SÍNDROME DE *BURNOUT* E QUALIDADE DE VIDA DOS PROFESSORES: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

BURNOUT SYNDROME AND QUALITY OF LIFE OF TEACHERS: A SYSTEMATIC REVIEW

Luma Mirely de Souza Brandão
ORCID 0000-0002-8698-4017
Universidade do Estado da Bahia, UNEB
Juazeiro, Brasil
luminhamyrele@gmail.com

Joice Requião Costa de Santana
ORCID 0000-0002-7264-2956
Universidade do Estado da Bahia, UNEB
Juazeiro, Brasil
joyce_requi@hotmail.com

Ester Costa Lima
ORCID 0000-0001-5625-282X
Universidade do Estado da Bahia, UNEB
Juazeiro, Brasil
ester.enfe@gmail.com

Artur Gomes Dias-Lima
ORCID 0000-0002-1656-9598
Universidade do Estado da Bahia, UNEB
Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública, EBMSP
Salvador, Brasil
agdlima@uneb.br

Resumo. A síndrome de *burnout* é um fenômeno psicossocial, que se desenvolve como resposta ao estresse ocupacional crônico, associado a condições de trabalho físicas, emocionais e psicológicas adversas. Entre as categorias profissionais mais vulneráveis, destaca-se a docência, caracterizada por sobrecarga laboral, baixa remuneração, infraestrutura precária e turmas superlotadas, fatores que comprometem o bem-estar, a qualidade de vida e o desempenho desses profissionais. Diante disso, o objetivo desse estudo é avaliar a associação entre a síndrome de *burnout* e a qualidade de vida de professores brasileiros por meio da literatura científica disponível. Para tanto, foi realizada uma revisão sistemática, com buscas nas bases de dados *Embase*, *Lilacs*, *Pubmed*, *Scopus*, *Scielo* e *Web of Science*, nos idiomas inglês, português e espanhol, resultando na inclusão de 5 artigos que atenderam aos critérios de elegibilidade. Os resultados encontrados demonstraram que há associação negativa entre *burnout* e qualidade de vida dos professores brasileiros em todos os estudos analisados, evidenciando que maiores níveis da síndrome estão relacionados a piores indicadores de qualidade de vida. Contatou-se que fatores laborais afetam a qualidade de vida dos professores brasileiros, impactando não apenas a saúde e a vida pessoal dos docentes, como também as organizações de ensino e a qualidade do ensino. Portanto, esses resultados evidenciam a importância e a necessidade de novas investigações que avaliem essa relação entre o *burnout* e a qualidade de vida de docentes brasileiros, a fim de subsidiar estratégias de prevenção e promoção da saúde docente no contexto educacional brasileiro.

Palavras-chave: síndrome de *burnout*; esgotamento profissional; saúde ocupacional; docentes; educação; Brasil.

Abstract. Burnout syndrome is a psychosocial phenomenon that develops in response to chronic occupational stress, arising from adverse physical, emotional, and psychological working conditions. Among the professional groups most vulnerable to this condition, teaching stands out, characterized by excessive workload, low remuneration, inadequate infrastructure, and overcrowded classrooms, factors that compromise educators' well-being, quality of life, and job performance. In light of this, the aim of this study is to evaluate the association between burnout syndrome and the quality of life of Brazilian teachers through scientific literature. To achieve this, a systematic review was conducted, involving searches in the Embase, Lilacs, PubMed, Scopus, Scielo, and Web of Science databases, covering publications in English, Portuguese, and Spanish, which resulted in the inclusion of five articles that met the established eligibility criteria. The results revealed a negative association between burnout and quality of life among Brazilian teachers in all analyzed studies, indicating that higher levels of burnout are associated with poorer quality of life indicators. It was observed that work-related factors affect the quality of life of Brazilian teachers, impacting not only their health and personal well-being but also educational institutions and the overall quality of education. Therefore, these results highlight the importance and urgency of further investigations examining the relationship between burnout and

quality of life among Brazilian teachers, in order to inform the development of preventive strategies and health promotion initiatives within the Brazilian educational context.

keywords: burnout syndrome; professional exhaustion; occupational health; teachers; education; Brazil.

1. INTRODUÇÃO

A Síndrome de *Burnout* (SB) é resultado de um estresse prologando e extremo no ambiente de trabalho, em que o profissional se sente exausto tanto fisicamente como mentalmente (Lima & Fernandes, 2021). Segundo Maslach e Leiter (2016), há três principais dimensões de resposta a esses estressores no trabalho, que são a exaustão, a despersonalização e a diminuição da realização pessoal. A exaustão emocional extrema é resultado, sobretudo, da sobrecarga de trabalho, ocasionando problemas no desenvolvimento das atividades laborais por parte dos trabalhadores, devido, principalmente, ao trabalhador estar esgotado. Já o sentimento de negatividade, de cinismo, de desinteresse pelo trabalho e de isolamento são os principais sintomas referentes à despersonalização. No que diz respeito à diminuição da realização pessoal, destaca-se, principalmente, o sentimento de incapacidade de executar as atividades de trabalho (Almeida, 2019).

Atualmente, a SB é considerada um dos mais relevantes riscos ocupacionais psicossociais da sociedade, que afeta tanto os trabalhadores como as organizações (Edú-Valsania, Laguía, & Moriano, 2022). No que diz respeito aos profissionais, a SB pode conduzir a graves danos físicos e psicológicos na saúde, como problemas respiratórios, cardiovasculares, musculares, gastrointestinais, imunológico (Lima & Fernandes, 2021), distúrbios do sono (Edú-Valsania *et al.*, 2022), dentre outros. Já nas organizações, os principais prejuízos são diminuição na produtividade (Edú-Valsania *et al.*, 2022; Lima & Fernandes, 2021; Matos, Sharp, & Laochite, 2021), crescimento no absenteísmo (Edú-Valsania *et al.*, 2022; Matos *et al.*, 2021) e presenteísmo (Galdino *et al.*, 2021), redução no interesse no trabalho (Matos *et al.*, 2021), dentre outros.

Inúmeros fatores relacionados ao trabalho têm contribuído para o surgimento da SB, quais sejam: elevadas carga de trabalho, ausência de autonomia, supervisão inapropriada, ausência de apoio social no trabalho, elevadas horas de trabalho e horas extras (Edú-Valsania *et al.*, 2022). Diversos são os sintomas que os trabalhadores sofrem, com destaque para: cansaço excessivo, físico e mental; dor de cabeça frequente; alterações no apetite; insônia; dificuldades de concentração; sentimentos de fracasso e insegurança; negatividade constante; sentimentos de derrota e desesperança; sentimentos de incompetência; alterações repentinas de humor; isolamento; fadiga; pressão alta e dores musculares (Brasil, 2023).

Devido aos inúmeros danos que a SB pode causar aos profissionais, as organizações, a economia e a saúde pública, a Organização Mundial da Saúde inseriu essa síndrome na 11ª Revisão da Classificação Internacional das Doenças (CID-11) como um fenômeno associado exclusivamente ao trabalho (Edú-Valsania *et al.*, 2022). A SB pode acometer profissionais de qualquer área, contudo é comumente encontrada em profissionais que são diariamente expostos a situações de pressão, responsabilidades e elevado contato direto com pessoas (Almeida, 2019). Dentre as categorias de profissionais, a docência tem se destacado como uma das mais afetadas (Matos *et al.*, 2022; Mazzafera & Andrade, 2022). Isso porque, o exercício do magistério demanda extensas horas diárias de atividades e grande esforço mental, o que, consequentemente, faz com que esses profissionais trabalhem por elevados períodos de tempos. Podendo, assim, afetar a sua vida pessoal e profissional e influenciar negativamente o seu bem-estar e qualidade de vida (Galdino *et al.*, 2021). A atividade dos docentes é identificada como extremamente estressante, o que pode acarretar problemas de saúde e redução do seu desempenho profissional (Araújo, Pinho & Masson, 2019). Além disso, é marcada por baixos

salários, organizações com estruturas precárias e excesso de alunos nas salas de aula (Tabeleão, Tomasi, & Neves, 2011). Todos esses fatores podem provocar o adoecimento não apenas físico, mas também mental desses profissionais (Mazzafera & Andrade, 2022).

