

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS**  
**FACULDADE DE MEDICINA, PSICOLOGIA E TERAPIA OCUPACIONAL**  
**CURSO DE PSICOLOGIA**



**Trabalho de Conclusão de Curso**

**Adoecimento docente: mapeando a constituição do cansaço, stress e  
*burnout***

**Elaine Lemke**

**Pelotas, 2020**

Elaine Lemke

Adoecimento docente: mapeando a constituição do cansaço, stress e  
*burnout*

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade de Medicina, Psicologia e Terapia Ocupacional e ao Curso de Psicologia da Universidade Federal de Pelotas (Ufpel), como requisito parcial à obtenção do título de Psicólogo.

Orientadora: Prof. Dr. Giovana Fagundes Luczinski

Pelotas, 2020

Universidade Federal de Pelotas / Sistema de Bibliotecas  
Catalogação na Publicação

L544a Lemke, Elaine

Adoecimento docente : mapeando a constituição do cansaço, stress e Burnout / Elaine Lemke ; Giovana Fagundes Luczinski, orientadora. — Pelotas, 2020.  
39 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) — Faculdade de Medicina, Universidade Federal de Pelotas, 2020.

Psicologia. 2. Trabalho. 3. Adoecimento. 4. Burnout.  
• Docência. I. Luczinski, Giovana Fagundes, orient. II.  
Título.

CDD : 150

Elaborada por Elionara Giovana Rech CRB: 10/1693

Elaine Lemke

Adoecimento docente: mapeando a constituição do cansaço, stress e *burnout*

Trabalho de Conclusão de Curso aprovado, como requisito parcial, para obtenção do grau de Bacharel em Psicologia, Faculdade de Medicina, psicologia e terapia ocupacional, Universidade Federal de Pelotas.

Data da defesa: Dezesesseis de dezembro de dois mil e vinte.

Banca examinadora:

Profa. Dra. Marta Solange Streicher Janelli da Silva - Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal de Pelotas (2018); Doutora em departamento de política e sociedade pela Università degli Studi di Torino PRINCIPALE (2017); Mestra em Educação Física pela Universidade Federal de Pelotas (2010); graduada em Psicologia pela UCPEL (1987).

Profa. Ms. Karine Shamash Szuchman - Mestra em Psicologia Social e Institucional pela UFRGS (2017). Graduada em Psicologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (2013).

## **Agradecimentos**

A Deus por ter me dado saúde e força para superar as dificuldades.

A minha orientadora Professora Dr<sup>a</sup> Giovana Fagundes Luczinski, pelo suporte, pelas suas correções e incentivos.

Aos professores que sempre estiveram dispostos a ajudar e contribuir para um melhor aprendizado.

À instituição por ter me dado a chance e todas as ferramentas que permitiram chegar hoje ao final deste ciclo de maneira satisfatória.

Aos meus familiares pelo incentivo e apoio.

E a todos que direta ou indiretamente fizeram parte da minha formação, o meu muito obrigada.

## RESUMO

Esta pesquisa teve como objetivo mapear e compreender os motivos do adoecimento no ser e fazer docente na rede pública de ensino, apontando as especificidades do trabalho deste profissional, bem como a compreensão de como sua saúde tem sido afetada a ponto de adoecer-lo no que diz respeito ao seu esgotamento buscando então caminhos para que o psicólogo possa cuidar e passar ao professor possibilidades e estratégias para possíveis intervenções. Para viabilizar essa discussão, fez-se uso de pesquisas bibliográficas de ordem qualitativa, bem como reflexões sobre a prática docente experimentada em sala de aula, agora com um olhar de uma futura psicóloga. Considerou-se utilizar-se de materiais específicos relacionados as pesquisas de trabalho e saúde, relacionando-as ao profissional docente. Para tanto buscou-se compreender aspectos sobre saúde e adoecimento no trabalho docente, bem como o significado da síndrome de *burnout*, que é algo grave, pois já vem de uma sobrecarga de cansaço e estresse, trazendo então alguns questionamentos e caminhos de enfrentamento diante dessa síndrome e do momento extremamente difícil, no que diz respeito ao professor e suas responsabilidades.

**Palavras-chave:** Docência. Trabalho. Adoecimento. *Burnout*.

## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>8</b>
<b>1 SAÚDE E ADOECIMENTO NO TRABALHO DOCENTE .....</b>	<b>10</b>
<b>2 SÍNDROME DE BURNOUT .....</b>	<b>23</b>
<b>3 QUESTIONAMENTOS E CAMINHOS DE ENFRENTAMENTO .....</b>	<b>29</b>
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>35</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>37</b>

## INTRODUÇÃO

O tema deste trabalho diz respeito aos fatores de adoecimento dos professores na rede pública. A partir da minha experiência docente, rodeada de colegas, amigos e militantes, tem sido possível perceber o que se passa no ambiente educacional. O tempo é pouco, a remuneração ínfima, a desvalorização constante e gradual, dentre outros aspectos que podem ser elencados, com base em experiências pessoais e leituras de autores que pesquisam sobre o assunto.

Após ter sido outorgada como pedagoga, comecei a trabalhar na área da educação infantil e séries iniciais em 2009, na rede municipal de Pelotas. Foram disponibilizadas a mim 40 horas-aula, que foram divididas em duas escolas, uma na periferia da cidade em um bairro localizado as margens da BR 116, a 15 Km do centro da cidade de Pelotas e cerca de 20 Km da minha residência. A outra escola, que fechava as horas complementares, era no centro da cidade. Ou seja, trabalhava até às 12h e tinha que me locomover às 12h20 para outro local, gerando um tempo de alimentação desregrada, pois eu praticamente engolia o almoço e logo partia para a prática docente na outra instituição.

Nesse período da nomeação, foi o único lugar que me foi oferecido para lecionar, com o complemento das horas em outro turno e local, o que acabava preenchendo o tempo em deslocamento. Foi um período árduo, pois o movimento, a carga de trabalho e o cansaço da rotina acabavam por me desgastar. Com o passar do tempo, não me recordo precisamente o ano, consegui complementar as horas na mesma escola da periferia que trabalhava, não havendo mais a necessidade de deslocamento. Foi à época em que desenvolvi projetos como a hora do conto e apoio pedagógico.

Em 2014, através de outro concurso, fui nomeada para vinte horas, não sendo mais necessário o complemento de carga horária. Sendo lotada na mesma escola da periferia. No mesmo ano, fui convidada para assumir o cargo de coordenadora pedagógica, em um dos meus concursos, totalizando 40h na escola, o que dificultou o desejo de vir para um local mais próximo da minha residência (cerca de 20 km de distância) pois, estava em período probatório até o ano de 2017.

E em 2019, mais precisamente no mês de outubro, houve uma intervenção da Secretaria Municipal de Educação, articulada com a direção da escola, quando voltei para minha função de professora. Uma série de acontecimentos e desencontros levaram a mudanças e à diminuição da minha remuneração, ocasionando também novo

envolvimento com os alunos em sala de aula e outras particularidades que experimento hoje.

Partindo dessa vivência e da trajetória acadêmica em psicologia, deu-se a inquietação para o estudo em questão. Tem sido temas recorrentes dentro desse campo questões como a qualidade de vida e trabalho dos professores em atividade e como o estresse e o esgotamento tem afetado psicologicamente sua produtividade, suas relações e principalmente sua saúde psíquica.

Através de revisões bibliográficas sobre o adoecimento docente na área da psicologia, intenta-se analisar, como problemática de pesquisa, que fatores podem estar contribuindo para o adoecimento dos professores na rede de ensino.

A pesquisa tem como objetivo geral mapear e compreender os motivos do adoecimento no ser e fazer docente na rede pública de ensino, apontando as especificidades do trabalho deste profissional, bem como a compreensão de como sua saúde tem sido afetada a ponto de adoecê-lo no que diz respeito ao seu esgotamento (Síndrome de *Bournout*) buscando refletir sobre caminhos e possibilidades de cuidados.

Primeiramente, o texto abordará as especificidades da saúde e adoecimento no trabalho docente trazendo no primeiro capítulo um, autores que pesquisam sobre saúde e trabalho. Posteriormente buscar-se-á, compreender a Síndrome de *Bounout*, demonstrando suas definições, seu desenvolvimento e como o docente pode chegar ao ponto de *Burnout*. E por fim, no terceiro capítulo apresentar-se-ão questionamentos e caminhos possíveis de enfrentamento do adoecimento no profissional docente.

## 1 SAÚDE E ADOECIMENTO NO TRABALHO DOCENTE

Segundo o texto da Constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS/WHO) elaborado em Nova York, em 1946, o conceito de saúde seria “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade”<sup>1</sup>. Essa definição vem sendo cada vez mais discutida e questionada no campo da psicologia. A exemplo disso, Christophe Dejours (1986), um médico francês, com formação em psicossomática e psicanálise, diretor científico do Laboratório de Psicologia do Trabalho e da Ação no Conservatoire national des arts et métiers (CNAM) de Paris. Durante três décadas, ele se dedicou a pesquisas e trabalho de campo, trazendo textos que nos oferecem as bases para uma visão fértil e dinâmica acerca das relações entre saúde e trabalho. O autor problematiza o conceito de saúde com base em duas críticas – primeira: bem-estar e conforto são definições complexas e impossíveis; segundo: o perfeito e completo bem-estar é ilusório. O autor, ao elaborar um novo conceito de saúde declara que “a saúde não é um estado de estabilidade, ela é alguma coisa que muda o tempo todo” (DEJOURS, 1986, p. 4).

Outros autores que repensam o conceito de saúde são Sedre e Ferraz (1997), ao expressarem reflexões sobre a qualidade de vida diante da soma do homem físico, mental e social. Para eles, é necessária uma distinção nessa adição, sendo imperioso considerar e avaliar os fatores, para que não se caia em um subjetivismo. Em outras palavras, o bem-estar social como categoria necessita de avaliações que sejam exequíveis e qualitativas. No entanto, esses autores relatam que é algo fantasioso, pois somente o sujeito que dispõe de saúde pode avaliar seu bem-estar.

Lendo tais considerações é possível compreender que saúde, qualidade de vida, trabalho, valorização, tempo, mente, sociedade entre outros aspectos são questões que mudam e se aprimoram constantemente.

