

## Fatores ambientais e sociodemográficos associados à fadiga e à Síndrome de *Burnout* em professores do ensino médio de escolas públicas

### Environmental and sociodemographic factors associated with fatigue and Burnout Syndrome in public high school teachers

Lígia Emília de Abadia, Leonardo Luiz Borges, Jacqueline Andreia Bernardes Leão Cordeiro, Antonio Márcio Teodoro Cordeiro Silva, Rogério José de Almeida

#### Como citar este artigo:

ABADIA, LÍGIA E.; BORGES, LEONARDO L.; CORDEIRO, JACQUELINE A. B. L.; SILVA, ANTONIO M. T. C.; ALMEIDA, ROGÉRIO J.

Fatores ambientais e sociodemográficos associados à fadiga e à Síndrome de *Burnout* em professores do ensino médio de escolas públicas. *Revista Saúde (Sta. Maria)*. 2020; 46 (2).

#### Autor correspondente:

Nome: Lígia Emília de Abadia  
E-mail: liemilia13@gmail.com  
Telefone: (62) 99226-1259  
Formação Profissional: Mestrado em Ciências Ambientais e Saúde pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC Goiás), Goiânia, GO, Brasil

Filiação Institucional: Pontifícia Universidade Católica de Goiás  
Endereço para correspondência: Av. Universitária n. 1.440, Área 4, Bloco K, Setor Universitário  
Cidade: Goiânia  
Estado: Goiás  
CEP: 74605-010

Data de Submissão:  
07/07/2020

Data de aceite:  
27/08/2020

Conflito de Interesse: Não há conflito de interesse



## RESUMO

**Objetivo:** analisar os fatores ambientais e sociodemográficos associados à fadiga e à Síndrome de *Burnout* em professores do ensino médio de escolas da rede pública da cidade de Goiânia/GO. **Método:** trata-se de um estudo transversal analítico com abordagem quantitativa. Foram utilizados um questionário e duas escalas psicométricas que permitiram a investigação dos dados ambientais e sociodemográficos e dos escores da Síndrome de *Burnout* e de fadiga. **Resultados:** participaram da pesquisa 127 professores, faixa etária predominante até 35 anos (49,6%), sexo feminino (61,4%), casados (56,71%), com filhos (53,5%) e referiram que o ambiente de trabalho trazia risco à saúde (81,9%). Níveis mais altos de fadiga foram identificados em idade acima 35 anos ( $p = 0,0349$ ), sexo feminino ( $p = 0,0119$ ) e naqueles que dormiam menos de sete horas ( $p = 0,0428$ ). Identificou-se correlação positiva entre fadiga e exaustão emocional ( $r = 0,6838$ ;  $p < 0,0001$ ), entre fadiga e despersonalização ( $r = 0,4030$ ;  $p < 0,0001$ ) e inversamente proporcional entre fadiga e realização profissional ( $r = -0,3186$ ;  $p = 0,0003$ ). **Conclusão:** foram identificados diversos fatores, tanto ambientais quanto sociodemográficos, que possuem associação significativa com maiores escores nas dimensões que compõem a Síndrome de *Burnout*, bem como maiores níveis de fadiga. Ademais, evidenciou-se que há uma correlação positiva entre esses dois agravos que acometem os professores.

**PALAVRAS-CHAVE:** Ambiente de trabalho; Esgotamento profissional; Esgotamento psicológico; Instituições acadêmicas.

## ABSTRACT

**Objective:** to analyze the environmental and sociodemographic factors associated with fatigue and Burnout Syndrome in high school teachers of public schools in the city of Goiânia / GO. **Method:** This is an analytical cross-sectional study with a quantitative approach. A questionnaire and two psychometric scales were used to investigate the environmental and sociodemographic data and the scores of Burnout Syndrome and fatigue. **Results:** 127 teachers participated in the research, predominant age group up to 35 years (49.6%), female (61.4%), married (56.71%), with children (53.5%) and reported that the work brought health risk (81.9%). Higher levels of fatigue were identified at age above 35 years ( $p = 0.0349$ ), female gender ( $p = 0.0119$ ) and in those who slept less than seven hours ( $p = 0.0428$ ). Positive correlation was identified between fatigue and emotional exhaustion ( $r = 0.6838$ ;  $p < 0.0001$ ), between fatigue and depersonalization ( $r = 0.4030$ ;  $p < 0.0001$ ) and inversely proportional between fatigue and professional achievement ( $r = -0.3186$ ;  $p = 0.0003$ ). **Conclusion:** several factors were identified, both environmental and sociodemographic, which have a significant association with higher scores in the dimensions that make up the Burnout Syndrome, as well as higher levels of fatigue. Furthermore, it became evident that there is a positive correlation between these two diseases that affect teachers.

**KEYWORDS:** Working environment; Burnout, professional; Burnout, psychological; Schools.

## INTRODUÇÃO

O trabalho faz parte das necessidades humanas e surge junto com o próprio homem, que precisa desenvolver esta atividade para sobreviver<sup>1</sup>. Tem um caráter social, formador de identidade e desenvolvimento pessoal. Contudo, também pode causar agravos à saúde dos indivíduos, com consequências diretas na vida em sociedade<sup>2</sup>.

As exigências laborais têm evidenciado um crescente aumento do desenvolvimento de diversas doenças ocupacionais relacionadas ao trabalho<sup>3</sup>. No ambiente educacional tem sido destacado um aumento do número de agravos que envolvem a saúde dos professores. As dificuldades vivenciadas no ambiente organizacional da educação tendem a contribuir para abalar a saúde física e psicológica, favorecendo o desgaste e a diminuição da capacidade laboral dos professores<sup>4</sup>.

A política educacional brasileira vem passando por transformações importantes que se veem refletidas na micropolítica das escolas. Essas mudanças estão relacionadas com a pressão pelas execuções de metas, as normas e regimentos institucionais, além dos resultados pela cobrança por melhores índices, sobremaneira afetando negativamente a saúde do professor<sup>5</sup>.

Entre os distúrbios mais comuns relacionados à saúde mental dos professores estão a fadiga, o estresse, a depressão, o esgotamento mental e a Síndrome de *Burnout*. Sendo estes os mais prevalentes nesta população<sup>4</sup>.

