

VIII ENCONTRO VIRTUAL DO CONPEDI

GÊNERO, SEXUALIDADES E DIREITO I

Todos os direitos reservados e protegidos. Nenhuma parte destes anais poderá ser reproduzida ou transmitida sejam quais forem os meios empregados sem prévia autorização dos editores.

Diretoria - CONPEDI

Presidente - Profa. Dra. Samyra Haydêe Dal Farra Napolini - FMU - São Paulo

Diretor Executivo - Prof. Dr. Orides Mezzaroba - UFSC - Santa Catarina

Vice-presidente Norte - Prof. Dr. Jean Carlos Dias - Cesupa - Pará

Vice-presidente Centro-Oeste - Prof. Dr. José Querino Tavares Neto - UFG - Goiás

Vice-presidente Sul - Prof. Dr. Leonel Severo Rocha - Unisinos - Rio Grande do Sul

Vice-presidente Sudeste - Profa. Dra. Rosângela Lunardelli Cavallazzi - UFRJ/PUCRio - Rio de Janeiro

Vice-presidente Nordeste - Prof. Dr. Raymundo Juliano Feitosa - UNICAP - Pernambuco

Representante Discente: Prof. Dr. Abner da Silva Jaques - UPM/UNIGRAN - Mato Grosso do Sul

Conselho Fiscal:

Prof. Dr. José Filomeno de Moraes Filho - UFMA - Maranhão

Prof. Dr. Caio Augusto Souza Lara - SKEMA/ESDHC/UFMG - Minas Gerais

Prof. Dr. Valter Moura do Carmo - UFERSA - Rio Grande do Norte

Prof. Dr. Fernando Passos - UNIARA - São Paulo

Prof. Dr. Edinilson Donisete Machado - UNIVEM/UENP - São Paulo

Secretarias

Relações Institucionais:

Prof. Dra. Claudia Maria Barbosa - PUCPR - Paraná

Prof. Dr. Heron José de Santana Gordilho - UFBA - Bahia

Profa. Dra. Daniela Marques de Moraes - UNB - Distrito Federal

Comunicação:

Prof. Dr. Robison Tramontina - UNOESC - Santa Catarina

Prof. Dr. Liton Lanes Pilau Sobrinho - UPF/Univali - Rio Grande do Sul

Prof. Dr. Lucas Gonçalves da Silva - UFS - Sergipe

Relações Internacionais para o Continente Americano:

Prof. Dr. Jerônimo Siqueira Tybusch - UFSM - Rio Grande do Sul

Prof. Dr. Paulo Roberto Barbosa Ramos - UFMA - Maranhão

Prof. Dr. Felipe Chiarello de Souza Pinto - UPM - São Paulo

Relações Internacionais para os demais Continentes:

Profa. Dra. Gina Vidal Marcilio Pompeu - UNIFOR - Ceará

Profa. Dra. Sandra Regina Martini - UNIRITTER / UFRGS - Rio Grande do Sul

Profa. Dra. Maria Claudia da Silva Antunes de Souza - UNIVALI - Santa Catarina

Educação Jurídica

Profa. Dra. Viviane Coêlho de Séllos Knoerr - Unicuritiba - PR

Prof. Dr. Rubens Beçak - USP - SP

Profa. Dra. Livia Gaigher Bosio Campello - UFMS - MS

Eventos:

Prof. Dr. Yuri Nathan da Costa Lannes - FDF - São Paulo

Profa. Dra. Norma Sueli Padilha - UFSC - Santa Catarina

Prof. Dr. Juraci Mourão Lopes Filho - UNICHRISTUS - Ceará

Comissão Especial

Prof. Dr. João Marcelo de Lima Assafim - UFRJ - RJ

Profa. Dra. Maria Creusa De Araújo Borges - UFPB - PB

Prof. Dr. Antônio Carlos Diniz Murta - Fumec - MG

Prof. Dr. Rogério Borba - UNIFACVEST - SC

G326

Gênero, sexualidades e direito I [Recurso eletrônico on-line] organização CONPEDI

Coordenadores: Jackson Passos Santos; Josanne Cristina Ribeiro Ferreira Façanha. – Florianópolis: CONPEDI, 2025.