Ao refletir e pesquisar sobre saúde e trabalho, alguns fatores chamam a atenção como: transformações aliadas a mudanças nos padrões culturais e valores sociais; mudanças no que diz respeito ao sistema produtivo levando à construção de novos espaços, onde homens e mulheres passaram a ocupar os mesmos locais de trabalho; profissionais que coabitam numa sociedade pluralista convivendo ao mesmo tempo diferentes códigos morais; princípios e valores; sistema de igualdade, justiça, liberdade,

---

<sup>1</sup> Texto da Constituição disponível em: <http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organiza%C3%A7%C3%A3o-Mundial-da-Sa%C3%BAde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-omswwho.html>. Acesso em 28 nov. 2019.

solidariedade, democracia e respeito mútuo; conhecimentos estudados e habilidades práticas; entre outros. Na relação de trabalho temos empregados, empregadores, estagiários, supervisores, gestores, gerentes, diretores, coordenadores e uma gama de classificações. No trabalho encontramos características como: jornada de trabalho, horas extras, remuneração salarial, direitos trabalhistas, assédio moral, assédio sexual, discriminação, seguro, proteção, violência, corrupção, desigualdade, responsabilidades, doenças, adoecimentos, reconhecimento, desprezo, etc. (CODO, 1999; SELIGMANN-SILVA, 1987).

A formação de nossa sociedade, podemos assim inferir diante das observações colocadas, foi adquirindo historicamente benefícios, bem como malefícios na área da saúde e do trabalho. Na contemporaneidade, cada vez mais sociólogos, antropólogos, historiadores, psicólogos, apresentam estudos em que o humano está cada vez mais recluso e distante do outro, buscando apenas seus interesses, o que acaba por gerir uma civilização egoísta, adoecida, excludente, porém, que ainda em menor escala, existem aqueles que buscam e lutam por uma consciência social firmada em igualdade, independentemente do tipo de humano (HOOKS, 2013).

E um dos agentes transformadores de uma nova sociedade, consciente, crítica, e igualitária chama-se professor. Pois é no ambiente escolar que muitos através da educação irão interagir com o mundo, experimentar tudo o que ele tem a oferecer, vislumbrar todas as suas facetas e a do outro, na contemporaneidade e no desenvolvimento do processo histórico da humanidade, que necessita evoluir e não retroceder.

O professor como uma das peças chave para o desenvolvimento humano, carrega consigo grandes responsabilidades. Ao escolher essa profissão muitos sentem a importância de realizar um bom trabalho, muitos sonham em mudar o mundo, esse é um perfil comum ao docente. Porém com as dificuldades reais experimentadas, geradas por sua profissão após o período da academia, ao adentrar verdadeiramente no mercado de trabalho, leva esses profissionais a um desgaste, uma depressão, um cansaço físico e mental que acaba por despersonalizar o seu ser e fazer docente.

No entendimento de Gomes, Nunes e Pádua (2019), ao escreverem sobre as condições de trabalho e valorização docente, o trabalho dos professores tem sido objeto de estudos e muitos se relacionam às ocupações profissionais e às reivindicações da classe docente, como fatores fundamentais para a promoção da dignificação docente.

Tal aspecto remete as leis educacionais que hoje buscam cada vez mais que os alunos sejam o centro do ensino, que a partir deles é que o docente deve desenvolver sua forma prática de transmissão do conhecimento, ou seja, mais um agravante, mais uma responsabilidade imposta pelos órgãos governamentais, exemplo, a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) entregue em sua versão final no ano de 2019. O documento tem caráter normativo e,

[...] define o conjunto orgânico e progressivo de aprendizagens essenciais que todos os alunos devem desenvolver ao longo das etapas e modalidades da Educação Básica, de modo a que tenham assegurados seus direitos de aprendizagem e desenvolvimento, em conformidade com o que preceitua o Plano Nacional de Educação (PNE). Este documento normativo aplica-se exclusivamente à educação escolar, tal como a define o § 1º do Artigo 1º da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB, Lei nº 9.394/1996), e está orientado pelos princípios éticos, políticos e estéticos que visam à formação humana integral e à construção de uma sociedade justa, democrática e inclusiva, como fundamentado nas Diretrizes Curriculares Nacionais da Educação Básica (DCN) (BRASIL, 2019, p. 7).

Ao que se percebe, sim há uma necessidade de regulamentação e organização curricular, isto é, um conjunto de leis que regem um assunto, porém, o documento elaborado por especialistas de todas as áreas do conhecimento, traz expectativas de aprendizagem que não condizem com a realidade, talvez porque esses especialistas tenham experimentações apenas teóricas. Dito isto é necessário revisitar e pensar sobre as especificidades do trabalho docente, pois o adoecimento do profissional professor afeta diretamente a sociedade em desenvolvimento. Isso ocorre, por exemplo, através de licenças onerosas aos cofres públicos, desmotivação diante dos prejuízos no plano de carreira docente, produção e desenvolvimento de conhecimento e saberes que se traduzam em melhorias para a vida em sociedade – o que corrobora para a perpetuação de sujeitos menos críticos, eleitores sem capacidade de fazer julgamentos produtivos na escolha de gestores públicos que venham a elevar as condições do cidadão, e principalmente a vida física e psicológica do profissional docente que adoecendo sairá do seu mercado de trabalho (ASSUNÇÃO; OLIVEIRA, 2009).

Em resumo, se o professor está doente, além da queda em sua capacidade técnica, ele não está sendo produtor de protagonistas na implementação de novas políticas educativas, na verdade ele está sendo mais um índice do adoecimento docente.

O estágio de esgotamento desenvolve-se quando a ação do estressor, ao qual o organismo se adaptou, permanece por um período longo, esgotando a energia de adaptação. O organismo é atingido no plano biológico ou físico e no plano

psicológico ou emocional. A pessoa é agredida de um modo geral, e cada indivíduo tem propensão para adoecer de acordo com o *locus de minor resistance*, isto é, o órgão-alvo de maior fragilidade com a própria constituição e suas heranças genéticas (MELEIRO, 2015, p. 11).

É possível inferir, com tal citação, que cada vez mais o índice das doenças relacionadas ao século atual, são os motivos do adoecimento nos tempos modernos e, os maiores índices estão relacionados as especificidades do trabalho docente (CODO, VASQUES, 2000).

A Constituição Federal de 1988, no art. 206 (BRASIL, 1988) apresenta, juntamente com a emenda Constitucional nº 53/2006 – EC nº 53/06 (BRASIL, 2006), a valoração e progressão dos profissionais docentes das redes públicas. Nela estão configuradas as condições de trabalho, bem como as suas promoções. Mas o que se percebe, segundo Gomes, Nunes e Pádua (2019, p. 281), é que “embora a oferta de uma remuneração digna seja essencial para a valorização docente, ela, por si só, não assegura a satisfação profissional”.

Sabe-se que as condições de trabalho dos professores se modificaram, e muito, diante da demanda do momento atual. E mesmo que os planos de carreira, previstos na Constituição Federal de 1988, na Lei de Diretrizes e Bases de 1996, no Fundo de Manutenção e Desenvolvimento da Educação e no Plano Nacional de Educação (2014-2024), sejam para incentivar a progressão profissional por meio de aperfeiçoamentos e avaliações do desempenho docente, ainda assim, uma das maiores queixas, apresentadas na fala dos docentes, é a desvalorização monetária.

Faz-se pensar, por exemplo, no Referencial Curricular Gaúcho (RCG) que traz em seus escritos um condicionante:

[...] a aprendizagem escolar implica em um conceito vinculado a construção curricular, organizada para orientar, dentre outros os diversos níveis de ensino e as ações pedagógicas. O RCG associa-se a identidade da instituição escolar, a sua organização e funcionamento e ao papel que exerce a partir das aspirações e expectativas da sociedade e da cultura que está inserida (RIO GRANDE DO SUL, 2018, p. 24).

Assimila-se que o professor deve atender às ordens governamentais, às diretrizes da escola e da sociedade, além de promover o conhecimento dos alunos de forma lúdica, clara e transformadora, considerando as individualidades de cada criança. Isso é possível?

E como se não bastasse, além da má remuneração, das exigências incumbidas a ele, as diretrizes e competências que deve seguir, há outros problemas como a falta de recursos, furtos em locais de trabalho, organização do espaço, estrutura, limpeza, controle ineficiente de saída de materiais, dentre outros aspectos elencados pelos profissionais docentes. Estes trazem “consequências para a saúde do professor e também para o seu prazer de ensinar” (GOMES, NUNES, PÁDUA, 2019, p. 287).

Dentre os agravantes a considerar,

(...) a categoria docente considera a sobrecarga de trabalho, a falta de controle sobre o tempo, os problemas comportamentais dos estudantes, a burocracia excessiva, a implementação de novas iniciativas educacionais e a dificuldade de relacionamento com os supervisores como os principais fatores de desgaste no trabalho (DIEHL, MARIN, 2016, p. 66).

É exigido do profissional que atue para que possa transformar o meio social. No entanto, seu ambiente, quando afetado, irá abalar intimamente o profissional e aqueles de quem dele dependem, o que pode gerar exaustão física e mental afiliados às precárias condições de trabalho. Nesse sentido, “fontes de sofrimento, quando não resignificadas pelos sujeitos, podem gerar angústia, insatisfação e tensão, e aumentar o absenteísmo, principalmente desencadeado por distúrbios psíquicos” (LEITE, NOGUEIRA, 2007, p. 10).

Ou seja, o profissional docente adoece à medida que não dá conta de suas atividades e/ou produtividades maximizando seu sofrimento à medida que não os expõe e trabalha para que eles sejam amenizados. Afinal, são seres humanos que sentem, sofrem e, adoecem. O professor é um canal de comunicação e informação, para tanto, necessita de um ambiente onde a gestão seja democrática, capaz de dar suporte de às suas potencialidades, e de seus alunos, individualmente e/ou coletivamente.

Carga horária em excesso, atividades fora da sala de aula e da escola, planejamentos, avaliações, reuniões com os pais, com a equipe pedagógica, realizadas coletiva ou individualmente, período de formação continuada em horários extraescolares, precariedade das condições de trabalho, desencanto da profissão, são alguns dos pontos abordados por Gomes, Nunes e Pádua (2019) como agravantes para o adoecimento docente. A prática experimentada no dia-a-dia confirma essa situação, bem como as considerações de Meleiro (2015) expostas a seguir.