Além da SB afetar a saúde dos docentes, também pode influenciar em suas relações sociais, bem-estar e qualidade de vida (Lima & Fernandes, 2021). A Organização Mundial da Saúde (1995, p. 1405) definiu a qualidade de vida como uma "percepção do indivíduo sobre sua posição na vida no contexto da cultura e dos sistemas de valores em que vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações". Essa percepção de qualidade de vida pode ser impactada pelo ambiente e pelas circunstâncias de trabalho (Matos *et al.*, 2022).

Diante do exposto e da importância do tema, torna-se premente avaliar a síndrome de *burnout* e a qualidade de vida dos docentes, e, sobretudo, a relação entre ambos, a fim de subsidiar estratégias de prevenção, promover ambientes laborais mais saudáveis e preservar o bem-estar e a qualidade de vida desses profissionais. Nesse contexto, o objetivo desse estudo é avaliar a associação entre a síndrome de *burnout* e a qualidade de vida de professores brasileiros por meio da literatura científica disponível.

2. METODOLOGIA

Este estudo trata-se de uma revisão sistemática da literatura, conduzida em conformidade com as diretrizes do *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). O protocolo de pesquisa foi elaborado, definindo-se a pergunta norteadora, os critérios de elegibilidade, as estratégias de busca, o processo de seleção dos estudos e os métodos de extração e síntese dos dados. A pergunta norteadora desse trabalho é: Existe associação entre a síndrome de *burnout* e a qualidade de vida dos professores brasileiros?

2.1 Estratégia de busca

As buscas sistemáticas foram realizadas em seis bases de dados, *Embase*, *Lilacs*, *PubMed*, *Scopus*, *Scielo* e *Web of Science*, entre outubro de 2023 e janeiro de 2024. Foram utilizados os descritores do *Medical Subject Headings* (MeSH) e do Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), quais sejam: "burnout", "quality of life", "teachers" e "Brazil", combinados por meio do operador booleano AND. Para esta análise, não se aplicou recorte temporal, de modo que todos os artigos indexados nas bases de dados selecionadas, até janeiro de 2024, foram considerados, sem restrição por data de publicação.

2.2 Critérios de elegibilidade

Foram incluídos artigos: (a) publicados em inglês, português ou espanhol; (b) disponíveis na íntegra; (c) que investigaram a associação entre a síndrome de *burnout* e qualidade de vida em professores brasileiros, independentemente do nível de ensino (educação básica e/ou superior); e (d) indexados nas bases de dados selecionadas. Foram excluídos: (a) revisões de literatura, resumos e trabalhos de congressos; (b) estudos que não abordassem a associação entre *burnout* e qualidade de vida; e (c) publicações duplicadas, as quais foram contabilizadas apenas uma vez.

2.3 Seleção dos estudos e extração dos dados

A triagem dos artigos foi realizada em duas etapas. Na primeira etapa, foi realizada a triagem inicial, com leitura de títulos e resumos para exclusão de estudos não elegíveis. Na etapa seguinte, foram analisados os textos completos, com leitura integral dos artigos potencialmente elegíveis para confirmação da inclusão. O fluxograma de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão dos estudos foi elaborado conforme as recomendações do PRISMA (Figura 1).

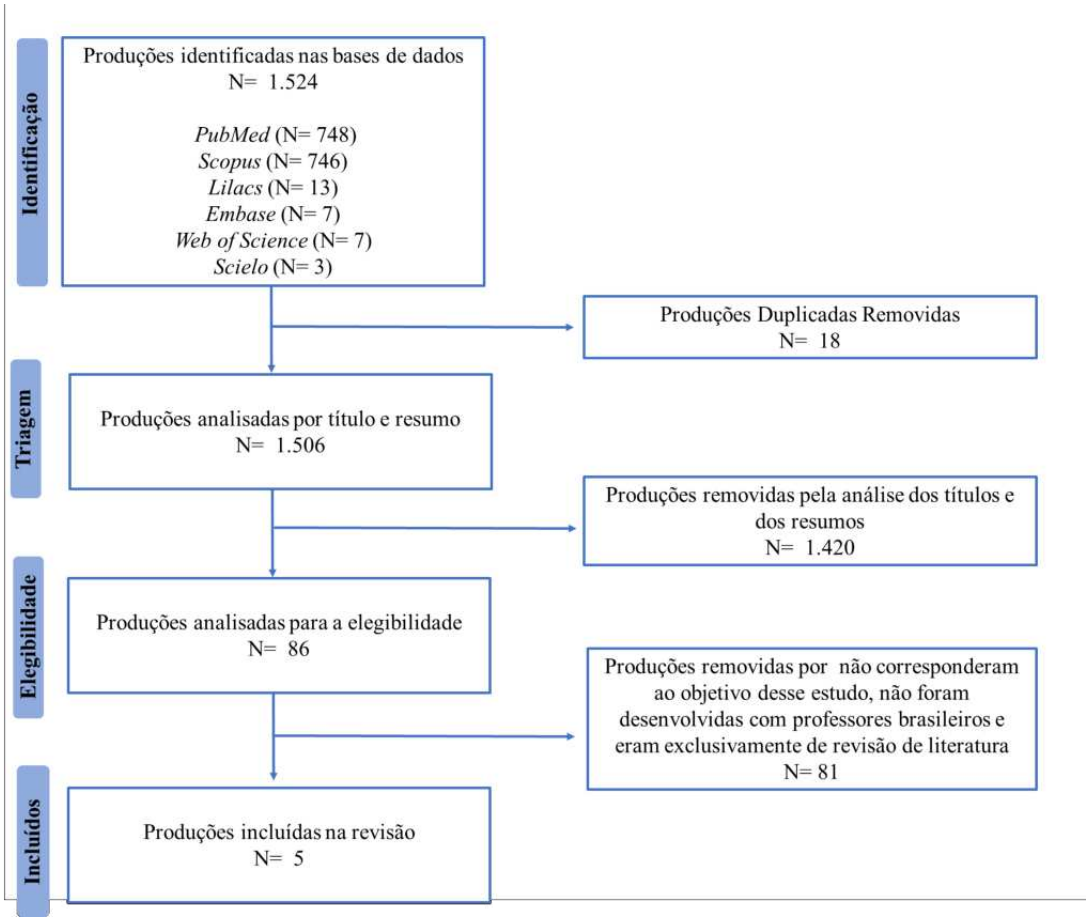

Figura 2. Fluxograma mostrando a identificação e seleção dos estudos.
Fonte: Elaborada pelos autores (2024).

Para a análise qualitativa, procedeu-se à categorização dos dados extraídos dos artigos selecionados. Esses dados foram organizados e categorizados de modo a favorecer uma interpretação robusta e detalhada. Assim, os dados dos estudos incluídos foram extraídos e sintetizados com as seguintes categorias de análise: autor, ano de publicação, título do estudo, tamanho da amostra, setor de ensino (público e/ou privado), nível de ensino (educação básica e/ou superior), instrumentos utilizados para avaliação da síndrome de *burnout* e da qualidade de vida, região do país em que as pesquisas foram realizadas e principais resultados acerca da associação entre as variáveis investigadas. A análise das informações sistematizadas em cada categoria possibilitou identificar padrões, tendências e particularidades nas produções acadêmicas, contribuindo para uma compreensão, sobretudo, da associação entre a síndrome de *burnout* e qualidade de vida de docentes brasileiros.