Inclui bibliografia

ISBN: 978-65-5274-138-7

Modo de acesso: www.conpedi.org.br em publicações

Tema: Direito Governança e Políticas de Inclusão

1. Direito – Estudo e ensino (Pós-graduação) – Encontros Nacionais. 2. Gênero. 3. Sexualidades e direito. VIII Encontro Virtual do CONPEDI (2; 2025; Florianópolis, Brasil).

CDU: 34



VIII ENCONTRO VIRTUAL DO CONPEDI

GÊNERO, SEXUALIDADES E DIREITO I

Apresentação

O espaço reservado à pesquisa promovido pelo VIII Encontro Virtual do Conpedi foi essencial para que grandes pesquisadores de todo o território nacional tivessem a oportunidade de submeter e apresentar seus artigos científicos, em especial para discussão no GT 47 - Gênero, Sexualidades e Direito I, sob a coordenação da Professora Pós-Dra. Edna Raquel Rodrigues Santos Hogemann (UFRJ), da Professora. Dra. Josanne Cristina Ribeiro Ferreira Façanha (UFMA) e do Professor Dr. Jackson Passos Santos (UNICSUL).

As questões de gênero e diversidade tem enfrentado transformações significativas na medida em que há uma remodelação de paradigmas tradicionais e um evidente enfrentamento para a garantia da dignidade da pessoa humana.

Os artigos que foram selecionados para apresentação e estão aqui publicados, denotam a atenção destacada pelos pesquisadores para revisitar modelos históricos, observar a evolução da sociedade e apresentar reflexões e novas soluções para os desafios que lhe são propostos.

Apresentamos a relação dos trabalhos:

1. UM DIÁLOGO ENTRE BUTLER E ARENDT: O CONCEITO DE DIREITO A TER DIREITOS COMO REIVINDICAÇÃO POLÍTICA TRANSFEMINISTA

Ana Luiza de Oliveira Pereira

2. O PROTOCOLO PARA JULGAMENTO COM PERSPECTIVA DE GÊNERO E A

4. INTERSECCIONALIDADE E EXCLUSÃO: GÊNERO E DEFICIÊNCIA NO ACESSO À EDUCAÇÃO

Mariana Emília Bandeira; Victoria Pedrazzi

5. QUANDO ENSINAR ADOECE: O BURNOUT EM PROFESSORES E AS DIMENSÕES DE GÊNERO

Victoria Pedrazzi; Ana Luísa Dessoy Weiler; Joice Graciele Nielsson

6. ENTRE AVANÇOS NORMATIVOS E PRÁTICAS DISCRIMINATÓRIAS: A LUTA PELO DIREITO REPRODUTIVO DAS MULHERES COM DEFICIÊNCIA

Ana Luísa Dessoy Weiler; Joice Graciele Nielsson; Mariana Emília Bandeira

7. CORPOS SILENCIADOS, MENTES CAUTERIZADAS: O ESTIGMA DA LOUCURA COMO FERRAMENTA DE SUBJUGAÇÃO DE GÊNERO E CONTROLE SOCIAL

Nicoli Francieli Gross

8. MULHERES AO VIVO NA WEBCAM: A PLATAFORMA CÂMERA PRIVÊ E A SUBALTERNIZAÇÃO DO CORPO FEMININO POR MEIO DA SUPRESSÃO DE DIREITOS

Thiago Augusto Galeão de Azevedo; Mario Douglas Teixeira Bentes; Paula Mércia Coimbra Brasil