A Síndrome de *Burnout* é caracterizada como uma alta exaustão emocional, uma alta despersonalização e por uma baixa realização profissional<sup>6</sup>. Outros agravos à saúde mental, como a depressão, ansiedade e dependência de álcool e outras substâncias psicoativas, também podem estar associadas com o aparecimento da Síndrome de *Burnout*<sup>7</sup>.

Já a fadiga, muitas vezes, é um termo usado equivocadamente para expressar a sonolência diurna. A fadiga pode ser evidenciada como cansaço, falta de energia e exaustão. E que em muitas vezes, se desenvolve pelo excesso de laboração. Tem características de manifestação que pode se relacionar e evoluir para o desenvolvimento da Síndrome de *Burnout*<sup>8</sup>.

Assim sendo, a saúde mental dos professores se tornou uma problemática complexa e necessária de se investigar. Agravos à saúde do professor, como a Síndrome de *Burnout* e a fadiga, foco do presente estudo, podem estar diretamente associadas a fatores sociodemográficos e ao ambiente organizacional no âmbito escolar<sup>9</sup>. Ademais, quando todo esse cenário do ambiente laboral do professor extrapola, tornando-se excessivo, exigisse maior desgaste físico e emocional, comprometendo sua eficiência. Isso pode causar efeitos negativos para a saúde, trazendo consequências físicas, psicológicas, absenteísmo e até mesmo o abandono da profissão<sup>10</sup>.

Sendo assim, o problema de pesquisa investigado foi: quais fatores ambientais e sociodemográficos estão associados a fadiga e a Síndrome de *Burnout* em professores do ensino médio de escolas da rede pública de Goiânia/

---

GO? A resposta a esse problema pode ser capaz de fornecer subsídios para identificar, prevenir e tratar os sintomas iniciais da fadiga e da Síndrome de *Burnout*, uma vez que um ambiente de trabalho seguro configura um dos principais fatores que possa inibir o aparecimento destes agravos.

Desta forma, este estudo teve por objetivo analisar os fatores ambientais (ocupacionais) e sociodemográficos associados à fadiga e à Síndrome de em professores do ensino médio de escolas da rede pública.

## MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal analítico com abordagem quantitativa. Este é um método de pesquisa que a exposição e a condição de saúde do participante são determinadas simultaneamente<sup>11</sup>.

A pesquisa foi realizada, entre os meses de agosto e outubro de 2018, por meio de questionários aplicados aos professores do ensino médio em nove escolas pertencentes à rede pública situadas na região noroeste da cidade de Goiânia/GO. A Secretaria Estadual de Educação forneceu o quantitativo de professores, bem como o quantitativo de escolas da região em questão. Com essa informação foi feito um cálculo amostral com nível de confiança de 95% e margem de erro de 5%, chegando a uma amostra final de 127 professores.

Critérios de inclusão: ser professor do ensino médio de escola pública, ter no mínimo 5 anos de exercício contínuo na profissão docente no ensino médio e professores que exerçam a partir de 20 horas por semana. Critérios de exclusão: orientadores pedagógicos, colaboradores de outra categoria de apoio e professores de licença ou de férias.

Para o desenvolvimento da pesquisa foram utilizados três instrumentos de pesquisa. O primeiro foi um questionário sociodemográfico ocupacional que objetivou identificar dados como idade, sexo, etnia, situação conjugal, religião, formação, especialização, tempo de docência, tempo na instituição, jornada de trabalho semanal (horas), horas de sono à noite em dias da semana, faixa etária dos alunos, possui outra função remunerada.

O segundo foi Maslach *Burnout* Inventory para Educadores (MBI-ED) que mede as características associadas à Síndrome de *Burnout*. Foi desenvolvido por Maslach e Jackson<sup>12</sup>, para avaliar como os profissionais vivenciam seu local de trabalho. Adaptado e validado no Brasil por Tamayo<sup>13</sup>, teve como objetivo facilitar a investigação sistemática da teoria sobre a síndrome e adequar o instrumento à realidade de cada país/região.

O MBI-ED é voltado para professores e utiliza-se de uma escala do tipo Likert que varia de 0 (nunca) a 6 (todos os dias). Não há um escore geral para mensurar a Síndrome de *Burnout*. Parte da análise fatorial dos domínios Exaustão Emocional (EE) em que o escore varia entre 0 e 54, Despersonalização (DE) em que o escore varia entre 0 a 30 e a Realização Profissional (RP) em que o escore varia entre 0 e 48<sup>14</sup>.

O terceiro foi a Escala de Fadiga de Chalder<sup>15</sup>, que é utilizado para medir a gravidade da fadiga física e mental, separadamente ou em conjunto por meio da pontuação geral de fadiga que corresponde a soma da pontuação desses dois tipos de fadiga<sup>15</sup>. Foi validada no Brasil por Cho<sup>16</sup> e contém na sua totalidade 11 perguntas com 4 alternativas de respostas que podem ser pontuadas pelo método de Likert, que resulta em uma pontuação que varia de 0 a 33.

Foi utilizado o método de cálculo bimodal cujos escores 0 e 1 foram transformados em 0 enquanto os escores 2 e 3 foram transformados em 1 resultando em uma pontuação de 0 a 11 e sua nota de corte é 4. Dessa forma o escore maior ou igual a 4 indica que a pessoa está fadigada e escore menor que 4 indica não fadigado<sup>16</sup>.

Com os dados coletados foi confeccionado um banco de dados utilizando o *software IBM SPSS Statistics*<sup>18</sup>. Posteriormente, foi realizada estatística descritiva, com cálculo de média, frequências absoluta e relativa percentual. Na sequência foi aplicado um teste de normalidade (*Kolmogorov-Smirnov*) para distinguir as distribuições paramétricas e não-paramétricas, com o intuito de comparação dos resultados do questionário sociodemográfico ocupacional. Foram utilizados, para as distribuições paramétricas, os testes t de Student, ANOVA e Correlação de Pearson, e para as distribuições não-paramétricas os testes Mann-Whitney e Kruskal-Wallis. Para todos os testes comparativos foi assumido p-valor menor ou igual a 0,05 como significativo.

Antes de iniciar a coleta de dados, o presente trabalho foi encaminhado ao Comitê de Ética e Pesquisa (CEP) da Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC Goiás), onde foi aprovado com o parecer n. 2.693.607. Todos os participantes da pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

## RESULTADOS

Foram pesquisados 127 professores com média de idade 36,8 ( $\pm 10,1$ ), sendo a idade mínima de 21 anos e a máxima 59 anos. A faixa etária predominante foi de professores até 35 anos (49,6%). Em sua maioria do sexo feminino (61,4%), casados (56,7%) e com filhos (53,5%). Um total de (55,9%) possuía pós-graduação, com menos dez anos de docência (48,8%) e não praticavam atividade física (63,8%).