Para a análise quantitativa, aplicou-se estatística descritiva, com a utilização de frequências e porcentagens para a avaliação das categorias investigadas. No processo de avaliação, inicialmente, foi realizado o tratamento das informações extraídas dos artigos, que foram organizadas de acordo com as categorias previamente estabelecidas. Posteriormente, os dados foram tabulados no *software Microsoft Excel* e submetidos a verificações para assegurar a precisão e a consistência das informações. Por fim, os resultados foram sistematizados em tabelas, a fim de facilitar a clareza, a visualização e a interpretação dos achados.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Inicialmente, foram identificados 1.524 artigos, em que 7 estavam indexados no *Embase*, 13 no *Lilacs*, 748 no *PubMed*, 746 no *Scopus*, 7 no *Web of Science* e 3 no *Scielo*. Os resultados

do processo de seleção desses estudos estão demonstrados no fluxograma da Figura 1. Desses artigos, 18 foram excluídos devido a duplicidade. Após a primeira triagem, com base no título e no resumo, 1.420 estudos foram excluídos. Após leitura e análise, considerando os critérios de inclusão e exclusão, 5 estudos foram selecionados para essa revisão. A exclusão desses artigos ocorreu, principalmente, devido aos seguintes motivos: não corresponderam ao objetivo dessa revisão; artigos exclusivamente de revisão de literatura e; não foram desenvolvidos com docentes brasileiros. Em síntese, a busca nas bases de dados resultou em 1.524 estudos, dos quais, após a remoção das duplicatas e a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 5 foram considerados elegíveis e integraram a presente revisão sistemática.

Informações essenciais acerca desses estudos selecionados foram destacadas, tais como autores, ano de publicação, título, tamanho da amostra, nível de ensino dos professores participantes (educação básica e/ou superior), setor de ensino (público e/ou privado), região do país em que as pesquisas foram realizadas, instrumentos usados para avaliação da síndrome de *burnout* e da qualidade de vida e resultados sobre a associação de *burnout* e qualidade de vida.

3.1 Produções científicas por ano de publicação

Em relação ao ano de publicação, notou-se que os estudos foram publicados entre 2011 e 2023, conforme demonstrado na Tabela 1. Desses artigos, 80% foram publicados nos últimos 5 anos, evidenciando a atualidade e a relevância do tema no cenário científico. Nesse sentido, Brandão, Lima, Santana e Lima (2024) evidenciaram o crescente interesse em investigar a síndrome de *burnout* entre professores, considerando que essa categoria profissional está entre as mais afetadas por essa síndrome. Os autores ressaltaram que esses estudos contribuem para uma melhor compreensão da síndrome nesses profissionais e orientam a implementação de medidas de intervenção destinadas a prevenir e reduzir sua prevalência.

Tabela 1. Informações acerca dos estudos incluídos nesse estudo.

Autor	Ano	Título	Periódico	Amostra
Ramos, Anastácio, Silva, Rosso e Mattar	2023	Burnout syndrome in different teaching levels during the covid-19 pandemic in Brazil	BMC Public Health	438 75% mulheres 25% homens
Matos, Sharp e Laochite	2022	Self-efficacy beliefs as a predictor of quality of life and burnout among university lecturers	Frontiers in Education	1.709 47,8% mulheres 51,9% homens
Galdino et al.	2021	Burnout, workaholism e qualidade de vida entre docentes de pós-graduação em enfermagem	Acta Paulista de Enfermagem	368 84,5% mulheres 15,5% homens
Alves, Oliveira e Paro	2019	Quality of life and burnout among faculty members: How much does the field of knowledge matter?	PLOS ONE	366 40,4% mulheres 59,3% homens
Tabeleão, Tomasi e Neves	2011	Qualidade de vida e esgotamento profissional entre docentes da rede pública de Ensino Médio e Fundamental no Sul do Brasil	Cadernos de Saúde Pública	601 84,5% mulheres 15,5% homens

Fonte: Elaborada pelos autores (2024).

Contudo, apesar da síndrome de burnout ser um tema que vem sendo amplamente discutido em eventos científicos nacionais e internacionais, bem como em produções acadêmicas, nota-se que os estudos que abordam a associação entre burnout e qualidade de vida de professores brasileiros, indexadas nas bases de dados selecionadas, ainda são escassos. Esses resultados sugerem uma lacuna na literatura e reforçam a necessidade de produções que avaliem a associação entre burnout e qualidade de vida de professores brasileiros.

3.2 Distribuição regional dos estudos selecionados

Em relação às regiões do Brasil nas quais as pesquisas foram realizadas, verificou-se que a maioria dos estudos (60%) envolveu docentes de diferentes regiões do país. No estudo realizado por Ramos *et al.* (2023), os professores participantes faziam parte das cinco regiões do Brasil, abrangendo 17 estados. Galdino *et al.* (2021) desenvolveram um estudo com docentes de 47 universidade distribuídas nas cinco regiões do Brasil. Por sua vez, Matos *et al.* (2022) realizaram um estudo com docentes de 78 universidades localizadas em 26 estados de todas as regiões do Brasil e o Distrito Federal. É importante destacar que esses autores não especificaram exatamente quais estados brasileiros foram contemplados. Estudar a síndrome de *burnout* em professores de todas as regiões do Brasil é fundamental, uma vez que sua prevalência pode variar entre diferentes contextos geográficos e demográficos (Brandão *et al.*, 2024).

Por outro lado, Tabeleão *et al.* (2011) conduziram estudo com docentes de Pelotas, no estado do Rio Grande do Sul. Já Alves *et al.* (2021) realizaram pesquisa em uma única universidade pública brasileira, porém não especificaram a instituição nem a região do país em que o estudo foi desenvolvido.

3.3 Nível e setor de ensino

No que se refere ao nível de ensino, percebeu-se que a grande maioria foi realizada com professores que lecionam no ensino superior, o correspondente a 60% dos estudos, conforme Tabela 2. O desenvolvimento de pesquisas envolvendo docentes do ensino superior é relevante, considerando que, no Brasil, esses profissionais desempenham atividades relacionadas ao

ensino, à gestão, à pesquisa e à extensão (Aquino & Monte, 2023), o que acarreta em sobrecarga e elevado nível de responsabilidades (Souza, Carballo, & Lucca, 2017).

Os professores universitários precisam atuar na tríade ensino, pesquisa e extensão (Matos *et al.*, 2022), no qual há alta exigência e expectativas constantes por produções de qualidade, orientações de trabalhos, projetos científicos e com a comunidade, e elevada burocracia, sendo esses fatores potenciais para o esgotamento desses profissionais. Apesar das crescentes exigências por qualificação e produção acadêmica de alta qualidade, nos últimos anos têm ocorrido cortes financeiros na área de pesquisa, o que tem dificultado o trabalho dos docentes, especialmente aqueles da rede pública, responsáveis por grande parte da produção científica no Brasil (Schlesener & Lima, 2021). Nesse sentido, Matos *et al.* (2022) apontam que a ausência de financiamento intensifica a competição por recursos, aumenta a pressão pela publicação de artigos e eleva a demanda por outras atividades acadêmicas similares. Assim, percebe-se que, atualmente, os docentes universitários no Brasil enfrentam uma série de desafios no seu ambiente de trabalho, levantando uma preocupação quanto a sua saúde e qualidade de vida (Matos *et al.*, 2022) e com o sistema de educação, tendo em vista que pode afetar na qualidade do ensino e da aprendizagem (Matos *et al.*, 2022; Ramos, Anastácio, Silva, Rosso & Mattar, 2023).

Nesse contexto, Vasconcelos e Lima (2021) destacaram que os docentes de instituições de ensino superior brasileiras, em particular as públicas, frequentemente enfrentam elevadas demandas de trabalho, o que tem contribuído para o surgimento de agravos à saúde, evidenciando, assim, a necessidade de se investigar e intervir em aspectos relacionados a sua saúde. As autoras apontaram que essas instituições de ensino superior têm sido submetidas à lógica do mercado, resultando na precarização e intensificação do trabalho docente, com consequências negativas para a saúde desses profissionais e para a qualidade de suas atividades acadêmicas.

Dos artigos selecionados, apenas um estudo avaliou professores somente do ensino básico. Esses achados evidenciam a necessidade de realizar mais investigações envolvendo professores da educação básica, especialmente no que se refere à associação entre a síndrome de *burnout* e a qualidade de vida, considerando as condições de trabalho às quais esses profissionais estão expostos, quais sejam: problemas de infraestrutura, elevadas demandas de trabalho, ausência de autonomia e violência física (Souza *et al.*, 2023). Além disso, Ramos *et al.* (2023) revelaram que os professores da educação básica têm apresentado maiores pontuações nas dimensões da síndrome de *burnout* do que os docentes do ensino superior, evidenciando, assim, a necessidade de se realizar mais pesquisas focadas nesses profissionais, sobretudo, na associação dessa síndrome com a qualidade de vida.