O stress decorrente do trabalho ou stress ocupacional vem merecendo maior atenção nas últimas décadas, mas não o suficiente para que seus efeitos sejam minimizados. O trabalho ocupa a maior parte do tempo das pessoas. Geralmente as jornadas de trabalho são longas, iniciando-se muito cedo e

podendo se estender até a noite. Há raras pausas de descanso e/ou refeições breves e em lugares desconfortáveis. O ritmo de trabalho costuma ser intenso e são exigidos altos níveis de atenção concentração para a realização das tarefas. Há uma pressão exercida pelas novas tecnologias necessitando uma adaptação sem um preparo prévio. Isso favorece a tensão, a insatisfação, e a ansiedade, o que esgota o professor (MELEIRO, 2015, p. 14).

A autora acima explicita alguns agravantes pelos quais os docentes sofrem e adoecem. E em especial, no momento em que o mundo está atualmente, em meio a uma pandemia que se instalou no início do ano de 2020 e ainda é vigente no momento dessa escrita, os professores estão sendo ainda mais pressionados. Estão sem descanso, realizando tarefas ainda maiores, buscando adaptar-se para que os discentes sejam atendidos e, portanto, o estresse e o esgotamento que se faz visível na sociedade, ainda é mais grave na vida do professor em exercício.

Em sua maioria, (...) quadros depressivos, nervosismo, abuso de bebidas alcoólicas, sintomas físicos sem explicação e cansaço mental, com sérias consequências para o desempenho profissional e impacto cada vez mais forte na função familiar, além de serem responsáveis por elevados custos sociais ASSUNÇÃO, OLIVEIRA, 2009, p. 365).

Isso só corrobora para uma involução no quadro da sociedade atual. É válido e urgente refletir que:

(...) o processo de intensificação do trabalho vivido pelos docentes das escolas públicas brasileiras na atualidade pode, além de comprometer a saúde desses trabalhadores, pôr em risco a qualidade da educação e os fins últimos da escola, na medida em que tais profissionais se encontram em constante situação de ter de eleger o que consideram central e o que pode ficar em segundo plano diante de um contexto de sobrecarga e hiper solicitação, cujas fontes estão nas infundáveis e crescentes demandas que lhes chegam dia após dia (ASSUNÇÃO, OLIVEIRA, 2009, p. 367).

Tal aspecto profissional é pesquisado e dialogado não somente na área de psicologia, mas, conforme um panorama traçado por Diehl e Marin, ainda é muito ínfima:

(...) diferentes periódicos se interessam em divulgar a temática adoecimento mental de professores, com discreto destaque a revistas de Psicologia (27%) e da Saúde Pública e Saúde Coletiva (27%), seguidas de periódicos multidisciplinares (20%). As áreas da Psiquiatria, Epidemiologia e Enfermagem publicam sobre o tema, mas com menos expressão. Da mesma forma, os autores que têm investigado o tema são de diversas áreas de atuação, sendo a psicologia a mais sobressalente (30%), acompanhada da Saúde Pública e da Medicina (15% cada) e das áreas da Odontologia e da Educação (10% cada). Por fim, Fonoaudiologia, Enfermagem, Educação Física e Administração aparecem como áreas de atuação de 5% dos autores (DIEHL, MARIN, 2016, p. 74).

Isso deixa visível que o interesse sobre o tema é multidisciplinar, revelando a preocupação quanto ao exercício da profissão docente julgando os problemas de saúde manifestados. Dessa forma é compreensível que a área da psicologia se envolva ainda mais com tais profissionais, demonstrando as outras áreas a importância e urgência de pesquisas que venham trazer soluções para a diminuição do estresse docente e seu esgotamento psíquico.

Ao pesquisar a origem das interferências no fazer docente, Trindade, Morcerf e Oliveira (2018) realizaram uma revisão de literatura, elencando as principais causas do adoecimento. São elas: insatisfação pessoal, acúmulo de funções e trabalho, competitividade, produtividade, pressão por eficiência, entre outros estressores, conforme já descrito acima. Estes infundem transtornos mentais, que acarretam patologias que acometem a vida dos profissionais e configuram significativamente em relação ao sofrimento de ansiedade e depressão.

Após tais ponderações, pode-se dizer que a profissão professor tem sido modificada constantemente e ao verificar, o sofrimento psíquico em relação ao trabalho, e aqui em específico ao trabalho docente, agrava-se diante das pressões, das atividades pessoais fora do âmbito escolar dependendo do gênero do profissional, as insatisfações, frustrações e até mesmo a impotência diante de políticas públicas, demandas que irrompem inesperadamente o fazer docente, como a pandemia instaurada em todo o mundo em 2020.

Para que o professor desempenhe seu trabalho de forma a atingir seus objetivos, o estabelecimento do vínculo afetivo é praticamente obrigatório. Para as mulheres que trabalham com crianças muito pequenas, principalmente.

[...]. Acontece que, por ser uma atividade mediada, este circuito afetivo nunca se fecha: o indivíduo investe no objeto sua energia afetiva, mas, esta, ou invés de retornar integralmente para o seu ponto de partida, dissipa-se frente os fatores mediadores da relação. Ora, essa quebra no circuito afetivo coloca o indivíduo numa situação bastante contraditória. Se por um lado lhe é exigido dar-se afetivamente na relação com vistas ao bom desempenho de seu trabalho, por outro lado não lhe é possível fazê-lo, pois as mediações da relação impedem o retorno, para o trabalhador, na mesma medida (CODO, VASQUES, 2000, p. 13).

Uma vez que tudo que o docente oferece, não traz retorno, suas energias acabam por se esvaírem, à medida que essa troca torna-se cada vez menor.

No momento, as alterações e desígnios exigidos, ajustam-se historicamente a demandas sociais de produtividade e aceleração contínuas.

Percebe-se que os tempos modernos trouxeram mudanças a qualidade da saúde física e psicológica, alterações profundas na rotina dos sujeitos. Isso é explicitado em pesquisas da área de psicologia a nível nacional desde a década de 1980, quando alguns autores começaram a expor as deficiências teóricas, os reducionismos fisiológicos ou psicológicos para demarcação do sofrimento no trabalho (SELIGMAN-SILVA, 1987; CODO, 1989; CODO, VASQUES, 2000).

E aqui, pode-se pensar no modelo capitalista de produção dentro do jogo educacional. Nessa lógica professores e alunos são seres capazes de produção, ou seja, os professores são considerados como trabalhadores e como mercadoria em produção. E o aluno também possui um potencial de trabalho, nesse mecanismo.

A escola por sua vez, representa a vida fora dela, onde alunos são reduzidos a mercadorias vendidas ao mercado de trabalho, seus valores são definidos diante de suas características como capacidade, inteligência, interesse, disciplina, etc. Nesta forma capitalista o trabalho manual é dissociado do trabalho intelectual, trazendo como consequência classificações em relação ao trabalho assalariado (HAN, 2017). Um processo, em que o conhecimento frequentemente é confinado, especializado demais, é abstrato, sem relação com a vida, sendo assim os alunos não podem usá-lo. Nessa ótica a educação em uma sociedade capitalista funciona para atender às necessidades do capital, expandindo e acumulando riquezas não para o homem ou para o coletivo, mas somente para alguns proprietários dos meios de produção, talvez o estado (LEITE, NOGUEIRA, 2007).

O jogo educacional nesse sistema capitalista promove desenvolvimento econômico, trazendo nessa forma, a educação como capital, um meio de produção. E nesse intento capitalista, é considerável pensar a realidade do ano de 2020, no que diz respeito inteiramente a educação no Brasil, frente a uma pandemia mundial, carregada de demandas, que em alguns casos, o docente em exercício não está apto para as necessidades atuais, pois foi formado por conhecimentos do século XIX, contratado como profissional no século XX e atualmente ensina alunos nascidos no século XXI.

No século XXI a relação homem trabalho está redimensionada por outros elementos, que estavam postos anteriormente, mas adquire novos contornos a cada dia. Esses atuais marcos relacionam-se ao homem e a tecnologia. Tal ferramenta faz parte do cotidiano escolar, do cotidiano social, e cada vez mais estamos dependentes deste desenvolvimento tecnológico. Essa evolução histórica está implícita nas relações evolutivas da tecnologia, tornando-a cada vez mais indispensável. E em um contexto

capitalista, rápido, o desenvolvimento tecnológico ocorre em grande escala e crescimento instantâneo com aprimoramentos e inovações constantes, ao que parece, na contemporaneidade é quase impossível viver sem a tecnologia (DEL PRYORI, 2017).

Mas como isso diz respeito ao momento atual? Dos espaços de colégios internos do período de Dom Pedro II, às telas de *tablets*, computadores e *smartphones*, a sociedade está disciplinada a serviço de um bem, dito maior, o de obediência e produtividade. Mas o objetivo real, ao que parece, é tornar cada cidadão menos oneroso ao sistema, pois quando o mesmo descumpra as regras, passa e explicitar o destino e o ônus que essa conduta pode trazer.

Assim é passível a indagação do porquê durante a pandemia que assolou o Brasil e o mundo, oficialmente em março de 2020, professores, pais e/ou responsáveis de crianças, não mobilizaram-se em uma espécie de boicote aos métodos de ensino à distância, apesar das inúmeras dificuldades geradoras de situações de extremo desconforto e em alguns casos, abalos emocionais decorrentes de diversas razões, entre elas o manuseio do aparato digital, ausência de recursos nesse sentido, ou até mesmo, dificuldades por parte das prestadoras de serviços de dados em função da excessiva demanda e especialmente a ausência da grande maioria dos estudantes, em administrar o ensino remoto como um todo.

Nesse momento, professores estão cada vez mais sobrecarregados, tem que se reinventar, apropriar-se do uso tecnológico em prol de uma educação que não pode parar, que deve seguir seu curso a qualquer custo. Um dispêndio de jornada de trabalho exaustiva, gerando danos existenciais para os professores, pais e/ou responsáveis e, um desdobramento na forma de apreender como aluno/sujeito em construção através do conhecimento repassado de forma remota operativa e produtiva.

A saúde desse profissional em meio a esse jogo educacional, de políticas públicas com metas de desenvolvimento e índices de qualidade, com escolas politicamente adoecidas, que mais parecem necessitar de produtos e mercadorias, as quais o governo insiste em naturalizar através de competições, *rankings* e metas quantitativas, passando assim a culpabilizar e penalizar os profissionais da educação, por não atingirem tais naturalizações, o que acaba por desconstruir o sentido original da sua profissão – ensinar cidadãos críticos .

