INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA. **Censo da Educação Superior** – 2018. Disponível em:<[http://portal.inep.gov.br/artigo/-/asset\\_publisher/B4AQV9zFY7Bv/content/dados-do-censo-da-educacao-superior-as-universidades-brasileiras-representam-8-da-rede-mas-concentram-53-das-matriculas/21206](http://portal.inep.gov.br/artigo/-/asset_publisher/B4AQV9zFY7Bv/content/dados-do-censo-da-educacao-superior-as-universidades-brasileiras-representam-8-da-rede-mas-concentram-53-das-matriculas/21206)>. Acesso em: 25 set. 2019.

IBGE- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **PAS- Pesquisa Anual de Serviços**,2017. [online] Disponível em:<<https://cidades.ibge.gov.br/brasil/mg/passos/panorama>>. Acesso em: 08 abril. 2019.

LAZZARINI, A. B; SAMPAIO, C. P; GONÇALVES, V. S; NASCIMENTO, E. R. F; PEREIRA, F. M. V; FRANÇA, V. V. Mulheres na Ciência: papel da educação sem distinção por gênero, **Rev. Ciênc. Ext.** v.14, n.2, p.188-194, 2018. Disponível em:<[https://ojs.unesp.br/index.php/revista\\_proex/article/view/1717/2019](https://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/1717/2019)>. Acesso em: 25 set. 2019.

MACHADO, L. M; SCORZAFAVE, L. G. D. S. Distribuição de Salários de

Professores e Outras Ocupações: Uma Análise para Graduados em Carreiras

Tipicamente Ligadas à Docência. **Rev. Bras. Econ.**, v. 70, n. 2, p.

203-220, 2016. Disponível

em:<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71402016000200203&lng=en&nrm=iso)

71402016000200203&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 01 Out. 2019.

MADRIAGA, L. C. V; SOUZA, N. V. D. O; D'OLIVEIRA, C. A. F. B; CARVALHO, E. C; LISBOA, M. T. L; ANDRADE, K. B. S. O docente de enfermagem Uma análise sociodemográfica, laboral e de saúde. **Rev enferm UFPE on line.**, v.13, n.2, p.438-48, 2019.

Disponível em:

<<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/viewFile/235941/31355>>.

Acesso em:05 out. 2019.

MARX, W; MOSELEY, G; BERK, M; JACKA, F. Psiquiatria nutricional: O estado atual da evidência. **Proceedings of Nutrition Society**, v.76, n. 4,p. 427-436, 2017. Disponível em: <

[https://www.cambridge.org/core/journals/proceedings-of-the-nutrition-](https://www.cambridge.org/core/journals/proceedings-of-the-nutrition-society/article/nutritional-psychiatry-the-present-state-of-the-evidence/88924C819D21E3139FBC48D4D9DF0C08)

[society/article/nutritional-psychiatry-the-present-state-of-the-](https://www.cambridge.org/core/journals/proceedings-of-the-nutrition-society/article/nutritional-psychiatry-the-present-state-of-the-evidence/88924C819D21E3139FBC48D4D9DF0C08)

[evidence/88924C819D21E3139FBC48D4D9DF0C08](https://www.cambridge.org/core/journals/proceedings-of-the-nutrition-society/article/nutritional-psychiatry-the-present-state-of-the-evidence/88924C819D21E3139FBC48D4D9DF0C08)>. Acesso em: 04 out. 2019.

MASLACH, C.; JACKSO, S.E. The measurement of experienced burnout. **J. Organ. Behav.**

1981, 2, 99–113. Disponível em:<

[https://smlr.rutgers.edu/sites/default/files/documents/faculty\\_staff\\_docs/TheMeasurementofE](https://smlr.rutgers.edu/sites/default/files/documents/faculty_staff_docs/TheMeasurementofExperiencedBurnout.pdf)

[xperiencedBurnout.pdf](https://smlr.rutgers.edu/sites/default/files/documents/faculty_staff_docs/TheMeasurementofExperiencedBurnout.pdf)>. Acesso em: 04 set. 2019.

MASSA, L. D. B; SILVA, T. S.; SÁ, I. S. V. B; BARRETO, B. C; ALMEIDA, P. H. T. Q; PONTES, T. B. Síndrome de Burnout em professores universitários. **Rev Ter Ocup Univ.** v.27,

n.2, p. 180-189,2016. Disponível em:

<<http://www.revistas.usp.br/rto/article/view/104978/116562>>. Acesso em: 07 set. 2019.