No que se refere ao ambiente organizacional, dos 127 professores entrevistados (55,9%) disseram ter contratos temporários de trabalho. Um total de 52,0% cumpria uma jornada de trabalho acima 40 horas semanal, 81,9% acreditavam que o ambiente de trabalho trazia algum risco à saúde, 62,2% relataram estar satisfeitos com o trabalho, 74,0% estavam satisfeitos com o ambiente de trabalho e a maioria (66,9%) relatou que se cansava com frequência no trabalho.

Em se tratando da caracterização dos níveis da fadiga observou-se que dos 127 professores entrevistados, identificou-se um total (64,6%) com quadro de fadiga e (35,4%) que não apresentaram fadiga.

Realizando a comparação dos níveis de fadiga com os aspectos sociodemográficos, segundo a classificação da escala de fadiga de Chalder observou-se que dos 127 professores entrevistados, níveis mais altos de fadiga foram identificados entre aqueles com idade acima 35 anos ( $p = 0,0349$ ), sexo feminino ( $p = 0,0119$ ) e nos professores que afirmaram que tinham menos de sete horas de sono ( $p = 0,0428$ ) (Tabela 1).

Tabela 1. Comparação dos níveis de fadiga com os aspectos sociodemográficos dos 127 professores do ensino médio da região noroeste de Goiânia, Goiás, Brasil, 2018.

Variáveis (n=127)	Fadiga		p-valor
	Média	DP	
<b>Idade</b>			
Até 35 anos	4,7	3,3	0,0349
Maior que 35 anos	6,0	3,7	
<b>Gênero</b>			
Feminino	5,9	3,7	0,0119
Masculino	4,3	2,9	
<b>Religião</b>			
Não	5,7	3,3	0,5943
Sim	5,2	3,6	
<b>Renda Mensal</b>			
1 a 4 SM	5,2	3,3	0,9431
5 a 8 SM	5,0	4,1	
Acima de 8 SM	5,5	3,9	
<b>Estado Civil</b>			
Solteiro	5,2	3,6	0,7975
Casado	5,2	3,6	
Viúvo	5,5	0,7	
Separado	6,2	3,3	
<b>Filhos</b>			
Não	5,0	3,5	0,3781
Sim	5,6	3,6	
<b>Escolaridade</b>			
Ensino Médio	4,0	6,1	0,5260
Ensino Superior	5,0	3,3	
Pós-Graduação	5,6	3,6	
<b>Tempo Docência</b>			
Menos de 10 anos	5,1	3,3	0,3639
10 anos	4,5	3,5	
Acima de 10 anos	5,8	3,8	
<b>Atividade Física</b>			
Sim	5,0	3,6	0,4832
Não	5,5	3,5	
<b>Horas de Sono/Dia</b>			
Menos de 7 horas	5,7	3,4	0,0428
Mais de 7 horas	4,3	3,6	

Na comparação dos níveis de fadiga com os aspectos organizacionais, maiores níveis de fadiga foram encontrados nos professores que afirmaram que estavam insatisfeito com o trabalho ( $p = 0,0004$ ), nos que relataram estar indiferentes ao ambiente de trabalho ( $p = 0,0009$ ) e nos que referiram se cansar muito no ambiente de trabalho ( $p < 0,0001$ ) (Tabela 2). Tabela 2. Comparação dos níveis de fadiga com os aspectos organizacionais dos 127 professores do ensino médio da região noroeste de Goiânia, Goiás, Brasil, 2018.

Variáveis (n=127)	Fadiga		p-valor
	Média	DP	
<b>Regime de Trabalho</b>			
Estatutário	5,8	3,8	0,2880
Temporário	4,9	3,3	
Celetista	6,5	3,4	
<b>Jornada de Trabalho</b>			
Até 40 horas	5,1	3,7	0,4691
Acima de 40 horas	5,5	3,4	
<b>Risco à Saúde</b>			
Sim	5,5	3,7	0.1944*
Não	4,3	2,4	
<b>Satisfação com o Trabalho</b>			
Satisfeito	4,3	3,3	0,0004
Indiferente	6,3	4,0	
Insatisfeito	7,2	2,9	
<b>Ambiente de Trabalho</b>			
Satisfeito	4,6	3,4	0,0009
Indiferente	7,6	3,3	
Insatisfeito	7,2	3,0	
<b>Cansa-se com Frequência</b>			
Sim	6,7	3,2	<0.0001*
Não	2,5	2,4	
<b>Computador</b>			
Sim	5,3	3,5	0,6953
Não	6,0	4,2	
<b>Outra Instituição</b>			
Sim	5,6	3,5	0,4486
Não	5,1	3,6	
<b>Outro Emprego</b>			
Sim	4,2	2,7	0,1547
Não	5,5	3,6	

\* Teste de Mann-Whitney.

De acordo com a caracterização dos escores das dimensões do MBI-ED dos 127 professores entrevistados, foi identificado um escore de exaustão ( $21,8 \pm 13,0$ ), despersonalização ( $6,4 \pm 5,8$ ) e realização profissional ( $33,8 \pm 9,0$ ). Nesse sentido, estes resultados não apontam um quadro de Síndrome de *Burnout* no conjunto da amostra investigada.

Foi identificado na comparação dos escores das dimensões do MBI-ED com os aspectos sociodemográficos um escore mais alto em DE nos indivíduos com idade acima de 35 anos ( $p = 0,0347$ ). Os que afirmaram não ter religião obtiveram escore mais alto em EE ( $p = 0,0475$ ) e DE ( $p = 0,0110$ ). Além disso, os que responderam que dormiam menos de sete horas de sono apresentaram maior escore em EE ( $p = 0,0369$ ) (Tabela 3).

Tabela 3. Comparação dos escores das dimensões do MBI-ED com os aspectos sociodemográficos dos 127 professores do ensino médio da região noroeste de Goiânia, Goiás, Brasil, 2018.