Dos estudos selecionados, somente um considerou professores tanto do ensino superior como da educação básica. O desenvolvimento de estudos nos níveis básicos e superior é de suma importância, considerando as particularidades e exigências que caracterizam e diferenciam o exercício do magistério nesses níveis de ensino, como índices distintos de cansaço físico, diversidade de tarefas extraclasse e quantidade de estudantes em sala de aula (Davoglio, Lettnin, & Baldissera, 2015). Adicionalmente, a investigação dos diferentes níveis de ensino mostra-se fundamental, uma vez que tem sido observado um aumento na prevalência da síndrome de *burnout* entre docentes da educação básica e do ensino superior (Souza; Carballo; Lucca, 2023).

Em relação ao setor de ensino, observou-se uma predominância naqueles desenvolvidos com docente de instituições públicas, totalizando 60% do total (Tabela 2). Esses achados corroboram o estudo de Brandão *et al.* (2024), que evidenciaram a predominância (58,9%) de pesquisas brasileiras envolvendo professores atuantes em instituições públicas. As demais pesquisas incluíram docentes de instituições privadas e públicas. Contudo, nesses estudos, o número de instituições públicas participantes foi significativamente maior. Esse maior

interesse em entender se a rotina diária dos docentes do setor público pode estar afetando a qualidade de vida desses profissionais, pode ser devido à fragilidade no sistema educacional, com elevada carga de trabalho, desvalorização e desrespeito (Davoglio *et al.*, 2015).

Adicionalmente, esses docentes estão sujeitos a condições laborais caracterizadas por elevada quantidade de alunos em sala de aula, precarização da infraestrutura, baixa remuneração, ausência de reconhecimento e de apoio social, indisciplina por parte dos alunos, insuficiência de recursos pedagógicos, práticas de assédio moral, inadequadas condições de segurança (Brandão *et al.*, 2024) e ausência de recursos (Matos *et al.*, 2022). Em particular, Vasconcelos e Lima (2021) apontaram que as condições de trabalho enfrentadas pelos professores em universidades públicas são desgastantes, contribuindo para o adoecimento desses profissionais. Nesse sentido, fica evidente a necessidade de desenvolver estratégias para a prevenção de riscos à saúde mental no ambiente de trabalho, bem como de promover discussões sobre o contexto laboral vivenciado pelos docentes.

Tabela 2. Nível e setor de ensino das produções selecionadas.

Nível de ensino	**n (%)**
Ensino básico	1 (20%)
Ensino superior	3 (60%)
Ensino básico e superior	1 (20%)
Setor de ensino	
Público	3 (60%)
Público e privado	2 (40%)

Fonte: Elaborada pelos autores (2024).

Embora algumas pesquisas tenham incluído docentes de instituições privadas e públicas, não foi identificado nenhum estudo que tenha sido realizado somente com professores de instituições privadas, indicando uma lacuna na literatura que merece atenção em investigações futuras.

3.4 Características das amostras

No que diz respeito ao tamanho da amostra, notou-se que os estudos apresentaram variações significativas (N= 366 a N=1.709), totalizando, nas 5 pesquisas selecionadas, 3.482 docentes. Na maioria dessas produções (60%), percebeu-se uma predominância no número de mulheres, com exceção dos estudos realizados por Matos *et al.* (2022) e Alves *et al.* (2019), em que o número de homens foi um pouco maior. De acordo com Tabeleão *et al.* (2011), essa predominância de mulheres na docência sugere ser uma questão histórica, uma vez que essa carreira era uma das poucas possíveis que as mulheres podiam trabalhar. No estudo realizado por Oliveira *et al.* (2021, p.5), também é evidenciado a predominância de mulheres na docência, destacando ser "uma classe predominantemente feminina". Araújo, Pinho e Masson (2019) ainda destacam que em torno de 80% dos professores da educação básica do Brasil são mulheres.

3.5 Instrumentos de avaliação de *burnout* e de qualidade de vida

A Tabela 3 apresenta informações acerca dos instrumentos utilizados para avaliar a síndrome de *burnout* e a qualidade de vida, bem como os resultados encontrados referentes à associação entre essas variáveis. Entre os estudos selecionados, dois instrumentos foram usados para avaliação da síndrome de *burnout*: o *Maslach Burnout Inventory* (MBI) e o *Oldenburg Burnout Inventory* (OLBI). Desses estudos, 4 (80%) utilizaram o MBI e apenas 1 o OLBI. Esses dados corroboram a literatura, uma vez que o MBI é o instrumento mais citado e utilizado a nível mundial (Dall'Ora, Ball, Reinius, & Griffiths, 2020; Dinbutun, 2023; Jarruche

& Mucci, 2021; Maslach, Jackson, & Leiter, 2018 Mijakoski *et al.*, 2022; Steffey *et al.*, 2023) e, especialmente, no Brasil (Ramos *et al.*, 2023).

Tabela 3. Instrumentos utilizados para avaliação de *burnout* e qualidade de vida e os principais resultados encontrados.

Autor Ano	Instrumento de *burnout*	Instrumento de qualidade de vida	Associação entre *burnout* e qualidade de vida	Principais resultados
Ramos *et al.* 2023	MBI	Qualidade de vida e saúde	Sim	Quanto mais baixos os escores de qualidade de vida, maior o de *burnout*
Matos *et al.* 2022	MBI	WHOQOL-bref	Sim	As percepções de qualidade de vida preveem negativamente o *burnout*
Galdino *et al.* 2021	MBI	WHOQOL-bref	Sim	As dimensões de *burnout* estavam diretamente e negativamente associadas à qualidade de vida
Alves *et al.* 2019	OLBI	WHOQOL-bref	Sim	*Burnout* apresentou associação negativa com a qualidade de vida
Tabeleão *et al.* 2011	MBI	WHOQOL-bref	Sim	Quanto maior o *burnout*, menor a qualidade de vida

Fonte: Elaborada pelos autores (2024).

Quanto ao instrumento usado para avaliação da qualidade de vida, houve uma predominância (80%) no *World Health Organization Quality of Life Assessment Instrument - Bref* (WHOQOL-Bref), que é composto por 26 itens envolvendo quatro domínios (físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente) (Alves, Oliveira, & Paro, 2019; Galdino *et al.*, 2021; Tabeleão *et al.*, 2011). Esse instrumento é reconhecido como a medida psicométrica mais relevante para a análise da qualidade de vida num olhar transcultural, multidimensional e subjetivo (Davoglio *et al.*, 2015). Somente 1 trabalho utilizou um instrumento de qualidade de vida e saúde que envolveu 9 indicadores (qualidade do sono, número de horas de sono, qualidade da alimentação, peso corporal, pressão arterial, humor, ansiedade, problemas gastrointestinais e dores musculares) (Ramos *et al.*, 2023).

3.6 *Burnout* e qualidade de vida

Todos os estudos selecionados encontraram associação entre a síndrome de *burnout* e a qualidade de vida dos professores brasileiros, no qual foi percebida a existência de uma correlação negativa (Tabela 3). Nesse sentido, constatou-se, nos estudos desenvolvidos por Ramos *et al.* (2023) e Tabeleão *et al.* (2011), que quanto maior foi a síndrome de *burnout*, menor a qualidade de vida dos professores. Elevados níveis de *burnout* e baixas pontuações de qualidade de vida nos mesmos docentes podem ser configurados como uma questão social, na medida em que suas repercussões, que incluem a perda de qualidade no desempenho profissional e potenciais impactos negativos sobre os sistemas de saúde e educação, extrapolam a esfera individual, afetando também as pessoas que se relacionam diretamente com esses trabalhadores vulneráveis à síndrome (Moraes, Hitora & Verardi, 2019).