A mente e o trabalho do professor são cotidianamente atacadas, responsabilizadas, frustradas, esgotadas, depreciadas, despersonalizadas diante de

todo esse aparato educacional mencionado acima. E, isso ao que alguns estudos mostram, irá refletir diretamente nas próximas gerações.

Seligman-Silva, uma das pioneiras pesquisadoras do campo disciplinar sobre “saúde mental e trabalho”, com pesquisas realizadas na Escola Nacional de Saúde Pública, da Fundação Oswaldo Cruz, começa a indagar sobre essa temática: “Existe um conhecimento científico suficiente sobre a dinâmica subjetiva pela qual as experiências da vida laboral influem na mente humana, determinando ou participando no surgimento do sofrimento psíquico? ” (SELIGMANN-SILVA, 1987, p.226). A autora busca então o modo como o trabalho atua no exercício psicossocial, gerando desgaste ou sofrimento psíquico, apontando fatores relacionados as experiências laborais.

Outro autor de grande relevância, sobre a temática “sofrimento psíquico e trabalho” é Wanderley Codo (1984) que tem seus escritos marcados primeiramente por três textos que antecedem seus escritos mais específicos a respeito da exposição teórica sobre as relações entre sofrimento psicológico e trabalho. Os três escritos são: “Psicologia Social: o homem em movimento”; organizado por Wanderley Codo e Silvia Lane (1984); “O fazer e a consciência, relações de trabalho e transformação social” (CODO, 1984a) e por fim o livro “O papel psicológico na organização industrial” (CODO, 1984b).

Os escritos de Edith Seligmann-Silva e Wanderley Codo, juntamente com seus colaboradores, mostram que o trabalho na idade moderna passa a se tornar a medida do valor que ele tem para a sociedade. Isso vai na direção dos estudos de Dejours (1986) quando exprime que o trabalho não é apenas um lugar de “investimento subjetivo”, mas é um espaço de “construção de sentido”.

Cabe aqui citar os escritos de Moulin (1997 e 1998), uma psicóloga e pesquisadora do Programa Organização do Trabalho e Saúde Mental, do IPUB/UFRJ, que em seu objeto de pesquisa insere as mulheres, professoras, de classe média e com nível superior no trabalho público e os impactos que o mesmo traz a saúde mental delas. Moulin (1998) em suas teorias recorre a Dejours, para afirmar que o trabalho seria mediador entre o inconsciente e o campo social.

Quando Moulin (1998) inclui o gênero como categoria de análise e revisa as problemáticas da dominação do trabalho feminino atestando a possibilidade de compreensão do sofrimento psíquico no trabalho, o autor passa a entender o trabalho social como componente estruturador da identidade. E essa identidade ligada diretamente ao gênero em questão.

Assim, ao gênero feminino, são atribuídas às professoras funções de cuidado, dedicação, aceitação, questões que nos remetem também à relação com o trabalho doméstico, não necessariamente um trabalho remunerado, mas que vai além de uma profissão. E aqui cabe um fator histórico, de quando as mulheres foram educadas durante séculos no sentido de dar expressividade às suas qualidades afetivas, zelosas. O cuidado do lar, das crianças, do esposo, foi relegado ao gênero feminino, uma raiz histórica imposta pela moral e bons costumes cristãos, que vê na mulher tais tipos de relações, ligadas ao sagrado. Dessa forma, quando ela ganha espaço, a história da educação mostra que o gênero feminino é o que irá predominar no ambiente escolar, desde o período do Império no Brasil.

À medida que a história vai se construindo, essa mulher para ser docente, não necessita mais ser solteira, casta. Agora ela pode ser professora, como também mulher, mãe, esposa, e isso não significa uma profissionalização. Suas qualificações naturais lhe, atribuem funções, a partir de então, em dupla ou tripla jornada.

Tais atividades/atribuições femininas antes ocorridas de forma direta, sem uma necessidade de adaptação, agora necessitam de reajustes, porém a lógica desse tipo de trabalho não é a lógica do cuidado, como um dia foi. Aqui estão alguns fatores que contribuem para muitos docentes, e em sua maioria as mulheres, estarem doentes, pois se envolvem demais com aquilo que a sociedade por anos ditou como algo inerente a elas (CODO, 1999; FEDERICI, 2019).

Quando analisamos gênero e docência, o agravamento do estresse e do esgotamento ainda são mais exaustivos. “As professoras têm suas jornadas de trabalho ampliadas, configurando-se a dupla carga de trabalho das mulheres – no lar e fora do lar, podendo levá-las à exaustão, ao adoecimento, entre outros prejuízos e comprometimentos a sua qualidade de vida” (GOMES, NUNES, PÁDUA, 2019, p. 290-291). Alinhando-se a esse saber, Assunção e Oliveira (2009) afirmam que tais agravantes afetam a ordem psíquica do docente, pois diante da demanda e da exaustão de sua profissão os professores ainda buscam decodificar, ler, compreender e cumprir a sua missão orientadora num ambiente de trabalho inóspito.

Codo, Sampaio e Hitomi (1992) analisam as relações entre trabalho e sofrimento psíquico, primeiro tratam a definição de afeto, elencando a unidade eu-mundo, ou seja, a relação do homem com a vida e o lugar onde ele vive contudo que nele existe, e fazendo notar que trabalho e afeto aparecem ao mesmo tempo como “irmãos siameses e inimigos”, chamando a atenção de que, sempre, todas as formas de “desativação do

trabalho”, por parte das organizações, implicam na “reafetivação” do afeto, por parte do trabalhador. O que isso quer dizer: com a decadência no trabalho e os regimentos organizacionais que regram sua prática, ainda assim o docente necessita ressignificar a afetividade, como também a importância do seu trabalho diante de todos os desgastes e sofrimentos.

Essas ressignificações são alinhadas em seus estudos, anos à frente quando mostram que “o homem se relaciona com o mundo, imprimindo-lhe sua marca, além da energia física, ele depende também uma energia psíquica, enquanto dá significação às coisas” (CODO, GAZZOTTI, 1999, p. 54). Ou seja, o trabalho e o sofrimento psíquico da classe docente são impressos nas relações do seu fazer docente e, da significação que cada um dá a sua atuação profissional.

Borsoi (1995) traz como foco a análise da saúde mental do trabalho feminino. A psicóloga realiza uma reflexão histórica sobre o trabalho feminino, com uma revisão bibliográfica de pesquisas realizadas dentro desse tema no Brasil e em outros países, onde chama a atenção para especificidades próprias a condição da mulher, tais como a dupla jornada e as características penosas do processo de trabalho feminino. Em um estudo sobre o sofrimento psíquico das professoras primárias de quatro escolas públicas de Belém do Pará, discorre as características gerais que identificam as escolas e a população investigada, relatando e analisando os resultados epistemológicos, obtidos através da aplicação do Inventário Minisota Multifásico da Personalidade (MMPI)<sup>2</sup>, nesta população, identificando um percentual significativo da população com sintomas de sofrimento psíquico. Os autores explicam o sofrimento desta categoria, considerando o trabalho e suas contradições como o centro na gênese do sofrimento.

Outro trabalho significativo, sobre sofrimento psíquico encontra-se no livro “Educação e Carinho”, que dispõe de uma pesquisa nacional, coordenada por Codo (1999), sobre as condições de trabalho e saúde mental dos trabalhadores em educação, da rede pública estadual. O material demarca a especificidade do trabalho docente, expondo características intrínsecas que o diferencia de um trabalho mecanizado pois o docente traz relações de afetividade, bem como o estabelecimento da definição de afeto, onde o fazer docente dá significado ao profissional atuante. E aqui cabe ressaltar a exposição do ponto de vista organizacional, na qual a escola pode ser caracterizada

---

<sup>2</sup> Segundo Figueiredo e Fensterseifer o Inventário Multifásico Minnesota de Personalidade (MMPI) é um instrumento originariamente americano, que pode oferecer um importante auxílio na avaliação da personalidade e, que atualmente, encontra-se desfavorável para uso no Brasil. Saiba mais em: FIGUEIREDO, K. M.; FENSTERSEIFER, L. 2016.

como a “pior organização” possível e, ao mesmo tempo como os docentes da rede pública estadual apresentam-se com bons índices de satisfação e comprometimento, autonomia e controle sobre o trabalho, mostrando-se capazes de tomar decisões assumindo responsabilidades e reconhecendo a importância do seu trabalho e progressão futura do mesmo.

A escola como local de multiprofissionais, tais como cozinheiras, secretárias, serviços gerais, limpeza, etc., revela profissionais insatisfeitos com a precariedade da organização. A violência, agressão, exclusão social, infraestrutura, desenvolvimento e as políticas públicas de Gestão das Escolas Públicas brasileiras, bem como a falta de apoio e recursos acaba por trazer a esse local – a escola – o desapego ao cuidado afetivo e passa a desenvolver medos aos profissionais atuantes nesse espaço.

O sofrimento diz respeito ao espaço de liberdade que pode existir entre o ser humano e a organização do trabalho. Nesse território são possíveis a negociação e as invenções do trabalhador sobre a organização do trabalho na tentativa de adaptá-lo às suas necessidades. Quando são estreitas as margens para a adaptação desejada, é possível a eclosão de um sofrimento mental, tornando o indivíduo fragilizado e mais susceptível ao adoecimento. As manifestações sintomáticas variam desde um sentimento de insatisfação e frustração chegando até uma angústia difusa e um profundo sentimento de culpa e impotência (ASSUNÇÃO; OLIVEIRA, 2009, p. 363). E diante de tantos agravantes, pretende-se então buscar compreender o adoecimento docente no que diz respeito a Síndrome de *Bournout*. Vejamos, portanto, o que é o *Burnout*.

## 2 SÍNDROME DE BURNOUT

No percurso até então apresentado sobre saúde mental e trabalho, vê-se que o conflito psíquico, suas transformações e organizações sociais, aparecem de forma significativa no trabalho docente. Ao que se percebe, as competências e obrigações do ser professor são acrescidas, tanto pedagógica como social e emocionalmente (DIEHL; MARIN, 2016). Dessa forma, a saúde desse profissional tem sido motivo de pesquisas relevantes sobre o nível elevado de adoecimento na categoria.