MENDES, T. C; BACCON, A. L. P. Profissão docente: O que é ser professor?. **Educere XVII Congresso Nacional de Educação.** 2015. Disponível em:

<[https://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2015/17709\\_7650.pdf](https://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2015/17709_7650.pdf)>. Acesso em: 18 set.

2019.

MELO, C. F; SAMPAIO, SAMPAIO, I. S; SOUZA, D. L. A; PINTO, N. S. Correlação entre religiosidade, espiritualidade e qualidade de vida: uma revisão de literatura. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 15, n. 2, p. 447-464, 2015. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/4518/451844504002.pdf>>. Acesso em: 07 out. 2019.

MENEZES, P. C. M; ALVES, E. S. R. C; NETO, S. A. A; DAVIM, R. M. B; GUARÉ, R. O. Síndrome de Burnout: Avaliação de risco em professores de nível superior. **RevEnferm UFPE online**, Recife, v.11, n.11, p. 4351-4359, 2017. Disponível em: <<https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:99zjiVd8EUYJ:https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/download/23541/24689+&cd=1&hl=pt-BR&ct=clnk&gl=br>>. Acesso em: 08 jun. 2019.

MOREIRA-ALMEIDA, A; LUCCHETTI, G. Panorama das pesquisas em ciência, saúde e espiritualidade. **Cienc. Culto.** v. 68, n. 1, p. 54-57, 2016. Disponível em <[http://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0009-67252016000100016&lng=en&nrm=iso](http://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0009-67252016000100016&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 02 out. 2019.

NASCIMENTO, E.E.F; VILAÇA, S.Q.S; SILVA, T.C.T; DUQUE, M.A.A. Desenvolvimento da síndrome de Burnout nos enfermeiros de UTI de um hospital privado do agreste Pernambucano. **Brazilian J. Hea. Rev.** Curitiba, v.3 n.4, p.7325-7352, 2020. Disponível em: DOI:10.34119/bjhrv3n4-010. Acesso em 06 Ag..2020.

PATINO, C; FERREIRA, J. C. Critérios de inclusão e exclusão em estudos de pesquisa: definições e por que eles importam. **J. bras.pneumol.**, São Paulo , v. 44, n. 2, p. 84, 2018 . Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1806-37132018000200084&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-37132018000200084&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 04 Abr. 2019.

PEREIRA, A. C. Módulo 2 – **Probabilidades e técnicas de amostragem**. Escola Nacional de administração Pública. p. 25, 2015. Disponível em: <<http://repositorio.enap.gov.br/handle/1/2715>>. Acesso em: 05 jun. 2019.

PEREIRA, A. S. Qualidade de vida no trabalho: Um fator determinante para o bemestar docente em escolas públicas. **Estágio Supervisionado (Curso de administração)**. UPF, 2018. Disponível em:<<http://repositorio.upf.br/bitstream/riupf/1636/1/PF2018Alice%20Sossmeier%20Pereira.pdf>>. Acesso em: 01 out. 2019.

PEREIRA, A. S; SHITSUKA, D. M; PARREIRA, F. J; SHITSUK, F. **Metodologia pesquisa científica** [recurso eletrônico] / . – 1. ed. – Santa Maria, RS : UFSM, NTE, 2018. Disponível em: [https://www.ufsm.br/orgaos-suplementares/nte/wp-content/uploads/sites/358/2019/02/Metodologia-da-Pesquisa-Cientifica\\_final.pdf](https://www.ufsm.br/orgaos-suplementares/nte/wp-content/uploads/sites/358/2019/02/Metodologia-da-Pesquisa-Cientifica_final.pdf). Acesso em: 08 jun. 2019.

PRADO, R; BASTIANINI, M. E; CAVALLERI, M. Z; RIBEIRO, S. F. R; PIZI, E. C. G; MARSIANO, J. A. Avaliação da síndrome de burnout em professores universitários. **Revista da ABENO**, v.17, n.3, p.21-29, 2017. Disponível em: <https://revabeno.emnuvens.com.br/revabeno/article/view/409>. Acesso em: 17 mar. 2019.

PROFESSOR. **Dicionário online Priberam da Língua Portuguesa**. 18 set. 2019. Disponível em: <https://dicionario.priberam.org/professor>. Acesso em: 18 set. 2019.