Em relação ao que a associação negativa entre qualidade de vida e *burnout* pode causar aos docentes, os achados encontrados no estudo de Matos *et al.* (2022) indicam que grande parte dos professores, que apresentaram menor qualidade de vida e níveis mais elevados de exaustão e despersonalização, revelou baixa autoestima (64,2%), maior número de sintomas adversos relacionados à saúde, como ansiedade (82,5%), depressão (42,4%), inviabilidade de relaxar (78,6%), ausência de concentração (73,4%) e falta de energia (86,9%). Além disso, esses

docentes revelaram piora na qualidade do sono e fadiga física. Já no estudo conduzido por Alves *et al.* (2019), os resultados sugerem que essa associação pode causar nos docentes maior probabilidade de não desfrutarem de momentos fora do ambiente de trabalho, de apresentarem menor percepção de sentido em suas vidas e de necessitarem de cuidados médicos contínuos, bem como insatisfação de sua aparência, problemas de sono e de capacidade para realizar suas atividades diárias, sentimentos negativos, como mau humor, desespero, ansiedade e depressão.

Alguns fatores foram identificados como de risco para percepção geral de qualidade de vida, com destaque para sobrecarga de trabalho, grande precisão de descanso e exaustão física. Esses achados, além de confirmarem que questões relacionadas ao trabalho influenciam na qualidade de vida dos professores, são preocupantes, visto que uma redução na qualidade de vida desses profissionais pode impactar não apenas as suas vidas, mas também na vida de outros indivíduos e na qualidade da educação de uma maneira geral (Alves *et al.*, 2019).

Nesta perspectiva, Alves *et al.* (2019) destacaram que, independentemente da área do conhecimento dos professores, a qualidade de vida desses profissionais foi afetada negativamente. Por outro lado, notou-se piores pontuações de qualidade de vida entre os professores dos ensinos fundamentais e médios em relação aos do ensino superior e educação infantil (Ramos *et al.*, 2023). Apesar de alguns estudos dessa revisão analisarem a associação entre a síndrome de *burnout* e qualidade de vida no ensino público e privado, observou-se que os autores não fizeram uma análise comparativa entre essas diferentes instituições de ensino. Nesse sentido, Borba, Diehl, Santos, Monteiro e Marin (2015) apontaram que não há diferença estatisticamente significativa nas dimensões de *burnout* entre docente de instituições públicas e privadas. Um estudo realizado por Koch, Biazi e Benedetto (2014) revelou que, mesmo atuando em instituições de naturezas distintas, sejam públicas ou privadas, os docentes do ensino superior permanecem altamente vulneráveis ao estresse. Esses resultados sugerem que isso pode estar vinculado às especificidades da categoria profissional em si do que ao tipo de instituição em que os docentes exercem suas atividades, seja pública ou privada.

Por outro lado, estudos mostram que professores de instituições de ensino pública apresentam níveis maiores nas dimensões exaustão emocional e despersonalização da síndrome de *burnout* em comparação aos de instituições privadas (Carlotto & Moraes, 2010; Lopes & Pontes, 2009).Um estudo desenvolvido por Esteves-Ferreira, Santos e Rigolon (2014) revelou que os professores da rede pública de ensino demonstraram maior propensão ao desenvolvimento da síndrome de *burnout* em comparação àqueles que atuam na rede privada. Isso pode estar ocorrendo devido aos professores de instituições públicas estarem expostos a situação de desvalorização, falta de reconhecimento, sobrecarga de trabalho, condições precárias de trabalho, sala de aula superlotadas (Souza *et al.*, 2023). Diferentemente dos professores de instituições privadas que, normalmente, apresentam melhores condições de trabalho, maior remuneração e maior incentivo do que os de instituições públicas (Esteves-Ferreira; Santos; Rigolon, 2014). Estudos que investigam comparativamente a síndrome de *burnout* e a qualidade de vida entre docentes do ensino público e privado, assim como a associação entre essas variáveis, ainda são escassos na literatura brasileira. Essa lacuna evidencia a necessidade de pesquisas mais sistemáticas que explorem não apenas as diferenças entre os contextos institucionais, mas também a associação de *burnout* e a qualidade de vida dos professores.

Quanto ao gênero, os homens apresentaram melhor qualidade de vida, com maiores pontuações nos domínios de saúde física e psicológica em relação às mulheres, como aponta os estudos de Alves *et al.* (2019) e Tabeleão *et al.* (2011). Nesta perspectiva, Matos *et al.* (2023) evidenciaram que nos *clusters* em que a quantidade de mulheres era maior as menores pontuações de qualidade de vida foram encontradas. Essa pior qualidade de vida nas mulheres professoras brasileiras está em consonância com os resultados encontrados no estudo de Martinez, Vitta e Lopes (2009).

Nesta perspectiva, o estudo desenvolvido por Alves *et al.* (2019) percebeu que as mulheres estavam mais exaustas que os homens. Além disso, Matos *et al.* (2023) constataram maiores pontuação em exaustação emocional nos *clusters* com maior número de mulheres. Esses resultados podem estar associados a alguns aspectos, como desigualdade de gênero, lacunas de produtividade no trabalho, desafios no equilíbrio entre vida profissional e pessoal (Matos *et al.*, 2023), menores remunerações (Oliveira *et al.*, 2021) e setores de maior valorização sendo ocupados por homens (Araújo *et al.*, 2019). Do ponto de vista cultural, muitas dessas mulheres além de cumprirem com suas jornadas de trabalho, assumem o papel de cuidadores, ao se responsabilizarem por tarefas domésticas (Oliveira *et al.*, 2021). Nesse sentido, dados referentes ao ano de 2022 evidenciaram que as mulheres despenderam, em média, 9,6 horas semanais a mais do que os homens em atividades domésticas e no cuidado de pessoas, revelando a persistente desigualdade na distribuição do trabalho não remunerado entre os gêneros (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2023).

No tocante a síndrome de *burnout*, o esgotamento era sofrido por mais de um terço dos docentes participantes dos estudos de Alves *et al.* (2019) e de Tabeleão *et al.* (2011). Além disso, foi percebida uma prevalência elevada de 28% no estudo de Galdino *et al.* (2021). Esses achados também foram encontrados por estudos realizados com docentes brasileiros (Aliante, Carlotto, Tittoni, & Abacar, 2021; Oliveira *et al.*, 2021; Santos *et al*., 2024; Silva *et al.*, 2018). Ademais, esses dados podem ser resultado de diversos aspectos relacionados ao trabalho que os docentes brasileiros são expostos diariamente, quais sejam: elevadas carga horária, ausência de autonomia, indisciplina dos estudantes, sobrecarga de trabalho, salas de aulas superlotadas (Montoya, Glaz, Pereira, & Loturco, 2021), ausência de estrutura física apropriada, violência no ambiente escolar, baixa valorização profissional, baixos salários, dentre outros (Dias & Silva, 2020). Esses dados reforçam a importância das condições de trabalho para saúde e bem-estar dos docentes.

Além da síndrome de *burnout*, outras associações com qualidade de vida foram realizadas nos estudos selecionados, como renda familiar, carga horária na escola e autoeficácia dos professores. No estudo de Tabeleão *et al.* (2011), em que a renda familiar média foi de 2,5 salários-mínimos, percebeu-se que uma maior renda familiar estava associada a melhor qualidade de vida. Assim, os docentes que tinham uma maior renda familiar, apresentaram melhor qualidade de vida. Entre os estudos selecionados, apenas esse fez essa associação, o que chama atenção, uma vez que questões financeiras podem afetar negativamente a qualidade de vida dos docentes brasileiros. O mesmo comportamento foi encontrado para carga horária na escola. Quanto à autoeficácia docente, percebeu-se que prediz positivamente a percepção de qualidade de vida (Matos *et al.*, 2022).