9. INTERSECCIONALIDADE E EXCLUSÃO: GÊNERO E DEFICIÊNCIA NO ACESSO À EDUCAÇÃO

11. ENTRE AVANÇOS NORMATIVOS E PRÁTICAS DISCRIMINATÓRIAS: A LUTA PELO DIREITO REPRODUTIVO DAS MULHERES COM DEFICIÊNCIA

Ana Luísa Dessooy Weiler; Joice Graciele Nielsson; Mariana Emília Bandeira

12. CORPOS SILENCIADOS, MENTES CAUTERIZADAS: O ESTIGMA DA LOUCURA COMO FERRAMENTA DE SUBJUGAÇÃO DE GÊNERO E CONTROLE SOCIAL Nicoli Francieli Gross

13. MULHERES AO VIVO NA WEBCAM: A PLATAFORMA CÂMERA PRIVÊ E A SUBALTERNIZAÇÃO DO CORPO FEMININO POR MEIO DA SUPRESSÃO DE DIREITOS

Thiago Augusto Galeão de Azevedo; Mario Douglas Teixeira Bentes; Paula Mércia Coimbra Brasil

14. CORPOS QUE (TRANS)FORMAM: A UNIVERSIDADE COMO ESPAÇO DE INCLUSÃO E CIDADANIA

Ísis Ricardo Ribeiro Santos; José Marcelo Matos de Almeida Filho; Adriana Nogueira Vieira Lima

15. PATERNIDADES SUBVERSIVAS: TRANSPATERNIDADE E DIREITOS REPRODUTIVOS

Jéssica Feitosa Ferreira; Ana Carolina Gondim de Albuquerque Oliveira; Paulo Henrique Tavares da Silva

18. O DIREITO À LICENÇA MATERNIDADE NAS FAMÍLIAS DIVERSAS:
RECONHECIMENTO E LIMITES DA DECISÃO DO STF NO RE 1.211.446 TEMA 1.072

Josiane Petry Faria; Carina Ruas Balestreri; Milena Haubert dos Santos

19. UMA NOVA POLÍTICA PÚBLICA PARA TRATAMENTO DOS CONFLITOS DE
GÊNERO E SEXUALIDADE NO AMBIENTE ACADÊMICO: A MEDIAÇÃO
WARATIANA

Liege Alendes de Souza; Joseane Ceolin Mariani de Andrade Pedroso, Flavia

Alessandra Machado Dutra

20. A ISONOMIA INVISÍVEL: COMO O DIREITO REFORÇA A ASSIMETRIA DE
CUIDADOS ENTRE PAIS E MÃES.

Júlia Tiburcio Miranda; Dalton Tria Cusciano

21. AS DIFICULDADES ENCONTRADAS PELAS MULHERES TRABALHADORAS
DE PLATAFORMAS DIGITAIS: UMA ANÁLISE DO FENÔMENO DA UBERIZAÇÃO
A PARTIR DA PERSPECTIVA DE GÊNERO

Bruno Sodre; Sandra Suely Moreira Lurine Guimarães

22. E EU, NÃO SOU UMA MULHER NEGRA AUTISTA? AS INTERFACES DE RAÇA,
GÊNERO E AUTISMO NA ACESSIBILIDADE DE MULHERES NEGRAS AUTISTAS
NA PÓS-GRADUAÇÃO STRICTU SENSU

25. GUARDA COMPARTILHADA E VIOLÊNCIA DOMÉSTICA: DIREITOS PARENTAIS E JURISPRUDÊNCIA ATÉ A LEI Nº 14.713/23 Josanne Cristina Ribeiro Ferreira Façanha; Luanna Gomes Ferreira Carneiro

26. REPENSANDO O SISTEMA DE JUSTIÇA PENAL BRASILEIRO: A JUSTIÇA RESTAURATIVA EM CONTRASTE COM A JUSTIÇA RETRIBUTIVA Amanda Kelly Sousa Costa; Josanne Cristina Ribeiro Ferreira Façanha

Realizada a apresentação de todos os trabalhos e após o amplo debate, denota-se que as pesquisas realizadas trazem várias reflexões sobre os problemas sociais que envolvem a temática e verifica-se a importância da busca incessante pela proteção dos direitos fundamentais para a garantia da justiça social e da dignidade da pessoa humana. Convidamos a todos que se debruçam na leitura dos artigos e que reflitam sobre como podemos envidar esforços para evitar o retrocesso social.