RAMOS, F. P; ENUMO, S. R. F.; PAULA, K.. Teoria Motivacional do Coping: uma proposta desenvolvimentista de análise do enfrentamento do estresse. **Estud. psicol.** Campinas , v. 32, n. 2, p. 269-279, Jun 2015 . Disponível em : [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-166X2015000200269&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2015000200269&lng=en&nrm=iso). Acesso em 20 Set. 2019.

RIBEIRO, L; BARBOSA, A. C. R; SOARES, A. S. Avaliação da prevalência de burnout entre professores e a sua relação com as variáveis sociodemográficas. **R. Enferm. Cent. O. Min, Minas Gerais**, v.5, n.3, p.1741-1751, 2015. Disponível em: <http://www.seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/987> >. Acesso em 06 mar. 2019.

ROCHA; H. A; CUNHA, V. C. A. Síndrome de Burnout: Descrição da sintomatologia entre os profissionais da saúde pública de um município do Alto Paranaíba, Minas Gerais. **Gerais: Revista de Saúde Pública do SUS/ MG**. v. 2, n.1,p.33-39, 2014. Disponível em: <http://revistageraissaude.mg.gov.br/index.php/gerais41/article/view/290/141>>. Acesso em: 06 out. 2019.

ROCHA, T. P. O; MATOS, M. S; CORREA, F. B; SILVA, C. O; BURLA, R. S. Anatomofisiologia do estresse e o processo de adoecimento. **Revista Científica da FMC**. v.12, n.2, p. 31-31, 2018. Disponível em: <http://www.fmc.br/ojs/index.php/RCFMC/article/view/198>>. Acesso em: 09 jun. 2019.

RODRIGUES, C. F. S; LIMA, F. J. C; BARBOSA, F. T. Importância do uso adequado da estatística básica nas pesquisas clínicas. **Brazilian Journal of Anesthesiology**,

v. 67, n.6,p.619-625,2017. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0034709417300673>>. Acesso em: 05. Out. 2019.

ROHM, R. H. D.; LOPES, N. F. O novo sentido do trabalho para o sujeito pós-moderno: uma abordagem crítica. **Cadernos EBAPE.BR**, v. 13, n. 2, p. 332-345, 2015. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1679-39512015000200008&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1679-39512015000200008&script=sci_abstract&tlng=pt)>. Acesso em: 12 set. 2019.

SÁ, F. Burnout: mais próximo do setor da saúde do que se imagina. **Fehoesp**, n.9, p.17-23, 2017.

SÁ, S. C. A; SILVA, R. M; KIMURA, C. A; PINHEIRO, G. Q; GUIDO, L. A, MORAES, I. M. F. Estresse em docentes universitários da área de saúde de uma faculdade privada do entorno do Distrito Federal. **Rev. Cient. Sena Aires**. v.7, n.3, p. 200-207,2018. Disponível em: <<http://revistafacesa.senaaires.com.br/index.php/revisa/article/view/321/231>>. Acesso em: 01 out. 2019.

SANTOS, I. M; FERREIRA, L. B. Desafios da mulher no ambiente empresarial: Fatores influenciadores na carreira feminina. **Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação de Administração)** – Faculdade de Tecnologia e Ciências Sociais aplicadas – FATECS, Centro Universitário de Brasília, p 4- 36, 2018. Disponível em: <<https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/235/12719/1/21200384.pdf>>. Acesso em: 07 out. 2019.

SANTOS, N; MARINHO, F. P; LIMA, K. Y. N; RODRIGUES, C. C. F. M; SANTOS, V. E. P. Docência universitária e o estresse nos cursos de enfermagem e medicina. **Rev. enferm UFSM**, Rio Grande do Norte, v.6, n.1, p.61-70, 2016. Disponível em: <<https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/17078>>. Acesso em: 30 jan. 2019.

SAMPAIO, H; SANCHEZ, I. Formação acadêmica e atuação profissional de docentes em educação: USP e UNICAMP. **Cad. Pesqui**. v. 47, n. 166, p. 1268-1291,2017. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0100-15742017000401268&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-15742017000401268&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 28 Set. 2019.

SAMPAIO, A. A; STOBAUS, C. D; BAEZ, M. A. C. Vivências de mal estar na transição da licenciatura á docência. **Movimento**, v. 23, n. 3, 2017, p. 975-987. Disponível em: <<https://seer.ufrgs.br/Movimento/article/view/65257>>. Acesso em: 18 set. 2019.