Variáveis (n=127)	MBI-ED (EE)		p-valor	MBI-ED (DE)		p-valor	MBI-ED (RP)		p-valor
	Média	DP		Média	DP		Média	DP	
<b>Idade</b>									
Até 35 anos	20,0	11,7		5,3	5,9		34,2	9,1	
Maior que 35 anos	23,7	14,3	0,1204	7,5	5,6	0,0347	33,1	9,2	0,5048
<b>Gênero</b>									
Feminino	22,7	13,4		5,8	5,8		33,6	8,8	
Masculino	20,3	12,4	0,3277	7,4	5,8	0,1296	34,2	9,5	0,7076
<b>Religião</b>									
Não	26,8	10,6		9,3	6,3		33,1	7,3	
Sim	20,7	13,3	0,0475	5,8	5,6	0,0110	34,0	9,4	0,6699
<b>Renda Mensal</b>									
1 a 4 SM	21,2	12,3		6,3	6,1		32,9	9,4	
5 a 8 SM	22,2	15,1		6,1	5,0		36,9	6,7	
Acima de 8 SM	20,0	12,1	0,9047	7,2	6,2	0,9256	34,2	10,1	0,1210
<b>Estado Civil</b>									
Solteiro	23,7	11,9		6,8	5,7		35,7	8,4	
Casado	20,0	13,2		6,2	6,0		32,7	9,8	
Viúvo	31,0	7,1		8,5	2,1		35,5	2,1	
Separado	24,1	15,0	0,3145	6,1	6,0	0,8943	34,6	6,1	0,3950
<b>Filhos</b>									
Não	21,1	11,4		5,9	5,8		34,9	9,4	
Sim	22,4	14,3	0,5774	6,8	5,9	0,3847	32,9	8,7	0,2002
<b>Escolaridade</b>									
Ensino Médio	19,0	14,9		4,7	6,4		32,7	17,0	
Ensino Superior	22,2	12,3		6,5	6,4		33,5	9,4	
Pós-Graduação	21,6	13,6	0,8975	6,4	5,4	0,8639	34,1	8,5	0,9058
<b>Tempo Docência</b>									
Menos de 10 anos	20,9	12,1		6,1	6,3		33,5	9,2	
10 anos	19,1	12,8		6,2	5,6		33,4	10,3	
Acima de 10 anos	23,9	14,1	0,3343	6,9	5,4	0,7936	34,5	8,5	0,8295
<b>Atividade Física</b>									
Sim	21,5	14,0		5,6	5,8		32,8	9,9	
Não	21,9	12,5	0,8562	6,9	5,9	0,2405	34,4	8,5	0,3419
<b>Horas de Sono/Dia</b>									
Menos de 7 horas	23,3	12,6		6,6	5,7		33,3	8,1	
Mais de 7 horas	17,8	13,6	0,0369	5,8	6,4	0,5157	35,1	11,3	0,1476*

\* Teste de Mann-Whitney.



No que se diz respeito a comparação dos escores das dimensões do MBI-ED com os aspectos organizacionais, observou-se que ocorreu um maior escore em EE nos que afirmaram que havia risco à saúde no ambiente de trabalho ( $p = 0,0378$ ). Nos professores que referiram estar insatisfeitos com o trabalho foi identificado um maior escore em EE ( $p < 0,0001$ ) e em DE ( $p = 0,0004$ ). Já, ao contrário, aqueles que afirmaram estar satisfeitos com o ambiente de trabalho apresentaram maior escore em RP ( $p = 0,0306$ ). Nos participantes que referiram estar indiferentes ao ambiente de trabalho foi identificado um maior escore em EE ( $p < 0,0001$ ) e em DE ( $p < 0,0001$ ) (Tabela 4).

Nos professores que referiram se cansar com frequência no ambiente de trabalho foi identificado um maior escore em EE ( $p < 0,0001$ ) e em DE ( $p = 0,0002$ ). Já, ao contrário, aqueles que afirmaram que não se cansam no ambiente de trabalho apresentaram maior escore em RP ( $p = 0,0285$ ) (Tabela 4).

Tabela 4. Comparação dos escores das dimensões do MBI-ED com os aspectos organizacionais dos 127 professores do ensino médio da região noroeste de Goiânia, Goiás, Brasil, 2018.

Variáveis (n=127)	MBI-ED (EE)		p-valor	MBI-ED (DE)		p-valor	MBI-ED (RP)		p-valor
	Média	DP		Média	DP		Média	DP	
<b>Regime de Trabalho</b>									
Estatutário	24,1	14,6		6,9	5,2		34,3	8,7	
Temporário	20,1	11,9		6,0	6,3		33,7	9,5	
Celetista	22,0	6,3	0,2440	7,0	6,7	0,6712	30,3	3,9	0,6843
<b>Jornada de Trabalho</b>									
Até 40 horas	20,5	13,5		6,8	6,3		33,0	9,6	
Acima de 40 horas	22,7	12,7	0,3528	6,0	5,4	0,4292	35,1	8,2	0,1906
<b>Risco à Saúde</b>									
Sim	22,6	13,1		6,7	6,0		33,5	9,2	
Não	17,0	12,2	0,0378	5,0	5,1	0,2501	37,0	6,3	0,0510
<b>Satisfação com o Trabalho</b>									
Satisfeito	16,9	11,4		4,8	4,9		35,5	9,4	
Indiferente	26,8	11,7		9,1	6,7		30,6	9,2	
Insatisfeito	31,4	11,0	<0,0001	9,2	6,2	0,0004	31,4	7,1	0,0306
<b>Ambiente de Trabalho</b>									
Satisfeito	18,4	11,9		5,0	5,0		34,3	9,3	
Indiferente	32,1	10,7		11,7	5,8		31,2	8,8	
Insatisfeito	31,6	11,7	<0,0001	9,9	6,8	<0,0001	34,0	6,5	0,5072
<b>Cansa-se com Frequência</b>									
Sim	27,2	11,4		7,8	6,0		32,6	8,2	
Não	10,8	8,2	<0,0001*	3,6	4,2	0,0002*	36,3	10,2	0,0285
<b>Computador</b>									
Sim	21,9	13,2		6,3	5,7		33,9	9,0	
Não	19,5	8,2	0,7235	10,8	7,6	0,1316	31,8	10,4	0,6401
<b>Outra Instituição</b>									
Sim	21,0	12,4		5,8	5,2		33,9	9,2	
Não	22,3	13,5	0,5731	6,9	6,3	0,3186	33,8	9,0	0,9921
<b>Outro Emprego</b>									
Sim	18,9	13,0		5,3	5,9		36,0	9,2	
Não	22,3	13,1	0,3018	6,7	5,8	0,3512	33,5	9,1	0,2740

\* Teste de Mann-Whitney.