Em relação aos domínios de qualidade vida, Tabeleão *et al.* (2011) evidenciaram menor pontuação no domínio meio ambiente. Essas descobertas são consistentes com outros estudos da literatura envolvendo professores brasileiros (Colares, Lopes, Filho, Bavaresco, & Scherer, 2015; Fernandes & Rocha, 2008; Freitas, Calais, & Cardoso, 2018; Pereira, Teixeira, Andrade, Bleyer, & Lopes, 2014). Esses achados apontam que fatores como recursos financeiros, lazer, segurança, transporte, serviços sociais e de saúde e educação têm afetado a qualidade de vida dos professores, uma vez que são aspectos que se referem a esse domínio. Por outro lado, no estudo realizado por Matos *et al.* (2022), foram constatadas pontuações muito baixas no domínio relações sociais, que os autores atribuíram à elevada competitividade nas universidades e jornadas laborais excessivas. Alves *et al.* (2019) também destacaram o domínio relações sociais como um dos de menores percepções de qualidade de vida em professoras mulheres em relação aos homens.

Diante do exposto, fica claro que os aspectos relacionados ao trabalho têm afetado a qualidade de vida dos docentes brasileiros, em que se percebe de forma significativa os efeitos negativos do *burnout* na qualidade de vida desses profissionais. Sendo assim, um fator de risco

que está associado a uma pior qualidade de vida. Adicionalmente, inúmeras são as consequências negativas que a síndrome de *burnout* induz nos trabalhadores, particularmente em aspectos psicológicos, de saúde e comportamentais, impactando seu bem-estar, qualidade de vida e relacionamentos sociais (Edú-Valsania *et al.*, 2022). Nesse sentido, a prevalência de *burnout* pode causar graves danos não apenas aos trabalhadores, mas também às organizações, à economia, à saúde pública e a sociedade.

Diante disso, faz-se necessário e premente intervenções nos ambientes escolares, bem como medidas de prevenção, a fim de assegurar o bem-estar e a qualidade de vida dos professores brasileiros, um ensino de maior qualidade e ambientes de trabalhos mais saudáveis. Os resultados encontrados apontam para necessidade de mais pesquisas que tratem acerca da associação da síndrome de *burnout* com a qualidade de vida de professores brasileiros.

3.7 Pontos fortes e limitações

Os principais pontos fortes desta revisão sistemática consistem, primeiramente, na especificidade da população investigada, para a qual ainda há escassez de evidências na literatura quanto a associação das variáveis analisadas, e, em segundo lugar, na abrangência da estratégia de busca, realizada em seis bases de dados de relevância científica, o que amplia e confere maior robustez aos achados. Ademais, este estudo contribui ao identificar lacunas de investigação ainda pouco exploradas, fornecendo subsídios para futuras pesquisas na área. No que se refere às limitações, destaca-se na exclusão de informações provenientes da literatura cinzenta, anais de conferências e documentos institucionais. Outra limitação refere-se à heterogeneidade metodológica dos estudos incluídos, uma vez que variações nos delineamentos, tamanhos amostrais e instrumentos de avaliação podem ter impactado a síntese dos resultados.

4. CONCLUSÃO

Esse estudo demonstrou a importância de avaliar a associação entre a síndrome de *burnout* e a qualidade de vida de docentes brasileiros, a fim de garantir a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida desses profissionais, bem como a qualidade do ensino. Entender essa relação é fundamental, sobretudo, para desenvolver intervenções e adotar medidas preventivas, obtendo, assim, um ambiente mais saudável nas organizações de ensino e uma alta qualidade de ensino nas instituições brasileiras.

Constatou-se, em todos os estudos analisados, a existência de uma associação significativa entre a síndrome de *burnout* e a qualidade de vida de professores brasileiros, evidenciando que fatores relacionados ao trabalho exercem impacto sobre a qualidade de vida desses profissionais. Observou-se que essa relação é de caráter negativo, ou seja, níveis mais elevados de *burnout* estão associados a pior qualidade de vida. Esses achados indicam que as repercussões desse fenômeno não se restringem apenas à saúde e à vida pessoal dos docentes, mas também afetam o ambiente institucional e a qualidade do ensino, comprometendo o processo educativo e os resultados das instituições de ensino.

Os resultados desse estudo também chamam atenção acerca do elevado número de docentes brasileiros que estão sofrendo de esgotamento profissional, bem como da sua prevalência nesses profissionais, o que, consequentemente, afeta na qualidade de vida. Nesse sentido, alguns fatores relacionados às condições de trabalho, em que os professores brasileiros estão expostos diariamente, foram apontados como de risco para percepção geral de qualidade de vida, com destaque a sobrecarga de trabalho, salas de aulas superlotadas, infraestrutura inadequada e baixos salários.

Embora o *burnout* seja um tema que vem sendo bastante debatido em eventos científicos nacionais e internacionais e em produções científicas, percebeu-se que ainda são escassas as produções de artigo que envolvem *burnout* e qualidade de vida de professores brasileiros,

havendo, assim, uma necessidade de produções que avaliem essa relação. Contudo, foi constatado que a grande maioria foi publicada nos últimos cinco anos, reforçando ser um tema bastante importante e essencial de ser debatido.

As inúmeras consequências individuais, organizacionais e sociais evidenciam e geram alerta sobre a necessidade de se estudar e discutir acerca do *burnout* e qualidade de vida dos professores brasileiros. Portanto, acredita-se que os resultados encontrados nesse estudo sejam de suma importância não apenas para ampliar a discussão e promover a divulgação de informações acerca desse tema, mas também promover reflexões que conduzam a uma melhor qualidade de vida dos docentes brasileiros e uma elevada qualidade de ensino.

AGRADECIMENTOS

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001.

REFERÊNCIAS

Almeida, F. A. (2019). Síndrome de Burnout e os Profissionais da Saúde e Educação. Psicologia: O Portal dos Psicológos, 1-11.

Alves, P. C., Oliveira, A. F., & Paro, H. B. M. S. (2019). Quality of life and burnout among faculty members: How much does the field of knowledge matter? Plos one, 14(3), 1-12.

Araújo, T. M., Pinho, P. S., & Masson, M. L. (2019). Trabalho e saúde de professoras e professores no Brasil: reflexões sobre trajetórias das investigações, avanços e desafios. Cadernos de Saúde Pública, 35 (1), 1-14.

Borba, B. M. R., Diehl, L., Santos, A. S., Monteiro, J. K., & Marin, A. H. (2015). Síndrome de Burnout em professores: estudo comparativo entre o ensino público e privado. Psicologia Argumento, 33(80), 270-281.

Brandão, L. M. de S., Lima, E. C., Santana, J. R. C. de, & Lima, A. G. D. (2024). Síndrome de burnout em professores brasileiros: uma revisão de escopo. Boletim De Conjuntura, 18(54), 1–25.

Brasil. Ministério da Saúde. (2023). Síndrome de Burnout. Recuperado: https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/sindrome-de-burnout#:~:text=A%20S%C3%ADndrome%20de%20Burnout%20envolve,indicar%20o%20in%C3%ADcio%20da%20doen%C3%A7a.

Carlotto, M. S., & Moraes, M. C. Síndrome de Burnout e fatores associados em professores de escolas públicas e privadas. Boletim da Academia Paulista de Psicologia, 30(79), 329-342.

Colares, M. C., Lopes, A. S., Filho, V. C. B., Bavaresco, A., & Scherer, F. C. (2015). Indicadores de qualidade de vida em professores: uma revisão sistemática de estudos descritivos. Pensar a Prática, 18 (3), 687-708.

Dall'Ora, C., Ball, J., Reinius, M., & Griffiths, P. (2020). Burnout in nursing: a theoretical review. Human resources for health, 18(1), 1-17.

Davoglio, T. R., Lettnin, C. C., & Baldissera, C. G. (2015). Avaliação da qualidade de vida em docentes brasileiros: uma revisão sistemática. Pro-Posições, 26(3), 145-166.

Dias, B. V. B., & Silva, P. S. S. (2020). Síndrome de burnout em docentes: revisão integrativa sobre as Causas. CuidArte Enfermagem, 14(1), 95-100.

Dinibutun, S. R. (2023). Factors Affecting Burnout and Job Satisfaction of Physicians at Public and Private Hospitals: A Comparative Analysis. Journal of Healthcare Leadership, 4(15), 387-401.

Edú-Valsania, S., Laguía, A., & Moriano, J. A. (2022). Burnout: A Review of Theory and Measurement. International Journal of Environmental Research and Public Health, 19(3), 1-27.