SEVERINO, A. J. **Metodologia do trabalho científico** – 2. ed. – São Paulo: Cortez, 2017.

SILVA, J. L. L; PEREIRA, L. C. L; SANTOS, M. P; BORTOLAZZO, P. A. A. B; RABELO, T. G. S; MACHADO, E. A. Prevalência da Síndrome de burnout entre professores da Escola Estadual em Niterói, Brasil. **Enfermería Actual en Costa Rica**, v.34, p.1-12, 2018. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44854610002>>. Acesso em: 08 jun. 2019.

SILVA, L. B. Carreiras de professoras das ciências exatas e engenharia: estudo em uma IFES do Nordeste Brasileiro. Tese (Doutorado em Educação) - **Programa de Pós Graduação em educação, UFPB.** 2017. Disponível em: <<https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/tede/9763/2/Arquivo%20Total.pdf>>. Acesso em: 25 set. 2019.

SILVA, R. N; GOULART, C. T; GUIDO, L. A. Evolução histórica do conceito de estresse. **Rev. Cient.Sena Aires.** v. 7, n.2,p. 148-156, 2018. Disponível em: <<http://revistafacesa.senaaires.com.br/index.php/revisa/article/viewFile/316/225>>. Acesso em: 08 jun. 2019.

SILVA, R. P; BARBOSA, S. C; SILVA, S. S; PATRICIO, D. F. Burnout e estratégias de enfrentamento em profissionais de enfermagem. **Arq. bras.psicol.**v. 67, n. 1, p. 130-145, 2015. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-52672015000100010&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672015000100010&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 09 jun. 2019.

SOUSA, M. B. C; SILVA, H. P. A.; GALVAO-COELHO, N. L. Resposta ao estresse: I. Homeostase e teoria da alostase. **Estud. psicol**0. v. 20, n. 1, p. 2-11, 2015. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-294X2015000100002&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2015000100002&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 20 Set. 2019.

SOUZA, A. K. S; MARIA, A. L. Síndrome de Burnout em diferentes áreas profissionais e seus efeitos. **Rev. Acta Brasileira do Movimento Humano.** v.6, n.3, p.1-12, 2016.

SOUZA, P. M. R. A; LOPES, A. L. S. V; HILAL, A. V. G. Centralidade do trabalho na perspectiva de mulheres em diferentes faixas etárias. **Race**, v. 16, n. 1, p. 9-36. 2017. Disponível em: <<http://editora.unoesc.edu.br/index.php/race>>. Acesso em: 23 set. 2019.

SOUZA, S; SOUZA, F. M. T; BARBOSA, S. C; OPES, R. S; FERNANDES, D. G. Síndrome de burnout e valores humanos em professores da rede pública estadual da cidade de João Pessoa: Um estudo correlacional. **Análise Psicológica**. v. 34, n.2, 2016. Disponível em: <[http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0870-82312016000200002](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0870-82312016000200002)>. Acesso em: 21 set. 2019.

TABORDA, M; RANGEL, M. Pesquisa Quali-quantitativa On-line: Relato de uma experiência em desenvolvimento no campo da saúde. **Atas – Investigação Qualitativa na Saúde**. v.1, p.11-15, 2015. Disponível em: <<https://proceedings.ciaiq.org/index.php/ciaiq2015/article/view/2/1>>. Acesso em: 23 set. 2019.

TAMAYO, M. R. Relação entre a síndrome do burnout e os valores organizacionais no pessoal de enfermagem de dois hospitais públicos. **Dissertação de Mestrado não publicada**; Programa de Pós- Graduação em Psicologia, Universidade de Brasília, Brasília, 1997.

TOLEDO, M. T. T; ABREU, M. N; LOPES, A. C. Souza. Adesão a modos saudáveis de vida mediante aconselhamento por profissionais de saúde. **Rev. Saúde Pública**, v. 47, n. 3, p. 540-548, 2013 . Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-89102013000300540&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102013000300540&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 07 Out. 2019.

VEIGA, R. F; AFONSO, M. R; FARIAS, G. O; SINOTT, E. C; RIBEIRO, J. A. B. Qualidade de vida no trabalho: Contexto de atuação profissional e carreira docente. **Pensar a Prática**. v.20, n.2, p.333-348, 2017. Disponível em: <<https://www.revistas.ufg.br/fef/article/view/36798/pdf>>. Acesso em: 07 set. 2019.