A profissão docente é considerada pela Organização Internacional do Trabalho (OIT) como uma das mais estressantes, pois ensinar se tornou uma atividade desgastante, com repercussões evidentes na saúde física, mental e no desempenho profissional (DIEHL; MARIN, 2016, p. 65).

Os diferentes estudos mostram que o profissional docente sofre e adoece com desgastes osteomusculares; transtornos mentais, como apatia, estresse; Síndrome de *Burnout*; desesperança e desânimo (DALAGASPERINA, MONTEIRO, 2014; LEITE, NOGUEIRA, 2007; TRINDADE, MORCERF, DE OLIVEIRA, 2018). Tais adoecimentos necessitam de atenção.

Quando o desgaste afeta as emoções devido às relações que o indivíduo tem com os outros a quem presta algum serviço e/ou tem responsabilidades, um dos adoecimentos possíveis consiste no tipo de esgotamento conhecido por *Bournout*.

Mas afinal o que é *Bournout*? Segundo Codo e Vasques (2000, p. 29):

*Burnout*, foi o nome escolhido; em português, algo como ‘perder o fogo’ ‘perder a energia’ ou “queimar para fora” (numa tradução mais direta). É uma síndrome através da qual o trabalhador perde o sentido da sua relação com o trabalho, de forma que as coisas já não o importam mais e qualquer esforço lhe parece ser inútil.

Quando Codo e Vasques (2000) buscam uma definição, apresentam algumas características pontuais. O *Burnout* é apresentado por eles como denominado “Síndrome da desistência”. Tratam e analisam as relações entre condições objetivas de vida e do trabalho, ligadas então a essa síndrome de desistência, provocando indagações que os levam a algumas balizas. Ao se perguntarem o que é *Burnout*, Codo e Vasques (2000), buscam definir tal fenômeno, demarcando-o como uma síndrome caracterizada por três sintomas. O primeiro diz respeito à exaustão emocional, um esgotamento e desgaste diário sofrido em função dos problemas do trabalho. O segundo sintoma vai ao encontro a uma despersonalização, ou seja, o endurecimento

afetivo, sendo um estado psíquico em que prevalece o cinismo ou dissimulação afetiva. E por fim, há um sintoma relacionado à falta de envolvimento pessoal no trabalho, que ocorre quando as relações interpessoais são cortadas como se estivessem apenas em contato com objetos.

Castro e Zanelli (2007), corroboram essa demarcação dos sintomas, baseados nas investigações de Maslach (1978) e de Freudenberger (1974):

[...] a definição da síndrome de *burnout* é multidimensional, ou seja, compreende um conjunto de três variáveis ou dimensões essenciais que especificam e demarcam tal fenômeno, quais sejam: a exaustão emocional (EE), a despersonalização (D) e a diminuição da realização pessoal (DRP) (CASTRO, ZANELLI, 2007, p. 18).

Esse conjunto leva os autores a caracterizarem o *burnout* como uma “síndrome do profissional frustrado, descomprometido com os outros e exaurido emocionalmente” (CASTRO, ZANELLI, 2007, p. 18). Porém o *burnout* não se restringe a apenas isso, uma vez que o termo é associado à uma estafa crônica, algo como:

[...] estado de fadiga ou frustração causado pela dedicação excessiva e prolongada a uma causa. Pode ocorrer também pelo fato de a pessoa persistir na tentativa de alcançar uma meta ou preencher uma expectativa que é realisticamente impossível de conseguir naquele momento. Quanto mais se tenta, tanto mais o desgaste vai se desenvolvendo. Neste caso, o inevitável será um esvaziamento dos recursos do indivíduo, um desgaste de sua vitalidade, da energia e da habilidade de funcionamento (Maslach e Jackson, 1981, p. 21 – tradução da autora).

Além disso, o *burnout* não é algo apenas psicológico, mas está ligado também ao modelo organizacional. Indo de encontro a esse aspecto, Castro e Zanelli (2007) são ainda mais claros ao descreverem o esgotamento e o trabalho oneroso ressaltado na pesquisa de Maslach e Jackson:

Em síntese, a síndrome de burnout não se reduz à exaustão física e emocional resultante da alta sobrecarga de trabalho. Evidenciam-se além disso, estressores de ordem interpessoal (falta de suporte) e também estressores relativos às interferências burocráticas (conflitos e ambigüidade de papel e falta de autonomia) que, ao atuarem em conjunto, tiram do indivíduo a sua condição de sujeito capaz de realizar bem seu trabalho, bem como, de realizar-se através do trabalho que executa (CASTRO, ZANELLI, 2007, p. 19).

Tais esclarecimentos só foram possíveis após várias pesquisas, pois em estudos da década de 1970, Codo (1984a) e Seligman-Silva (1987) comentam sobre a carência de material teórico, onde ao revisar a literatura do problema encontram que o ponto comum no *Burnout* seria uma resposta ao estresse laboral crônico, sendo que, para se pesquisar o fenômeno, o instrumento mencionado para contabilizar a população foi a

“Escala de Maslach”. Através da escala, os pesquisadores acusam que o fenômeno *Burnout* está presente em todos os cargos e em todos os lugares dentro da população trabalhadora, e sempre em porcentagens preocupantes, sendo não só um acontecimento frequente, mas altamente disseminado. “A síndrome Burnout é definida por Maslach e Jackson (1981) como uma reação à tensão emocional crônica gerada a partir do contato direto e excessivo com outros seres humanos, particularmente quando estes estão preocupados ou com problemas” (CODO, VASQUES, 2000, p. 29). Ou seja, um trabalhador dotado de cansaço psicológico, e afetado pelo sistema organizacional que se encontra significativamente precário em várias áreas trabalhistas necessita de uma atenção para que se possa rever os fatos que levam ao *burnout* e os possíveis modos de enfrentamento desta síndrome.

Sendo assim após a exposição da definição de *burnout* é necessário que possamos pensar nos fatores presentes na realidade do trabalho e de suas organizações que acabam por desencadear a síndrome nos profissionais. Castro e Zanelli (2007), utilizando-se de referenciais como Maslach e Leiter (1997) e Maslach, Shaufeli e Leiter (2001), especificam as ocorrências estressoras da seguinte forma:

[...] são especificadas as seguintes ocorrências: aumento da carga de trabalho, caracterizada pelo fato de menos pessoas estarem fazendo mais trabalho; pressão de tempo, caracterizada pelo fato de o tempo não ser suficiente para cumprir as exigências de trabalho; aumento da complexidade do trabalho, caracterizada pelo fato de um mesmo profissional desempenhar múltiplas funções simultaneamente; papel conflitante, caracterizado pela obrigação profissional de executar funções contrárias e conflituosas; e por último, a ambigüidade de papéis, decorrentes de informações inadequadas e ambíguas ao comprimento da função profissional (CASTRO, ZANELLI, 2007, p. 19).

E aqui os autores se referem ao conjunto de estressores quando relacionados as altas demandas de trabalhos. Já quando se referem aos recursos escassos, os fatores estressores são:

[...] falta de suporte no trabalho por parte de supervisores, que deixa o profissional sem uma chefia que dê apoio para o enfrentamento e a resolução dos problemas de trabalho; falta de suporte de colegas, caracterizada pela perda da confiança no trabalho de equipe criando relações de competição e isolamento entre os profissionais; falta de controle e autonomia sobre dimensões importantes de suas atividades profissionais que impede os profissionais de resolverem os problemas relacionados ao seu trabalho e falta de recompensa material caracterizada pela redução de salários e benefícios e por menos oportunidades de progresso na carreira (CASTRO, ZANELLI, 2007, p. 19).

Todos esses conjuntos estressores relacionam-se ao trabalho, às gestões públicas envoltas em burocracias que acabam por demandar um alto nível de trabalho

ao profissional e ao gerenciamento de recursos mal distribuídos. Mais uma vez, ao vislumbrar a definição da síndrome e os fatores que levam a tal estado, compreende-se que *Burnout* liga-se a fatores psicológicos e organizacionais afetando o profissional em sua integralidade, não podendo separar o pessoal do social.

E diante de tantos agravantes, podemos ir ao encontro do adoecimento docente. “Cuidar exige tensão emocional constante, atenção perene; grandes responsabilidades espreitam o profissional a cada gesto no trabalho” (CODO, VASQUES, 2000, p. 29).

O professor liga-se não somente ao que já está condicionado no “hoje”, mas sua ação está além de uma simples resposta, pois vai de encontro às altas demandas e aos recursos existentes no ambiente de trabalho, que ainda está em um plano “futuro”. Ou seja, o fazer docente se entrelaça na ação humana e nos significados, que irão gerar àqueles com quem tiverem contato (CASTRO, ZANELLI, 2007).

Mesmo que o *burnout* apareça em diferentes contextos, a educação é um âmbito que chama atenção. As pesquisas na área de saúde mental e trabalho mostram que professores são desvalorizados socialmente em seu trabalho, faltam motivações profissionais, qualificação e as exigências são cada vez maiores. Cotidianamente, o tempo é cada vez menor e o descanso e o lazer têm diminuído devido a carga da jornada de trabalho (CODO, 1999). Os estudos mostram que o profissional não deixa de se envolver emocionalmente perante os problemas dos alunos, da instituição, das políticas públicas, gerando estresse ou levando ao esgotamento físico e mental (DIEHL; MARIN, 2016).

Os professores, apresentam algumas especificidades diante do seu fazer. O profissional docente, muitas vezes, faz muito mais que suas condições permitem, se envolvendo socialmente com milhares de futuros jovens que, antes dele, por vezes sequer poderiam sonhar alto. São trabalhadores que se importam e zelam por aqueles que tem responsabilidade (CODO, 1999; CODO, VASQUES, 2000; DIEHL, MARIN, 2016). O zelo, segundo o dicionário *online* da *Google*, proporcionado pela *Oxford Languages*, tem por definição uma relação dual entre humanos, onde uma ação resulta no bem-estar de outro. É uma relação de dupla remodelação entre pessoa e o outro configurado dentro de um mundo. No caso aqui, o outro; o professor e o estudante. Uma vez que o professor cuida do aluno, ele se modifica, enquanto transfere para o discente, parte de si e de seus conhecimentos no seu trabalho realizado. E isto está diretamente relacionado ao perfil dos docentes. Um dos retratos do ser professor é esse cuidado, esse desejo de mudança, de valia por seu trabalho.