Esteves-Ferreira, L. A., Santos, D. E., & Rigolon, R. G. (2014). Avaliação comparativa dos sintomas da síndrome de burnout em professores de escolas públicas e privadas. Revista Brasileira de Educação, 19(59), 987-1002.

Fernandes, M. H., & Rocha, V. M. (2009). Impact of the psychosocial aspects of work on the quality of life of teachers. Brazilian Journal of Psychiatry, 31(1), 15-20.

Freitas, G. R., Calais, S. L., & Cardoso, H. F. (2018). Estresse, ansiedade e qualidade de vida em professores: efeitos do relaxamento progressivo. Psicologia Escolar e Educacional, 22(2), 319-326.

Galdino, M. J. Q., Martins, J. T., Robazzi, M. L. C. C., Pelloso, S. M., Barreto, M. F. C., & Haddad, M. C. F. L. (2021). Burnout, workaholism e qualidade de vida entre docentes de pós-graduação em enfermagem. Acta Paulista de Enfermagem, 34, 1-8.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2023). Em 2022, mulheres dedicaram 9,6 horas por semana a mais do que os homens aos afazeres domésticos ou ao cuidado de pessoas. Recuperado: https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/37621-em-2022-mulheres-dedicaram-9-6-horas-por-semana-a-mais-do-que-os-homens-aos-afazeres-domesticos-ou-ao-cuidado-de-pessoas.

Jarruche, L. T., & Mucci, S. (2021). Burnout syndrome in healthcare professionals: an integrative review. Revista Bioética, 29(1), 162-173.

Koch, M. O., Biazi, R. J., & Benedetto, C. D. (2015). Estresse em docentes: um estudo comparativo entre uma instituição de ensino superior pública e uma instituição de ensino superior privada na cidade de Toledo-PR. Uningá Review, 21(1), 1-7.

Lima, B. R., & Fernandes, J. M. F. (2021). Síndrome de Burnout no Brasil: o que dizem as pesquisas disponíveis na base Spell. Revista da FAE, 24(1), 1-18.

Lopes, A. P., & Pontes, E. A. S. (2009). Síndrome de Burnout: um estudo comparativo entre professores das redes pública estadual e particular. Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional, 13(2), 275-281.

Martinez, K. A. S. C., Vitta, A., & Lopes, E. S. (2009). Avaliação da qualidade de vida dos professores universitários da Cidade de Bauru-SP. Revista Salusvita, 28 (3), 217-224.

Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. World Psychiatry, 15(2), 103–111.

Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (2018). Maslach Inventory Manual (4th Ed). Menlo Park: Mind Garden In.

Matos, M. M., Sharp, J. G., & Laochite, R. T. (2022). Self-efficacy beliefs as a predictor of quality of life and burnout among university lecturers. Frontiers in Education, 7, 1-15.

Mazzafera, B. L., & Andrade, C. R. F. (2022). A Síndrome de Burnout em professores pesquisadores brasileiros. Research, Society and Development, 11(9), 1-8.

Mijakoski, D., Cheptea, D., Marca, S. C., Shoman, Y., Caglayan, C., Bugge, M. D., Gnesi, M., Godderis, L., Kiran, S., McElvenny, D. M., Mediouni, Z., Mesot, O., Minov, J., Nena, E., Otelea, M., Pranjic, N., Mehlum, I. S., van der Molen, H. F., & Canu, I. G. (2022). Determinants of Burnout among Teachers: A Systematic Review of Longitudinal Studies. International journal of environmental research and public health, 19(9), 1-48.

Montoya, N. P., Glaz, L. C. O. B., Pereira, L. A., & Loturco, I. (2021). Prevalence of Burnout Syndrome for Public Schoolteachers in the Brazilian Context: A Systematic Review. International Journal of Environmental Research and Public Health, 18(4), 1-11.

Moraes, M. G., Hitora, V. B., & Verardi, C. E. L. (2019). A relação entre síndrome de burnout e qualidade de vida. Cadernos de Pós-Graduação em Distúrbios do Desenvolvimento, 19(1), 51-64.

Oliveira, H. J. P., Silva, V. M. P., Silva, R. A., Vasconcelos, S. C., Oliveira, M. J. G. S., Inácio, A. S., Lima, M. D. C., & Silva, F. P. (2021). Síndrome de burnout em docentes universitários dos cursos de saúde. Revista de Salud Pública, 23(6), 1-8.

OMS. Organização Mundial da Saúde. (1995). Quality of life assessment: position paper from the World Health Organization. Social Science Medicine, 41(10), 1403-1409.

Pereira, E. F., Teixeira, C. S., Andrade, R. D., Bleyer, F. T. S., & Lopes, A. S. (2014). Associação entre o perfil de ambiente e condições de trabalho com a percepção de saúde e qualidade de vida em professores de educação básica. Cadernos Saúde Coletiva, 22(2), 113-119.

Ramos, D. K., Anastácio, B. S., Silva, G. A., Rosso, L. U., & Mattar, J. (2023). Burnout syndrome in different teaching levels during the covid-19 pandemic in Brazil. BMC Public Health, 23,1-11.

Santos, N. M., Lima, W. L. F., Fernandes, F. E. C. V., Diniz, L. P. M., Silva, R. C. M., Teles, R. B. A., & Melo, R. A. (2024). Síndrome de Burnout em professores de uma escola pública de referência: prevalência e fatores associados. Contribuciones a Las Ciencias Sociales, 17(1), 6694-6709.

Silva, J. L. L., Pereira, L. C. L., Santos, M. P., Bortolazzo, P. A. A. B., Rabelo, T. G. S., & Machado, E. A. (2017). Prevalencia del Síndrome de Burnout entre profesores de la Escuela Estatal em Niterói, Brasil. Revista Enfermería Actual, 34, 1-12.

Souza, M. C. L., Carballo, F. P., & Lucca, S. R. (2023). Fatores psicossociais e síndrome de burnout em professores da educação básica. Psicologia Escolar e Educacional, 27, 1-8.

Steffey, M. A., Griffon, D. J., Risselada, M., Buote, N. J., Scharf, V. F., Zamprogno, H., & Winter, A. L. (2023). A narrative review of the physiology and health effects of burnout associated with veterinarian-pertinent occupational stressors. Frontiers in Veterinary Science, 10, 1-23.

Tabeleão, V. P., Tomasi, E., & Neves, S. F. (2011). Qualidade de vida e esgotamento profissional entre docentes da rede pública de Ensino Médio e Fundamental no Sul do Brasil. Cadernos de Saúde Pública, 27(12), 2401-2408.

Vasconcelos, I., & Lima, R. L. (2021). Trabalho e saúde-adoecimento de docentes em universidades públicas. Katálysis, 24(2), 364-374.índrome de *Burnout* e os Profissionais da Saúde e Educação. *Psicologia: O Portal dos Psicológos*, 1-11.

Alves, P. C., Oliveira, A. F., & Paro, H. B. M. S. (2019). Quality of life and burnout among faculty members: How much does the field of knowledge matter? *Plos one*, 14(3), 1-12.

Araújo, T. M., Pinho, P. S., & Masson, M. L. (2019). Trabalho e saúde de professoras e professores no Brasil: reflexões sobre trajetórias das investigações, avanços e desafios. *Cadernos de Saúde Pública*, 35 (1), 1-14.

Borba, B. M. R., Diehl, L., Santos, A. S., Monteiro, J. K., & Marin, A. H. (2015). Síndrome de *Burnout* em professores: estudo comparativo entre o ensino público e privado. *Psicologia Argumento*, 33(80), 270-281.

Brandão, L. M. de S., Lima, E. C., Santana, J. R. C. de, & Lima, A. G. D. (2024). Síndrome de *burnout* em professores brasileiros: uma revisão de escopo. *Boletim De Conjuntura*, 18(54), 1–25.

Brasil. Ministério da Saúde. (2023). Síndrome de *Burnout*. Recuperado: https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/sindrome-de-burnout#:~:text=A%20S%C3%ADndrome%20de%20Burnout%20envolve,indicar%20o%20in%C3%ADcio%20da%20doen%C3%A7a.