Profa. Dra. Edna Raquel Rodrigues Santos Hogemann (UFRJ)

Profa. Dra. Josanne Cristina Ribeiro Ferreira Façanha (UFMA)

Prof. Dr. Jackson Passos Santos (Universidade Cruzeiro do Sul).

QUANDO ENSINAR ADOECE: O BURNOUT EM PROFESSORES E AS DIMENSÕES DE GÊNERO

WHEN TEACHING GETS SICK: BURNOUT IN TEACHERS AND GENDER DIMENSIONS

Victoria Pedrazzi
Ana Luísa Dessoy Weiler
Joice Graciele Nielsson

Resumo

A Síndrome de Burnout tem se configurado como uma das principais manifestações de sofrimento psíquico entre professores e professoras, resultado da intensificação do trabalho docente, das exigências emocionais e da precarização das condições laborais. Este estudo tem como objetivo investigar os fatores que desencadeiam a síndrome entre profissionais da educação, com atenção especial ao recorte de gênero, considerando que professoras enfrentam uma sobrecarga ainda maior devido à multiplicidade de papéis e à desigualdade social. Os objetivos específicos incluem: identificar os fatores psicossociais associados ao adoecimento docente; analisar como as questões de gênero influenciam no adoecimento dos professores; e discutir os desafios na promoção da saúde mental no ambiente educacional. A metodologia utilizada é exploratória e qualitativa, com base em pesquisa bibliográfica de fontes físicas e eletrônicas. Conclui que somente por meio de um compromisso coletivo — envolvendo escolas, gestores, profissionais da saúde e formuladores de políticas públicas — será possível construir um ambiente educacional mais saudável, justo e sustentável, especialmente para as mulheres.

Palavras-chave: Educação, Gênero, Saúde mental, Docência, Direitos humanos

Abstract/Resumen/Résumé

Burnout Syndrome has emerged as one of the main manifestations of psychological distress among teachers, resulting from the intensification of teaching work, emotional demands, and the deterioration of working conditions. This study aims to investigate the factors that trigger

collective commitment — involving schools, administrators, health professionals, and public policymakers — will it be possible to build a healthier, fairer, and more sustainable educational environment, especially for women.

Keywords/Palabras-claves/Mots-clés: Education, Gender, Mental health, Teaching, Human rights

CONSIDERAÇÕES INICIAIS

A Síndrome de Burnout tem se tornado uma das mais recorrentes manifestações de sofrimento psíquico entre profissionais da educação, refletindo a crescente sobrecarga de trabalho e as exigências emocionais e sociais impostas à docência. Caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional, essa síndrome atinge de maneira significativa professores e professoras em todos os níveis de ensino. A realidade cotidiana de muitos desses profissionais envolve jornadas extensas, acúmulo de funções, escasso tempo para lazer e convívio social, além da dificuldade de separação entre vida pessoal e profissional — elementos que compõem um cenário propício ao adoecimento mental. Como observa Carlotto (2011), o trabalho docente vem sendo reduzido a tarefas rotineiras, sem espaço para a criatividade, atualização ou desenvolvimento pessoal, o que potencializa o esgotamento físico e mental.

A relevância deste estudo está em analisar os principais gatilhos que desencadeiam a Síndrome de Burnout entre os(as) docentes, destacando a sobrecarga de trabalho, a desvalorização profissional, a precariedade das condições laborais e a remuneração injusta. Além disso, pretende-se observar como tais fatores impactam diretamente na qualidade do ensino e nas relações interpessoais nas instituições educacionais. A problemática central gira em torno da seguinte questão: de que forma a Síndrome de Burnout tem afetado a saúde mental de professores e professoras e quais são os principais fatores que contribuem para seu desenvolvimento, especialmente a partir de uma perspectiva de gênero?