Isto significa que o ser professor não está limitado à sua atuação, mas remete também a uma estrutura que traz significado. Ser professor, por exemplo, pode significar um sujeito que, de certa forma, se tornará referência na vida dos alunos. Para eles, pode ser a esperança de um futuro melhor como aprendiz e, posteriormente, como agente transformador de sua sociedade.

Diante desse aspecto de zelo, é importante destacar o material de Federici (2019) que ao escrever sobre o trabalho feminino demonstra o quão natural é para muitos que o gênero feminino tenha/faça determinadas funções. Dentre elas a área doméstica, a docência, a cozinha, etc., remetendo, por exemplo, aos aspectos do cuidar. Ou seja, as mulheres são dados aspectos, que segundo a autora já são pré-existentes ao gênero feminino, de amor, zelo, servidão e por isso deve existir uma luta para que esses pensamentos sejam dissolvidos. Pois como trabalhadoras docentes, nos especializamos, estudamos, doamos nosso tempo ao aprendizado para então sermos capazes de exercermos nossas profissões, ou seja, não é natural, é a busca, por nosso espaço no trabalho.

A mulher nos dias atuais não precisa depender de um casamento, de um homem que a sustente, e segundo Federici (2019, p. 40) isso seria uma forma de “prostituição física e mental”. Se deixarmos enraizar tal perspectiva/pensamento, o gênero feminino nunca será valorizado em atividades de trabalho, que muitos dizem ser predispostas ao sexo feminino.

Todo trabalhador é reconhecido pelo seu trabalho, e um dos mecanismos de reconhecimento é o seu salário, ou seja, um contrato social onde o empregado condiciona sua vida diante daquilo que produz. Isso quer dizer que não é algo que ele goste de fazer, ou que seja inerente a sua natureza. Para o trabalhador importa o quanto do trabalho realizado irá gerar a sua remuneração. A diferença aqui é que quando fala-se em professora, há imposição como atributo natural “da psique e da personalidade feminina” (FEDERICI, 2019, p. 42), supondo ser da natureza humana feminina, o zelo, o cuidado, o amor, entre outros aspectos relacionados a profissão docente e, em específico, ao gênero feminino. Tal reducionismo precisa ser enfrentado de forma protagonista, através de lutas como mulheres trabalhadoras e não como mulheres solteironas, sem amor e sem um marido para cuidar e protegê-la. Ser uma mulher trabalhadora não reduz a pessoa humana, como força de trabalho, como empreendedora na construção do mundo atual. Pode-se muito bem ser docente, mãe, esposa, dona de casa, etc., mas é necessário o reconhecimento como trabalhadoras,

dignas de seu salário, e que algumas profissões naturalizadas e relegadas ao sexo feminino necessitam de ressignificação no que diz respeito a alguns discursos, que infelizmente ainda soam com naturalidade ao sexo feminino, parecendo não haver necessidade de remuneração, significação, valorização.

Codo e Vasques (2000) corroboram com estes pontos quando relatam que:

O fato de as mulheres terem sido educadas durante séculos no sentido de dar expressão à sua afetividade, não significa que a profissionalização das atividades por elas antes realizadas tenha ocorrido de forma direta, sem que houvesse necessidade de adaptação. Pelo contrário, o movimento de profissionalizar uma atividade vista como inerente à pessoa, sendo executada de forma mediada, pode gerar um conflito de difícil saída para quem a realiza. Isso, porque a lógica do mercado de trabalho não é, e não tem como ser, a lógica do cuidado (CODO, VASQUES, 2000, p. 12).

Pois bem, se uma mulher, ou um homem, não realizam atividades de forma direta, sem adaptação, fora da lógica do cuidado, como profissional docente, eles resguardam sua profissão com significação.

Assim as possibilidades de adoecimento diante dos graves problemas educacionais, “dos conflitos de difícil saída”, do grande esforço em seguir como um agente de transformação, acaba por apagar as “chamas” que estão sendo lançadas para fora e recolhendo o trabalhador gerido pelos fracassos desenvolvidos ao longo da sua atuação.

O docente como influenciador nas construções e no crescimento social, projeta um futuro a sociedade em desenvolvimento, pautada de certa forma nas responsabilidades desse profissional que busca gerir cidadãos críticos, conforme as determinações das políticas e regimentos educacionais. Isso acaba vindo, carregado com pressões, fatores econômicos administrativos e gerenciais em um jogo educacional que em movimento concreto leva o profissional ao fracasso ou ao desvio do seu projeto original. Em suma, isso seria o *burnout* no profissional docente.

### 3 QUESTIONAMENTOS E CAMINHOS DE ENFRENTAMENTO

Vemos que o assunto sobre a saúde e o adoecimento no trabalho docente é exteriorizado nas pesquisas da década de 1970 na área de psicologia.

Desde o período do Império no Brasil, discussões relacionadas a esse assunto podem ser observadas no momento em que Dom Pedro II registra em cartas e diários pessoais, inquietações sobre o profissional de educação, quando expõe sua preocupação com a educação pública, a qual alguns historiadores dizem que, em sua opinião, era a força motriz da sociedade (DEL PRYORE, 2017).

Porém era necessário olhar em particular para aqueles que iriam ensinar, preocupando-se com suas responsabilidades e sua saúde física e mental, percebe-se, portanto, que tal tema, não é algo tão novo.

Pensar em saúde traz à tona que a saúde é um bem-estar físico, mental e social, algo complexo e impossível de delimitar, uma vez que está sempre se modificando.

Através das pesquisas até aqui apresentadas, é perceptível que o trabalho docente não é apenas um trabalho que gera um produto, mas é um trabalho realizado com vidas. Nesse sentido, o fazer docente como “[...] processo de trabalho se inicia e se completa em uma relação estritamente social uma relação direta e imediata com o outro” (CODO, 2000, p. 10).

No sentido de afetar/influenciar, considera-se, portanto, que há significado na sua ação, há conversões, em seus atos, há uma grande responsabilidade profissional com o outro. Ao exhibir tais considerações é possível expor o quanto o adoecimento docente é recorrente, pois a classe em questão realiza uma relação muito próxima com o seu “produto” (o trabalho docente) e este, de certa forma, conduzindo caminhos de muitos outros seres humanos. Ou seja, adoecer diante deste fato é algo plausível.

Então, consideramos o sentido do trabalho como algo relacionado à identidade, de certa forma, de cada indivíduo.

Ao delimitar saúde, trabalho e docência, constata-se que o perfil desse profissional, em sua grande maioria, é de uma pessoa que irá relacionar-se intimamente com o trabalho e todas as suas incumbências. Dentro da escola, da sala de aula as relações entre docentes e discentes tem uma relevância significativa, pois são carregadas de significações do mundo externo, dos problemas sociais, das desigualdades sociais, trazendo assim, interferências ao fazer docente.

Há que considerar, [...] tendo em vista sua relevância, o fato de que a sala de

aula e a aula trazem à cena, assim como toda a escola, o que está do lado de fora; o que, mesmo não lhe pertencendo, irá construí-la. Estando no mundo, de que são parte, ambas, escola e aula, dele recebem o que nele se passa: do mais saudável ao menos desejável. A questão social nelas está colocada e recolocada a cada dia, direta e indiretamente, nas histórias individuais e coletivas de docentes e discentes (GOMES; NUNES; PADUA, 2019, p. 289-290).

Ou seja, a sala de aula, na escola, não é só um ambiente interno, ela agrega todo o lado externo, pois é esse que a constitui e tudo que a envolve está intimamente ligado ao meio que a está produzindo – um futuro, por assim dizer. E isso interfere diretamente no trabalho docente, sua saúde mental, emocional, relacional – pessoal.

O profissional docente, ao se deparar com a realidade do jogo educacional passa então a perceber que aquele seu projeto inicial do fazer docente, diante da grave crise educacional, explicitará um sistema educacional e político adoecido.

Hooks (2013) relata que a sala de aula necessita ser um espaço de inspiração e não de enfado, fastio, desgosto, descontentamento. Porém somente entusiasmo não é suficiente para a produção de um processo de aprendizagem empolgante. Se faz necessário uma prática comunicativa que traga elementos de transposições, buscando, na sala de aula, um espaço saudável, através dessa prática.

Quando não se dialoga, não se transpõe, nem se evidenciam os assuntos sobre os quais Edith Seligmann-Silva, Wanderley Codo e seus colaboradores, Christophe Dejourns, Maria das Graças Barbosa Moulin e Isabel Borsoi, se debruçaram a pesquisar. Pois como um trabalhador doente, sem uma boa saúde conseguirá trabalhar? Como alcançará no ato docente um significado?

A clareza dos fatores de adoecimento docente, que incide através da lógica capitalista da educação, das jornadas excessivas de trabalho, das responsabilidades e regramentos educacionais, da desvalorização da classe, do esquecimento da importância do seu fazer docente, dos conflitos cognitivos, emocionais, psicológicos em conjunto com a exaustão física, as doenças corporais que são contraídas diante de todos esses sofrimentos, necessitam ser comunicadas, cuidadas e enfrentadas.

Acredita-se que nenhum trabalhador deseja trilhar seus caminhos em organizações doentes, inconvenientes. Um trabalhador não anseia se empregar em uma profissão que “oferece salários muito baixos, remunerando mal a sua força de trabalho; que não oferece plano de carreira, que não tem esquema de avaliação que recompense o trabalhador proporcionalmente ao seu esforço” (CODO, 2000, p. 15). Quem, em sã consciência, iria desejar responsabilidades que lhe oferecessem:

[...] infra-estrutura precária para a realização do trabalho e pouco conforto para o trabalhador; que tenha relações burocratizadas, de modo que caminhos intermediários dificultem a realização do trabalho e a obtenção de recursos de forma rápida e eficiente; cujo trabalho implique em alto nível de responsabilidade sem nenhum privilégio em retribuição; cujo trabalho seja exigente, desgastante e sem reconhecimento social associado (CODO, 2000, p. 15).

E então, você consegue se ver trabalhando em um lugar assim? Pois infelizmente esse local é encontrado em sua grande maioria, nas redes de ensino.

Retomamos novamente a questão do cansaço. Quando um profissional tem uma rotina que sobrecarrega suas forças físicas, mentais e o seu desempenho profissional (por conseguinte sua família, seu ciclo de convivência, a sua vida pessoal), ele passa a redirecionar o rumo da sua profissão. Sua busca por transformar seu fazer docente, por adaptar o currículo e redirecionar regimentos educacionais de forma a construir uma caminhada diferente, não são mais tão prazerosos como outrora.