Quando realizada a análise de correlação de Pearson entre os níveis de fadiga e os escores das dimensões do MBI-ED nos 127 profissionais da educação entrevistados, identificou-se uma correlação diretamente proporcional entre fadiga e EE ( $r = 0,6838$ ;  $p < 0,0001$ ), entre fadiga e DE ( $r = 0,4030$ ;  $p < 0,0001$ ) e inversamente proporcional entre fadiga e RP ( $r = -0,3186$ ;  $p = 0,0003$ ) (Tabela 5).

Tabela 5. Análise de correlação entre os níveis de fadiga e os escores das dimensões do MBI-ED dos 127 professores do ensino médio da região noroeste de Goiânia, Goiás, Brasil, 2018.

Correlação de Pearson	Fadiga e MBI-ED (EE)	Fadiga e MBI-ED (DE)	Fadiga e MBI-ED (RP)	MBI-ED (EE) e MBI-ED (DE)	MBI-ED (EE) e MBI-ED (RP)	MBI-ED (DE) e MBI-ED (RP)
<b>r (Pearson)</b>	0,6834	0,4030	-0,3186	0,6118	-0,2260	-0,2899
<b>p valor</b>	< 0.0001	< 0.0001	0,0003	< 0.0001	0,0106	0,0009

## DISCUSSÃO

No presente estudo, a maioria dos professores entrevistados era do sexo feminino, abaixo dos 35 anos de idade e com menos de 10 anos de docência. A maior parte dos docentes possui algum tipo de pós-graduação. Em um estudo foi encontrado que nas escolas públicas a maioria dos professores era do sexo feminino, com uma média de idade de 40 anos e com mais de 15 anos de profissão<sup>17</sup>.

Em relação ao ambiente organizacional das escolas públicas analisadas, percebe-se que a maioria possui somente contrato temporário, levando ao profissional a busca por outros locais de trabalho, a fim de complementar sua renda mensal. A jornada de trabalho em várias escolas leva o professor a ter sentimentos de baixa autoestima, desvalorização profissional gerando um desgaste físico e mental<sup>18</sup>.

A relação entre saúde e excesso de trabalho vem sendo muito estudada nos últimos anos, com objetivo de esclarecer o risco de uma alta jornada de trabalho com os processos de saúde e suas implicações na vida das pessoas. As altas cargas de trabalho do docente representam um conjunto de esforços para atender as exigências propostas, que envolve os esforços físicos, cognitivos e psicoafetivos que são traduzidos como desgaste<sup>19</sup>.

Cada vez mais, os docentes encontram-se expostos no ambiente de trabalho a riscos de acometimento de doença ocupacionais, tanto físicos como psicossociais e a função de professor com as condições que o mercado de trabalho oferece vem levando a um estado de tensão que pode ocasionar nível de estresse e fadiga elevados<sup>20</sup>.

Fica cada vez mais evidente que a jornada de trabalho dos professores estende-se para além da sala de aula. É uma prática que não termina quando finaliza o expediente na escola. Para uma realidade docente comprometida e de qualidade são necessárias várias horas de dedicação de trabalho extraclasse com compromisso a preparar aulas, corrigir atividades e provas dos alunos, realizar estudos que embasem as aulas, atender pais e alunos, entre outras atividades inerentes à docência<sup>21</sup>.

Foi encontrado que 66,9% dos professores avaliados relataram que se sentiam cansados com frequência. Um estudo entrevistou professores filiados a Confederação Nacional dos Trabalhadores e Educação (CNTE) e identificou que cerca de 30% dos professores de escola pública apresentavam algum problema de saúde mental relacionado com a profissão<sup>22</sup>.

Quando analisada a fadiga dos professores entrevistados, foi encontrado que 64,6% dos docentes se sentiam fadigados. Esse dado reflete a situação do profissional da educação diante da sobrecarga de trabalho exercida em seu dia a dia, como uma batalha contínua que implica no conhecimento da própria função, e a interação que estabelece com o meio e, principalmente, a preocupação com aprendizagem do aluno. Toda essa condição de estresse entra no pressuposto de que o trabalho do professor abrange além do espaço físico e estrutural da sala de aula, assim como os aspectos relacionais as múltiplas atividades inerentes à profissão levando o docente a fadiga<sup>22</sup>.

A fadiga é caracterizada por uma exaustão emocional com diminuição dos recursos emocionais, perda substancial da memória e concentração de curto prazo para lidar com a situação estressora. É uma doença com presença de sintomas associados que devem durar no mínimo seis meses. A fadiga crônica é uma condição muito comum na população geral, entre professores essa condição é frequente devido a sua alta jornada de trabalho e os desafios do ambiente organizacional que favorecem ao seu desenvolvimento<sup>23</sup>.

No presente estudo, professores com idade acima de 35 anos apresentaram um maior nível de fadiga. O docente acima de 35 anos frequentemente apresenta maior tempo de carreira, uma carga horária mais alta, podendo exercer vários vínculos em diferentes escolas e diversas atividades extraescolares, que sobrecarregam sua rotina, levando a professores fadigados, propensos às consequências desta condição<sup>24</sup>.

O perfil de professores mais velhos caracteriza-se por indivíduos que já possuem família, filhos com toda uma rotina doméstica para conciliar com suas tarefas educacionais. Essa dupla jornada de trabalho sobrecarrega o professor independente do sexo, pois são duas jornadas com muitas atividades e responsabilidades que exigem do indivíduo total comprometimento com a sua vida pessoal e profissional<sup>25</sup>.

É fato que no Brasil há uma maioria de docentes do sexo feminino<sup>17</sup>. Esse dado é importante, mas preocupante, já que a fadiga está relacionada diretamente ao sexo feminino. Com o decorrer dos anos as mulheres foram conquistando seu espaço no mercado de trabalho, com isso a mulher passou a ter uma jornada dupla, em que ela precisa conciliar sua carreira profissional com suas atividades domésticas, explicando o motivo das mulheres se sentirem mais fadigadas do que os homens<sup>25</sup>.

A feminização da profissão de professor no Brasil aconteceu em um momento em que o campo educacional expandia-se com toda velocidade, aliado ao discurso de progresso do país. A feminização está relacionada com fatores culturais que constroem o estereótipo da profissão docente como sendo um trabalho para mulheres, especialmente nos

---

anos iniciais da escolarização<sup>25</sup>. Nesse contexto, o magistério para as mulheres seria considerado como uma atividade de entrega e doação, as quais exerceriam esta profissão aquelas que apresentassem “vocaçãõ”<sup>26</sup>.