Carlotto, M. S., & Moraes, M. C. Síndrome de *Burnout* e fatores associados em professores de escolas públicas e privadas. *Boletim da Academia Paulista de Psicologia*, 30(79), 329-342.

Colares, M. C., Lopes, A. S., Filho, V. C. B., Bavaresco, A., & Scherer, F. C. (2015). Indicadores de qualidade de vida em professores: uma revisão sistemática de estudos descritivos. *Pensar a Prática*, 18 (3), 687-708.

Dall'Ora, C., Ball, J., Reinius, M., & Griffiths, P. (2020). Burnout in nursing: a theoretical review. *Human resources for health*, *18*(1), 1-17.

Davoglio, T. R., Lettnin, C. C., & Baldissera, C. G. (2015). Avaliação da qualidade de vida em docentes brasileiros: uma revisão sistemática. *Pro-Posições*, 26(3), 145-166.

Dias, B. V. B., & Silva, P. S. S. (2020). Síndrome de *burnout* em docentes: revisão integrativa sobre as Causas. *CuidArte Enfermagem*, 14(1), 95-100.

Dinibutun, S. R. (2023). Factors Affecting Burnout and Job Satisfaction of Physicians at Public and Private Hospitals: A Comparative Analysis. *Journal of Healthcare Leadership*, 4(15), 387-401.

Edú-Valsania, S., Laguía, A., & Moriano, J. A. (2022). Burnout: A Review of Theory and Measurement. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1-27.

Esteves-Ferreira, L. A., Santos, D. E., & Rigolon, R. G. (2014). Avaliação comparativa dos sintomas da síndrome de *burnout* em professores de escolas públicas e privadas. *Revista Brasileira de Educação*, 19(59), 987-1002.

Fernandes, M. H., & Rocha, V. M. (2009). Impact of the psychosocial aspects of work on the quality of life of teachers. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 31(1), 15-20.

Freitas, G. R., Calais, S. L., & Cardoso, H. F. (2018). Estresse, ansiedade e qualidade de vida em professores: efeitos do relaxamento progressivo. *Psicologia Escolar e Educacional*, 22(2), 319-326.

Galdino, M. J. Q., Martins, J. T., Robazzi, M. L. C. C., Pelloso, S. M., Barreto, M. F. C., & Haddad, M. C. F. L. (2021). Burnout, workaholism e qualidade de vida entre docentes de pós-graduação em enfermagem. *Acta Paulista de Enfermagem*, 34, 1-8.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2023). Em 2022, mulheres dedicaram 9,6 horas por semana a mais do que os homens aos afazeres domésticos ou ao cuidado de pessoas. Recuperado: https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/37621-em-2022-mulheres-dedicaram-9-6-horas-por-semana-a-mais-do-que-os-homens-aos-afazeres-domesticos-ou-ao-cuidado-de-pessoas.

Jarruche, L. T., & Mucci, S. (2021). Burnout syndrome in healthcare professionals: an integrative review. *Revista Bioética*, 29(1), 162-173.

Koch, M. O., Biazi, R. J., & Benedetto, C. D. (2015). Estresse em docentes: um estudo comparativo entre uma instituição de ensino superior pública e uma instituição de ensino superior privada na cidade de Toledo-PR. *Uningá Review*, 21(1), 1-7.

Lima, B. R., & Fernandes, J. M. F. (2021). Síndrome de *Burnout* no Brasil: o que dizem as pesquisas disponíveis na base Spell. *Revista da FAE*, 24(1), 1-18.

Lopes, A. P., & Pontes, E. A. S. (2009). Síndrome de *Burnout*: um estudo comparativo entre professores das redes pública estadual e particular. *Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional*, 13(2), 275-281.

Martinez, K. A. S. C., Vitta, A., & Lopes, E. S. (2009). Avaliação da qualidade de vida dos professores universitários da Cidade de Bauru-SP. *Revista Salusvita*, 28 (3), 217-224.

Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103–111.

Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (2018). *Maslach Inventory Manual* (4th Ed). Menlo Park: Mind Garden In.

Matos, M. M., Sharp, J. G., & Laochite, R. T. (2022). Self-efficacy beliefs as a predictor of quality of life and burnout among university lecturers. *Frontiers in Education*, 7, 1-15.

Mazzafera, B. L., & Andrade, C. R. F. (2022). A Síndrome de *Burnout* em professores pesquisadores brasileiros. *Research, Society and Development*, 11(9), 1-8.

Mijakoski, D., Cheptea, D., Marca, S. C., Shoman, Y., Caglayan, C., Bugge, M. D., Gnesi, M., Godderis, L., Kiran, S., McElvenny, D. M., Mediouni, Z., Mesot, O., Minov, J., Nena, E., Otelea, M., Pranjic, N., Mehlum, I. S., van der Molen, H. F., & Canu, I. G. (2022). Determinants of Burnout among Teachers: A Systematic Review of Longitudinal Studies. *International journal of environmental research and public health*, *19*(9), 1-48.

Montoya, N. P., Glaz, L. C. O. B., Pereira, L. A., & Loturco, I. (2021). Prevalence of Burnout Syndrome for Public Schoolteachers in the Brazilian Context: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1-11.

Moraes, M. G., Hitora, V. B., & Verardi, C. E. L. (2019). A relação entre síndrome de *burnout* e qualidade de vida. *Cadernos de Pós-Graduação em Distúrbios do Desenvolvimento*, 19(1), 51-64.

Oliveira, H. J. P., Silva, V. M. P., Silva, R. A., Vasconcelos, S. C., Oliveira, M. J. G. S., Inácio, A. S., Lima, M. D. C., & Silva, F. P. (2021). Síndrome de *burnout* em docentes universitários dos cursos de saúde. *Revista de Salud Pública*, 23(6), 1-8.

OMS. Organização Mundial da Saúde. (1995). Quality of life assessment: position paper from the World Health Organization. *Social Science Medicine*, 41(10), 1403-1409.

Pereira, E. F., Teixeira, C. S., Andrade, R. D., Bleyer, F. T. S., & Lopes, A. S. (2014). Associação entre o perfil de ambiente e condições de trabalho com a percepção de saúde e qualidade de vida em professores de educação básica. *Cadernos Saúde Coletiva*, 22(2), 113-119.

Ramos, D. K., Anastácio, B. S., Silva, G. A., Rosso, L. U., & Mattar, J. (2023). Burnout syndrome in different teaching levels during the covid-19 pandemic in Brazil. *BMC Public Health*, 23,1-11.

Santos, N. M., Lima, W. L. F., Fernandes, F. E. C. V., Diniz, L. P. M., Silva, R. C. M., Teles, R. B. A., & Melo, R. A. (2024). Síndrome de *Burnout* em professores de uma escola pública de referência: prevalência e fatores associados. *Contribuciones a Las Ciencias Sociales*, 17(1), 6694-6709.

Silva, J. L. L., Pereira, L. C. L., Santos, M. P., Bortolazzo, P. A. A. B., Rabelo, T. G. S., & Machado, E. A. (2017). Prevalencia del Síndrome de Burnout entre profesores de la Escuela Estatal em Niterói, Brasil. *Revista Enfermería Actual*, 34, 1-12.

Souza, M. C. L., Carballo, F. P., & Lucca, S. R. (2023). Fatores psicossociais e síndrome de *burnout* em professores da educação básica. *Psicologia Escolar e Educacional*, 27, 1-8.

Steffey, M. A., Griffon, D. J., Risselada, M., Buote, N. J., Scharf, V. F., Zamprogno, H., & Winter, A. L. (2023). A narrative review of the physiology and health effects of burnout associated with veterinarian-pertinent occupational stressors. *Frontiers in Veterinary Science*, 10, 1-23.

Tabeleão, V. P., Tomasi, E., & Neves, S. F. (2011). Qualidade de vida e esgotamento profissional entre docentes da rede pública de Ensino Médio e Fundamental no Sul do Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, 27(12), 2401-2408.

Vasconcelos, I., & Lima, R. L. (2021). Trabalho e saúde-adoecimento de docentes em universidades públicas. *Katálysis*, 24(2), 364-374.