Uma vez que há descaso com melhorias e investimentos na área da educação, como será diferente, em relação ao investimento na vida do profissional docente?

Refleta sobre os conhecimentos e atuações do âmbito macro político. “O Estado ou a Federação obrigatoriamente devem reservar parte de suas receitas e destiná-las ao sistema educacional” (CODO, 2000, p. 18). As escolas, segundo nossa Federação Brasileira, devem ter qualidade igual a todos. Os objetivos propostos pela Constituição Federal e dispostos no artigo 205 dizem que é necessário “visar ao pleno desenvolvimento da pessoa, seu preparo para o exercício da cidadania e sua qualificação para o trabalho” (BRASIL, 1988).

As políticas públicas são formas de comando legal que buscam atingir seus objetivos, ou seja, se pensarmos em política pública na área educacional ela é a estrada que liga as determinações e os objetivos legais à realidade local.

Os ciclos de uma política pública requerem ações e estratégias destinadas a implantação de objetivos desejados, diante de uma preparação e resolução política, dentro de uma agenda que resulta em programas implementados, formulados e avaliados trazendo resultados a toda uma sociedade que será beneficiada na prática e não apenas em documentos. As políticas públicas constituem um conjunto articulado de ações, incentivos e decisões que alteram uma realidade em resposta aos interesses e demandas envolvidas. Elas são de autoridade soberana do poder público e dizem o que fazer (ação) e aonde chegar (metas ou objetivos) (BRASIL, 2001).

No setor educacional são várias as políticas públicas lançadas pelos setores do

governo. Podemos citar algumas como: **a)** Fundo de Manutenção e Desenvolvimento do Ensino Fundamental e de Valorização do Magistério- (FUNDEF); **b)** Plano de Desenvolvimento da Escola (PDE); **c)** Programa de Dinheiro Direto na Escola (PDDE); **d)** Programa Bolsa Família; **e)** Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE); **f)** Programa Nacional do Livro Didático (PNLD); **g)** Programa Nacional de Transporte Escolar (PNATE); **h)** Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM); **i)** Sistema de Seleção Unificada (SISU); **j)** Programa Universidade para Todos (PROUNI); **k)** Programa Nacional de Reestruturação e Aquisição de Equipamentos para a Rede Escolar Pública de Educação Infantil (PROINFÂNCIA); **l)** Plano Nacional de Educação (PNE) .

Tais políticas se propõem a provocar alterações dentro das escolas, nas suas organizações e no desenvolvimento do trabalho, interferindo diretamente em suas práticas – tanto dos professores como da sociedade e da cultura. Porém, o que se vê são gestões da educação funcionando de forma limitada. Faltam mecanismos de coordenação entre os níveis de governo (federal, estadual e municipal). E falta a consideração dos sujeitos envolvidos nas etapas da política desses acontecimentos de forma significativa. Quem são esses sujeitos? Docentes e discentes, de uma sociedade em construção, que deveria ser tema de extrema relevância, pois só se constrói uma sociedade através da educação e da aprendizagem ao longo da vida, calcada em conhecimentos, valores e habilidades necessários ao desenvolvimento humano. Tais aspectos estão ligados de forma significativa ao interior das salas de aula. O que leva a considerar o presente, a realidade atual da educação e do profissional docente.

A contemporaneidade mostra que o profissional docente necessita estar atualizado, necessita ajustar-se às tecnologias, romper as formas tradicionais de ensino.

Para que o docente chegue ao *burnout*, ele atingiu o máximo da sua exaustão emocional, o limite da sua despersonalização e a depreciação da sua realização pessoal. Isto tem sido cada vez mais frequente. E aqui acredito, cabe à comunidade, aos pais e/ou cuidadores, os alunos, a escola, a classe docente, a sociedade e cada cidadão unir-se a classe profissional de forma comunicativa para que não só eles compreendam a sua importância, mas para que a sociedade abra a mente e vislumbre que uma sociedade sem educação é massa de manobra,

Estar em *burnout* é algo grave, sério, sendo necessário, de maneira coletiva, buscar caminhos que tragam saúde ao trabalho docente. E mesmo que nossa política imponha caminhos limitantes, ainda assim dentro de uma coletividade é possível mudar esse jogo. Porém sabemos que é muito mais confortável conformar-se e seguir o ritmo

já estabelecido e, mais uma vez o psicólogo deve entrar em cena, caminhando de forma que se compreenda a significância do docente diante da sociedade e o quanto sua classe, unida, pode reorganizar-se e estabelecer maneiras de crescimento à sociedade.

*Burnout* é a expressão de uma sociedade do cansaço, da exaustão e da urgência por uma vida saudável (HAN, 2017). Pensando nessa urgência de cura mental e física do profissional docente é que pode-se perceber a necessidade de moldar novas maneiras de saber, estratégias diferenciadas para partilhar o ensino. Este não deve ser apenas uma plataforma para interesses pessoais e oportunistas, mas deve ser um modo de aprendizado que abraça o conhecimento que vai além das fronteiras do possível, transformando a educação em prática libertadora.

Os caminhos possíveis para o enfrentamento do *burnout*, primeiramente podem ir de encontro a uma confrontação dessa sociedade colonial, capitalista, que tem sido marcada pela corrupção política. É necessário que a sociedade consiga se organizar de tal forma a trazer melhorias para todo e qualquer cidadão. O trabalho em conjunto possui uma força maior, por isso é um caminho possível para se enfrentar tais situações.

Outro enfrentamento possível seria rever a forma como as instituições educacionais se organizam, como os docentes transmitem seus conhecimentos, como eles querem e devem ser vistos, por exemplo. E aqui podemos refletir com de Hooks (2013), que ao se deparar com o material da pedagogia crítica de Paulo Freire, percebe que o ensino pode ser libertador, e a forma de educação bancária, vai contra ao pensamento crítico. Transpondo as fronteiras, é possível imaginar e efetivar [...]

[...] práticas pedagógicas que implicam diretamente a preocupação de questionar as parcialidades que reforçam os sistemas de dominação (como o racismo e o sexismo) e ao mesmo tempo proporcionam novas maneiras de dar aula a grupos diversificados de alunos (HOOKS, 2013, p. 20).

Hooks (2013) buscou partilhar reflexões críticas à prática pedagógica intervindo e contrapondo a atividade do professor diante da desvalorização profissional e das mudanças necessárias as práticas do ensino, demonstrando que “o prazer de ensinar é um ato de resistência que se contrapõe ao tédio, ao desinteresse e à apatia onipresente que tanto caracterizam o modo como professores e alunos se sentem diante do aprender e do ensinar” (HOOKS, 2013, p. 20).

O professor educado politicamente luta, reivindica, insurge, diante de suas práticas e de todos os mecanismos do jogo educacional para se fazer resistente, e

focado ao seu pensamento inicial, aquele que desejou ao adentrar a academia para qualificar-se e realizar um bom trabalho sonhando em mudar o mundo. O que só será possível diante de um tratamento coletivo diante da percepção de seu adoecimento.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao pesquisar, refletir, relacionar, ressignificar os materiais estudados sobre saúde e adoecimento no trabalho docente, me transporto à minha profissão atual – professora. Revisitando regramentos educacionais, pontuando críticas relacionadas à profissão docente e, em meio às experimentações dos últimos anos como profissional que se doa, que se importa com o seu trabalho e, ainda assim, é exposta por reorganizações, rejeitada e reajustada conforme a lógica de mercado educacional, posso dizer que estou nas entrelinhas desse material escrito.

A pesquisa mostrou no primeiro capítulo que as exigências do profissional docente vão de encontro a uma transformação social, porém a sociedade educacional e seus ambientes, estão adoecidos e acabam por gerar exaustão física e mental, em conjunto com as condições de trabalho precárias que encontram-se nas instituições de ensino, e aqui tenho como respaldo os locais em que exerço minha profissão docente, na cidade de Pelotas. Vejo muitos colegas, angustiados, insatisfeitos, tensos, sofridos, pois não conseguem dar conta de suas atividades. São humanos que sofrem, adoecem, comunicam-se, informam-se, conhecem as leis, conhecem as gestões, a eficácia da educação na vida do outro, o que não faz deles um super-humano, pois continuam sendo humanos, finitos, não tendo como abraçar e resolver todos os problemas.

Vejo que esse tema, do adoecimento docente, dos professores que manifestam problemas de saúde, que se preocupam com o exercício de sua formação e, tem interesse, mesmo diante de tantos obstáculos estão a mercê de um sistema político, capitalista e corrupto.

Esse sistema esquece do valor que esse profissional tem diante da sociedade que se constrói a cada dia.

O professor como alguém que prepara aula, trabalha em sala o que preparou, avalia, tem um papel ativo de executor, é criativo diante das obrigações de cada dia que necessitam ser cumpridas.

Esse profissional dentro da sala de aula é dono da situação, ele define as negociações, os acordos e desencontros, aonde o sucesso depende unicamente das ferramentas que dispõe para lidar com a criatividade, imaginação, empatia, empenho, transferência de conhecimento e apreensão de saberes daqueles a quem a ele são impostos como responsável. Ao que aparenta ser apenas um empreendedor, que só dá aula.

Neste tempo de pesquisa experienciei física e mentalmente e questões ligadas ao adoecimento docente. Pois ao ser realocada da direção e organização de uma escola para dentro da sala de aula, sendo responsável por mais de uma turma, tendo que lidar com leituras, planejamentos, remodelação na forma de ensino, reinvenção prática na área tecnológica para dar conta das aulas remotas, somando tudo isso às leituras dessa pesquisa, às reflexões para a escrita e revisão deste trabalho, posso dizer com propriedade, como é fácil “perder o fogo, perder a energia”, querer desistir a todo momento.

O recorte deste trabalho de conclusão de curso buscou uma aproximação do contexto educacional, ao mesmo tempo em que desejou-se demonstrar ações e estratégias cabíveis de ação e articulação para com a realidade da educação que têm que dar respostas aos interesses e às demandas envolvidas. Interesses e demandas que não são apenas de responsabilidade do profissional docente, do profissional da saúde, mas que convergem nas administrações e órgãos reguladores do sistema social, político e econômico do país.

Traçar metas, objetivos, caminhos de enfrentamento, é necessário como uma forma de ação que venha a reestabelecer a saúde mental daqueles que buscam ideais transformadores.