Identificou-se neste estudo que os professores que dormiam menos de sete horas estavam com maior nível de fadiga. Toda essa diminuição do sono nos profissionais da educação está relacionada à intensificação da jornada laboral, que continua em casa, e com a invasão das horas de final de semana, as quais deveriam ser dedicadas ao lazer e descanso<sup>27</sup>. É sabido que a quantidade de sono necessária varia de pessoa para pessoa e de acordo com a idade, pois o sono possui uma função reparadora de conservação de energia que pode vir a desempenhar um bem estar no indivíduo, proporcionando melhor convívio interpessoal e de sua saúde<sup>28</sup>.

Apesar de sua importância, a sociedade atual promove estilos de vida que interferem nos ciclos circadianos. A privação do sono quando persistente pode gerar, um descontrole da ingestão alimentar, podendo evoluir para obesidade<sup>29</sup>. Além disso, a diminuição do sono está associado a outros agravos, como a fadiga, diminuição do nível de alerta e da velocidade do pensamento, irritabilidade, dificuldades nos relacionamentos familiares e profissionais, restrição da participação em atividades sociais, dificuldades de percepção, concentração e memória, cefaleias matutinas e em casos mais graves transtornos comportamentais e psiquiátricos com tendências a ansiedade e depressão<sup>30</sup>.

A profissão de docente gera vulnerabilidade devido as diversas situações vivenciadas no seu dia a dia pelo profissional. Os estudos que investigam a qualidade do sono dos professores são escassos. Tal fato gera a necessidade de implementar novos estudos, bem como de criar novos instrumentos que viabilizem a avaliação do sono do professor e seus efeitos na saúde<sup>28</sup>.

Em relação à satisfação com a profissão, docentes insatisfeitos com seus trabalhos apresentaram um maior nível de fadiga. A escolha de ser professor deve ser uma decisão bem pensada e analisada, pois é uma das profissões mais difíceis a serem realizadas e que na sua prática apresentam novos desafios a cada dia e a insatisfação com a docência pode dificultar ainda mais essa jornada<sup>30</sup>.

O profissional docente e, em especial o professor de escola pública, desempenham a realização de atividades muito diversas por um mesmo trabalhador, conforme o momento e a demanda no ambiente educacional. Tais acontecimentos contribuem de uma forma decisiva para um sentimento de despersonalização e perda da identidade profissional<sup>19</sup>.

As dificuldades dos professores são agravadas com os baixos salários, dificuldade social, crise de identidade profissional, superlotação de sala de aula, desvalorização do seu trabalho, sobrecarga de atividades que se estendem para casa, fora da sua jornada de trabalho, além de problemas como violência, uso e abuso de drogas em ambiente escolar, falta de segurança, dentre tantos outros<sup>19</sup>.

Fatores como esses apontados podem levar o professor a um nível de fadiga elevado, em que podem desencadear sintomas, como irritabilidade, perda de memória, dificuldade de concentração, dores no corpo que são inexplicáveis, gerando nos profissionais o sentimento de insatisfação com a sua profissão<sup>23</sup>.

Entre os professores entrevistados, os docentes que se sentiam muito cansados no ambiente de trabalho demonstraram um maior nível de fadiga. A alta demanda de trabalho reflete no estado físico e mental do professor, provocando cansaço frequente independente do seu ambiente de trabalho<sup>24</sup>.

Os agravos em saúde mental são correlacionados entre si, ou seja, o desenvolvimento de um, pode levar ao outro piorando o quadro e os sintomas que o indivíduo apresenta. O descontentamento com o ambiente de trabalho pode levar ao desenvolvimento de altos níveis de fadiga que, por sua vez, pode desencadear quadros de ansiedade e estar acompanhado de problemas emocionais, contribuindo para o desenvolvimento de outros problemas de saúde ainda mais graves, como a depressão e a Síndrome de *Burnout*<sup>24</sup>.

A Síndrome de *Burnout* reflete uma influência direta na percepção do indivíduo acerca de sua atuação profissional. Este não se vê mais como um trabalhador ativo e útil, não se enxergando mais no trabalho a ser executado. Ademais, instaura-se um sentimento de esgotamento que pode levar a outros agravos a saúde<sup>31</sup>. No grupo avaliado, não foi encontrado profissionais com Síndrome de *Burnout*. Em um estudo realizado em São Paulo demonstrou uma prevalência de 29% da Síndrome de *Burnout* em professores da rede pública<sup>32</sup>.

A despersonalização no grupo analisado no presente estudo foi maior em professores acima de 35 anos. Teve também uma relação direta com um maior nível de fadiga nessa mesma faixa etária. Um estudo realizado em escolas públicas municipais em São Paulo identificou que a despersonalização entre os professores teve uma prevalência de 31% independentemente da idade analisada<sup>32</sup>.

O desenvolvimento da despersonalização profissional tem como foco o prejuízo da capacidade de se relacionar com outras pessoas e no cumprimento de metas. A despersonalização pode ser melhor conceituada com respostas depressivas a ambiente educacionais inadequados<sup>32,33</sup>.

É necessário destacar que há um comprometimento em várias dimensões, o que pode levar a exaustão emocional, prejudicando a função de docente, sendo agravada pela diminuição da autoconfiança e pela avaliação negativa de suas habilidades. A conseqüente diminuição da realização pessoal e profissional pode resultar em um processo complexo de despersonalização<sup>32</sup>.

Os professores que relataram dormir menos de sete horas por noite apresentaram-se mais fadigados e conseqüentemente mais exaustos. A exaustão é caracterizada por um esgotamento físico e emocional, que pode levar o profissional a ter diversos problemas de saúde. Há uma ausência de energia e sentimento de esgotamento dos recursos emocionais<sup>34</sup>.

Fatores associados à alta carga de trabalho, um ritmo de trabalho mais intenso e a insatisfação com os padrões de sono estão associadas a uma alta exaustão profissional<sup>35</sup>. O docente possui diversas funções ao longo de sua rotina,

---

que diversas vezes o professor abdica do seu próprio sono para realizar suas obrigações. Situações como essas estão relacionadas a altos níveis de fadiga e exaustão<sup>30</sup>.

A profissão de docente exige vários desafios e conquistas ao longo de sua carreira. A insatisfação com a sua profissão, leva o indivíduo a ser uma pessoa indiferente com outras pessoas do ambiente de convívio, leva a um cansaço físico e emocional que tende a piorar a cada dia, faz com que essa pessoa passe a ver tudo de uma forma negativa, deixando sua vida profissional e pessoal cada dia mais insustentável<sup>36</sup>.

Esses fatos estão relacionados com os resultados encontrados no presente estudo, em que professores insatisfeitos com o seus trabalhos, que estavam indiferentes ao seu ambiente de trabalho demonstraram ter um maior escore de exaustão e despersonalização. Esses fatos relacionam com maior índice de cansaço entre os profissionais analisados.

De acordo com os achados da pesquisa, professores que se apresentaram satisfeitos com a sua profissão obtiveram menores escores de fadiga, exaustão e despersonalização, mostrando que, quando se está satisfeito com suas escolhas, esses fatos interferem diretamente na sua vida profissional e pessoal.

Os dados mostraram que o indivíduo com um quadro de fadiga já tem uma percepção diferenciada e negativa de seu ambiente de trabalho. A insatisfação, por exemplo, se associou à despersonalização. Institui-se uma tentativa do indivíduo de colocar distância entre si e as pessoas com que se relaciona. Nesta situação, o distanciamento é uma reação imediata ao processo de exaustão<sup>37</sup>.

Esses sentimentos no ambiente de trabalho estão relacionados principalmente a insatisfação com a sua profissão. Essa insatisfação pode ser ocasionada por diversos fatores, como a alta carga de trabalho, a privação de sono, os desafios que o profissional é imposto a cumprir, a relação entre vida pessoal e profissional, entre outros fatores. Esses acontecimentos podem levar ao desenvolvimento de um processo de fadiga, exaustão e despersonalização intensa, que vão influenciar na vida e na saúde desse profissional<sup>38</sup>.

A Síndrome de *Burnout* e a fadiga apresentam-se como doenças ocupacionais que têm relação direta uma com a outra, bem como a profissão exercida pelo indivíduo. A caracterização da síndrome apresentou uma alta correlação positiva com os sintomas da fadiga, em que o profissional fadigado apresenta-se em estado de despersonalização e exaustão com uma grande fragilidade física e emocional<sup>39</sup>. Tal fato pode levar o professor a se sentir cada vez mais insatisfeito e indiferente com seu ambiente de trabalho, como consequência passa a ter dificuldades de relacionamento no ambiente profissional. Todos esses fatores estão relacionados com a baixa realização pessoal e um indivíduo fadigado com sua realidade<sup>39</sup>.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

No presente estudo foi encontrado uma associação entre a fadiga e as dimensões da Síndrome de *Burnout* nos professores investigados. A maioria dos professores era do sexo feminino, com mais de dez anos de docência, que trabalhavam mais de 40 horas semanais e que frequentemente apresentavam-se cansados durante o trabalho.

Os escores de MBI-ED demonstraram que professores insatisfeitos com a sua profissão apresentaram um maior nível de exaustão e despersonalização e os participantes que estavam indiferentes com o ambiente de trabalho apresentaram um maior nível de exaustão.

A Síndrome de *Burnout* não é um problema do indivíduo, mas do ambiente social no qual convive e trabalha que pode afetar negativamente o bem-estar, além de prejudicar a qualidade do serviço prestado. A fadiga em decorrência do estresse profissional pode ocorrer, apresentando exaustão física, emocional, psicológica ao profissional. A associação entre a fadiga e a Síndrome de *Burnout* pode significar uma situação de grande impacto que influencia diretamente na vida pessoal e profissional do indivíduo.

Os resultados obtidos nesta pesquisa evidenciam diversos fatores ambientais e sociodemográficos que estão associados a maiores níveis de fadiga e nas dimensões que compõem a síndrome. Entretanto, é importante destacar a necessidade de estudos mais abrangentes, que abarquem uma amostragem de toda a cidade de Goiânia/GO, uma vez que o recorte empírico adotado nesse estudo se limitou a escolas públicas de uma determinada região da cidade.

Sendo assim, faz-se importante à implementação de mecanismos de intervenção corretiva buscando rever as condições de trabalho, com ações educativas para a promoção da saúde, prevenção de doenças e monitoramento de licenças médicas com o objetivo de minimizar o afastamento precoce dos docentes.

Além disso, como preventiva proporcionar promoção de programas para um melhor bem-estar físico, emocional, profissional e organizacional com apoio e acompanhamento psicológico entre outras terapias alternativas com o intuito de melhorar o ambiente educacional e conseqüentemente a saúde mental dos docentes.

## REFERÊNCIAS

1. Neves DR, Nascimento RP, Felix Júnior MS, Silva FA, Andrade ROB. Sentido e significado do trabalho: uma análise dos artigos publicados em periódicos associados à Scientific Periodicals Electronic Library. Cad. EBAPE.BR. 2018;16(2):318-30.

- 
2. Andrade AN, Cardoso JP, Vilela ABA, Freire DS, Meira TRM, Martins HB, et. al. Saúde na escola o cuidado com professor. *Revista Ciência em Extensão*. 2014;10(1):98-107.
  3. Forattini DC, Lucena C. Adoecimento e sofrimento docente na perspectiva da precarização do trabalho. *Laplage em Revista*. 2015;1(2):32-47.
  4. Santos MN, Marques AC. Condições de saúde, estilo de vida e características de trabalho de professores de uma cidade do Sul do Brasil. *Ciênc. saúde coletiva*. 2013;18(3):837-46.
  5. Silva RAO, Guillo LA. Trabalho docente e saúde: um estudo com professor da educação básica do sudoeste goiano. *Itinerarius Reflectionis*. 2015;11(2):1-17.
  6. Raupp LM, Justen DE. Síndrome de *Burnout* em professores do ensino médio: um estudo qualitativo e baseado no modelo biográfico de Kelchtermans. *Barbarói*. 2016;(46):81-97.
  7. Dias FM, Santos JFC, Abelha L, Lovisi GM. O estresse ocupacional e a síndrome do esgotamento profissional (*Burnout*) em trabalhadores da indústria do petróleo: uma revisão sistemática. *Rev. bras. saúde ocup.* 2016;41(e11):1-12.
  8. Bittencourt LRA, Silva RS, Santos RF, Pires MLN, Mello MT. Excessive daytime sleepiness. *Rev. Bras. Psiquiatr.* 2005;27(1):16-21.
  9. Baião LPM, Cunha RG. Doenças e/ou disfunções ocupacionais no meio docente: uma revisão de literatura. *Revista Formação @Docente*. 2013;5(1):6-21.
  10. Guerreiro NP, Nunes EFPA, Gonzalez AD, Mesas AE. Perfil sociodemográfico, condições e cargas de trabalho de professores da rede estadual de ensino de um município da região sul do Brasil. *Trab. educ. saúde*. 2016;14(1):197-217.
  11. Aragão J. Introdução aos estudos quantitativos utilizados em pesquisas científicas. *Rev Praxis*. 2011;3(6):59-62.