## REFERÊNCIAS

ASSUNÇÃO, Ada Ávila; OLIVEIRA, Dalila Andrade. Intensificação do trabalho e saúde dos professores. *Educação & Sociedade: Revista de Ciências da Educação*, v. 30 n. 107, p. 349 – 372, 2009. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0101-73302009000200003>. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/es/v30n107/03.pdf>. Acesso em: 28 out. 2019.

BORSOI, Isabel C. F., RUIZ, Erasmo M e SAMPAIO, José Jackson C. Trabalho e educação em telefonistas. In. CODO, SAMPAIO (org.). **Sofrimento Psíquico nas organizações**. Petrópolis: Vozes, 1995.

BORSOI, Isabel, C. F. e CODO, Wanderley. Enfermagem, trabalho e cuidado. In. CODO, SAMPAIO (org.). **Sofrimento Psíquico nas organizações**. Petrópolis: Vozes, 1995.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília, DF: Senado, 1998.

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília: MEC, 2019. Disponível em: [http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC\\_EI\\_EF\\_110518\\_versaofinal\\_site.pdf](http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf). Acesso em: 03 dez. 2019.

BRASIL. Lei nº. 10.172, de 9 de janeiro de 2001. Aprova o Plano Nacional de Educação e dá outras providências. **Diário Oficial da União**, Brasília, 10 jan. 2001. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/leis\\_2001/l10172.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/leis_2001/l10172.htm). Acesso em 10 nov. 2020.

BRASIL. Lei nº. 9.424, de 24 de dezembro de 1996. Lei do Fundef. Dispõe sobre o Fundo de Manutenção e Desenvolvimento do Ensino Fundamental e de Valorização do Magistério, na forma prevista no art. 60, § 7º, do Ato das Disposições Constitucionais Transitórias, e dá outras providências. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 26 dez. 1996b, Seção 1, p. 28442.

BRASIL. Ministério da Educação e Cultura. **Lei n. 9.394/96** - Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional. Brasília, 1996.

BRASIL; Lei nº. 11.494, de 20 de junho de 2007. Regulamenta o Fundo de Manutenção e Desenvolvimento da Educação Básica e de Valorização dos Profissionais da Educação - Fundeb. **Diário Oficial da União**, Brasília, 21 jun. 2007. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2007-2010/2007/lei/l11494.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2007/lei/l11494.htm). Acesso em: 14 out. 2019.

CASTRO, F. G.; ZANELLI, J. C. **Síndrome de Burnout e projeto de ser**. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, São Paulo, v. 10, n. 2, p. 17-33, dez. 2007.

CASTRO, Fernando Gastal de; ZANELLI, José Carlos. Síndrome de burnout e o projeto de ser. **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**, 2007, vol. 10, n. 2, pp. 17-33.

CODO, W. SAMPAIO, José Jackson, HITOMI, Alberto H. **Indivíduo, Trabalho e Sofrimento**. Petrópolis: Vozes, 1992.

CODO, W., & GAZZOTTI, A. A. Trabalho e afetividade. In W. Codo (Coord.). **Educação: carinho e trabalho - Burnout, a síndrome da desistência do educador**. 3.ed., pp.48- 59. Petrópolis: Vozes, 1999.

CODO, W.; VASQUES, I. M. Burnout: sofrimento psíquico dos trabalhadores em educação. **Cadernos de Saúde do Trabalhador**, Brasília: CUT, 2000. Disponível em: <http://sindutemgorgbr.task.net.br/novosite/files/Burnout.pdf>. Acesso em: 22 nov. 2020.

CODO, Wanderley (Coord.). **Educação: carinho e trabalho - Burnout, a síndrome da desistência do educador**. 3. ed. Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 1999.

CODO, Wanderley. Relações de Trabalho e Transformação Social, In: **Psicologia Social: Homem em Movimento**, São Paulo, Brasiliense, 1984b, p.136-143.

CODO, Wanderley. O Fazer e a Consciência, In: **Psicologia Social: O Homem em Movimento**, São Paulo, Brasiliense, 1984a, p.48-57.

CODO, Wanderley. Saúde mental e trabalho: uma urgência prática. **Psicol. cienc. prof.** Brasília, v. 8, n. 2, pág. 20-24, 1989. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-98931988000200008>. Disponível em [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-98931988000200008&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98931988000200008&lng=en&nrm=iso). Acesso em 28 out. 2020.

CODO, Wanderley; SAMPAIO, José Jackson C. (orgs). **Sofrimento Psíquico nas Organizações**. Petrópolis: Vozes, 1995.

DALAGASPARINA, Patrícia; MONTEIRO, Janine Kieling. Preditores da síndrome de *burnout* em docentes do ensino privado. **Psico-USF**, 2014, v. 19, n. 2, p. 265-275. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1413-82712014019002011>. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pusf/v19n2/a09v19n2.pdf>. Acesso em: 11 dez. 2019.

DEJOURS C. Palestra proferida na Federação dos Trabalhadores da Metalurgia, da Confederação Geral dos Trabalhadores (CGT) e publicada pela **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, 14 (54), 1986.

DEL PRYORI, Mary. **Histórias da gente brasileira – Império**. vol. 2. Rio de Janeiro: LeYa, 2017.

DIEHL Liciane; MARIN Ângela Helena. Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. **Estudos interdisciplinares em psicologia**, Londrina, v. 7, n. 2, p. 64-85, dez. 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.5433/2236-6407.2016v7n2p64>. Disponível em: <http://www.uel.br/revistas/uel/index.php/eip/article/view/25302/19800>. Acesso em: 28 nov. 2019.

FEDERICI, Silvia. **O ponto zero da revolução: trabalho doméstico, reprodução e luta feminista**. São Paulo: Elefante, 2019. p. 40-46.

FIGUEIREDO, K. M.; FENSTERSEIFER, L. INVENTÁRIO MULTIFÁSICO MINNESOTA DE PERSONALIDADE (MMPI): ANÁLISES PSICOMÉTRICAS. Pretextos - **Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas**, v. 1, n. 1, p. 220 - 236, 30 nov. 2016.

Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/pretextos/article/view/13594>. Acesso em 17 nov. 2020.

GOMES, Valdete Aparecida Fernandes Moutinho; NUNES, Célia Maria Fernandes; PÁDUA, Karla Cunha. Condições de trabalho e valorização docente: um diálogo com professoras do ensino fundamental I. **Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos**, Brasília, v. 100, n. 255, 2019, p. 277-296. DOI: <http://dx.doi.org/10.24109/2176-6681.rbep.100i255.4146>. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbeped/v100n255/2176-6681-rbeped-100-255-277.pdf>. Acesso em: 28 out. 2019.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**. Trad. Enio Paulo Giachini. Petrópolis: Vozes, 2017.

HOOKS, Bell. **Ensinando a transgredir: a educação como prática de liberdade**. Trad. Marcelo Brandão Cipolla. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2013.

LANE, Silvia. T.M. A Psicologia Social: Uma Nova Concepção de Homem para a Psicologia. In: Codo e Lane (orgs), **Psicologia Social: O Homem em Movimento**, São Paulo, Brasiliense, 1984.

LEITE, Andrea Ferreira; NOGUEIRA, Júlia Aparecida Devidé. Fatores condicionantes de saúde relacionados ao trabalho de professores universitários da área da saúde: uma revisão integrativa. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 42, 6 ed. 2007, p. 1-15. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/2317-6369000010116>. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbso/v42/2317-6369-rbso-42-e6.pdf>. Acesso em: 28 out. 2019.

MALACH, C. & JACKSON, S. E. **Maslach Burnout Inventory**. 2.ed., Palo Alto: Consulting Psychologists, 1981.

MASLACH, C.; LEITER, M. P. **The truth about burnout: how organization cause, personal stress and what to do about it**. San Francisco: JosseyBass, 1997.

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

MEIRA, Sônia Regina. Implicações do *stress* de professores e alunos no processo de alfabetização. In: LIPP, Marilda (org.). **O stress do professor**. 5.ed. Campinas: Editora Papyrus, 2015. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?id=BHiADwAAQBAJ&dq=marilda+lipp+pdf&hl=pt-BR&lr>. Acesso em: 15 out. 2020.

MELEIRO, Alexandrina Maria Augusto da Silva. O *stress* do professor. In: LIPP, Marilda (org.). **O stress do professor**. 5.ed. Campinas: Editora Papyrus, 2015. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?id=BHiADwAAQBAJ&dq=marilda+lipp+pdf&hl=pt-BR&lr>. Acesso em: 15 out. 2020.

MOULIN, Maria das G. Barbosa. Modos de Inserção das Mulheres no Trabalho Bancário. In: SILVA FILHO, JARDIM, Silvia (org.). **A danação do trabalho: organização do trabalho e sofrimento psíquico**. Rio de Janeiro: Te Corá, 1997.

MOULIN, Maria das G. Barbosa. Trabalho, Saúde Mental e Gênero – O caso das bancárias. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, 47 (4). p. 169-177, 1998.

RIO GRANDE DO SUL. **Lei nº 6.672, de 22 de abril de 1974**. Estatuto e Plano de Carreira do Magistério Público do Rio Grande do Sul. Disponível em: <http://www.al.rs.gov.br/legiscomp/arquivo.asp?Rotulo=Lei%20n%BA%206672&idN>. Acesso em: 12 nov. 2020.

RODRIGUES, Marta Maria Assumpção. **Políticas Públicas**. São Paulo: Publifolha, 2010.

SEGRE, Marco; FERRAZ, Flávio C. O conceito de saúde. **Rev. Saúde Pública**, 31 (5): 538-42, 1997. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-89101997000600016>. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v31n5/2334.pdf>. Acesso em: 19 nov. 2019.

SELIGMAN-SILVA, Edith. Saúde Mental e Trabalho. In: Tundis e Costa (orgs), **Cidadania e Loucura: Políticas de Saúde Mental no Brasil**, Petrópolis, Vozes, 1987.

TRINDADE, Marcel de Almeida; MORCERF, Cely Carlyne Pontes; OLIVEIRA, Marinalva Santos de. Saúde mental do professor: uma revisão de literatura com relato de experiência. **Conecte-se! Revista Interdisciplinar de Extensão**, v. 2, n. 4, 2018, p. 42-59. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/conecte-se/article/view/17609>. Acesso em: 26 nov. 2019.