12. Maslach C, Jackson SE. The measurement of experienced *burnout*. *J Occup Behav*. 1981;2(2):99-113.
13. Tamayo MR. Relação entre a Síndrome do *Burnout* e os valores organizacionais no pessoal de enfermagem de dois hospitais públicos. Dissertação de Mestrado; Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade de Brasília, 1997.
14. Carlotto MS, Câmara SG. Análise fatorial do Maslach *Burnout* Inventory (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. *Psicol. estud*. 2004;9(3):499-505.
15. Chalder T, Berelowitz G, Pawlikowska T, Watts L, Wessely S, Wright D, et al. Development of a fatigue scale. *J Psychosom Res*. 1993;37(2):147-53.
16. Cho HJ, Costa E, Menezes PR, Chalder T, Bhugra D, Wessely S. Cross-cultural validation of the Chalder Fatigue Questionnaire in brazilian primary care. *J Psychosom Res*. 2007;62(3):301-4.
17. Vidal EM, Vieira SL. Professores da educação básica: perfil e percepções sobre sucesso dos alunos. *Estudos em Avaliação Educacional*. 2017;28(67):64-101.
18. Paraná. Secretaria de Estado da Educação. Superintendência de Educação. Os desafios da escola pública paranaense na perspectiva do professor PDE, 2016. Curitiba: SEED/PR; 2018. v. 1.
19. Albuquerque GSC, Lira LNA, Santos Júnior I, Chiochetta RL, Perna PO, Silva MJS. Exploração e sofrimento mental de professores: um estudo na rede estadual de ensino do paraná. *Trab. educ. saúde*. 2018;16(3):1287-300.
20. Silva RAO, Guillo LA. Trabalho docente e saúde: um estudo com professor da educação básica do sudoeste goiano. *Itinerarius Reflectionis*. 2015;11(2):1-17.
21. Jacomini MA, Gil J, Castro EC. Jornada de trabalho docente e o cumprimento da Lei do Piso nas capitais. *RBPAAE*. 2018;34(2):437-59.

- 
22. Gouvêa LAVN. As condições de trabalho e adoecimento dos professores na agenda de entidade sindical. *Saúde debate*. 2016;40(111):206-9.
  23. Zorzanelli R, Vieira I, Russo JA. Diversos nomes para o cansaço: categorias emergentes e sua relação com o mundo do trabalho. *Interface (Botucatu)*. 2016;20(56):77-88.
  24. Weber LND, Leite CR, Stasiak GR, Santos CAS, Forteski R. O estresse no trabalho do professor. *Imagens da Educação*. 2015;5(3):40-52.
  25. Miranda DF. Perfil dos professores da rede estadual de ensino de minas gerais. *Arquivo brasileiro de educação*. 2017;5(11):94-121.
  26. Rosa RVM. Feminização do magistério: representações e espaço docente. *Revista Pandora Brasil*. 2011;(4):1-19.
  27. Altino Filho HV, Alves LMN, Souza LG, Borges LHF. Os novos papéis do professor na atualidade. *Intellecto*. 2016;1(1):64-75.
  28. Neves GSML, Macedo P, Gomes MM. Transtornos do sono: atualização (1/2). *Rev Bras Neurol*. 2017;53(3):19-30.
  29. Lima TR, Sousa GR, Castro JAC, Silva DAS. Presença simultânea de excesso de peso e horas de sono insuficientes em adolescentes: prevalência e fatores correlatos. *J Hum Growth Dev*. 2017;27(2):148-57.
  30. Penteadó RZ, Souza Neto S. Mal-estar, sofrimento e adoecimento do professor: de narrativas do trabalho e da cultura docente à docência como profissão. *Saúde soc*. 2019;28(1):135-53.
  31. Massa LDB, Silva TSS, Sá ISVB, Barreto BCS, Almeida PHTQ, Pontes TB. Síndrome de *Burnout* em professores universitários. *Rev Ter Ocup Univ São Paulo*. 2016;27(2):180-9.

32. Silva NR, Bolsoni-Silva AT, Loureiro SR. *Burnout* e depressão em professores do ensino fundamental: um estudo correlacional. Rev. Bras. Educ. 2018;23:e230048,
33. Bianchi R, Schonfeld IS, Laurent E. Is *burnout* a depressive disorder? a reexamination with special focus on atypical depression. Int. J. Stress Manag. 2014;21(4):307-24.
34. Cruz SP, Abellán MV. Desgaste profissional, stress e satisfação no trabalho do pessoal de enfermagem em um hospital universitario. Rev. Latino-Am. Enfermagem. 2015;23(3):543-52.
35. Vidotti V, Ribeiro RP, Galdino MJP, Martins JT. Síndrome de *Burnout* e o trabalho em turnos na equipe de enfermagem. Rev. Latino-Am. Enfermagem. 2018;26:e3022.
36. Andrade LRM, Falcão JTR. Trabalho docente no município de natal: perfil e risco psicossocial. Educ. Soc. 2018;39(144):704-20.
37. Pastura PSVC, Barboza NND, Albernaz ALG, Fernandez HGC. Do *Burnout* a estratégia de grupo na perspectiva Balint: experiência com residentes de pediatria de um hospital terciário. Rev. bras. educ. med. 2019;43(2)32-9.
38. Tostes MV, Albuquerque GSC, Silva MJS, Petterle RR. Sofrimento mental de professores de ensino público. Saúde debate. 2018;42(116):87-9.
39. Pawlowytsh PWM, Wasilkosky L. Síndrome de *Burnout* e o trabalho docente: um estudo exploratório com professores da rede pública de ensino de ensino. Saúde Meio Ambient. 2019;8:13-27.