Diante disso, o objetivo geral do presente trabalho é investigar as causas e consequências da Síndrome de Burnout entre docentes, com especial atenção às especificidades enfrentadas por professoras mulheres. Os objetivos específicos, que refletem na divisão do artigo em três seções, são: i) identificar os principais fatores psicossociais envolvidos no adoecimento docente; ii) analisar, sob um recorte de gênero, como as mulheres vivenciam a síndrome de forma particular, considerando a sobrecarga mental, a multiplicidade de papéis e a desigualdade; e iii) descrever os desafios na promoção da saúde dos professores e as complexidades envolvidas.

A metodologia adotada é de caráter exploratório e qualitativo, fundamentada em pesquisa bibliográfica. Serão analisados artigos científicos, documentos institucionais, legislações e outros materiais pertinentes, obtidos tanto em fontes físicas quanto eletrônicas. A abordagem segue um método hipotético-dedutivo, visando à formulação

de uma discussão crítica e fundamentada sobre a temática, com base em dados e reflexões teóricas, de forma a responder à problemática proposta e contribuir para a compreensão do fenômeno em questão.

1. PROFESSORES E BURNOUT: INCIDÊNCIA E CARACTERÍSTICAS

Inicialmente, é importante destacar que a categoria docente tem sido uma das mais investigadas desde os primeiros estudos sobre a Síndrome de Burnout, em virtude do alarmante aumento das doenças mentais e síndromes que afetam essa classe de profissionais. Até então, os professores não eram vistos como parte de uma categoria de risco, uma vez que a profissão era frequentemente considerada como vocacional. No entanto, atualmente, o trabalho docente, independentemente do nível de ensino ou da instituição, pública ou privada, tem se configurado como uma profissão cada vez mais vulnerável a diversos estressores psicossociais presentes em seu ambiente de trabalho (Carlotto, 2011).

Esse cenário evidencia a crescente pressão sobre os professores, que enfrentam uma multiplicidade de desafios em seu cotidiano profissional. Além dos já conhecidos fatores relacionados ao contexto educacional, como a sobrecarga de trabalho e a escassez de recursos, há uma constante necessidade de adaptação a novas demandas sociais e pedagógicas. A ausência de suporte adequado, tanto emocional quanto estrutural, contribui para a intensificação do sofrimento psíquico dos docentes, colocando em risco não apenas sua saúde mental, mas também sua capacidade de exercer a profissão com a qualidade desejada. Dessa forma, é essencial reconhecer o impacto dos fatores psicossociais no bem-estar dos professores, buscando estratégias de intervenção que possam mitigar os efeitos negativos desse estresse acumulado (Carlotto, 2011).

É fundamental destacar algumas características da classe de professores e professoras afetados por doenças mentais, tanto no setor público quanto no privado, com ênfase na desvalorização da profissão e na falta de investimento na carreira de quem desempenha o papel de formar e educar pessoas que, por sua vez, se tornam profissionais em diversas outras áreas. No setor público, essa categoria enfrenta críticas constantes, sendo frequentemente sobrecarregada pela cobrança por seus fracassos e raramente reconhecida pelos sucessos alcançados. Nos últimos anos, nenhuma outra profissão foi tão intensamente avaliada e cobrada pela sociedade como a de docente (Carlotto, 2011).

O trabalho dos professores exige altos níveis de concentração, precisão e atenção diversificada, o que contribui significativamente para o desgaste mental e emocional. Além disso, do ponto de vista emocional, a função docente demanda um envolvimento contínuo com alunos, pais, colegas e equipes técnicas. No entanto, essas relações, muitas vezes, não são escolhidas pelos docentes e, em diversas ocasiões, podem se tornar conflituosas, sendo que, em muitos casos, o esforço do educador não é reconhecido ou valorizado (Pines & Aronson, 1988, apud Carlotto, 2011; Salanova, Martínez & Lorente, 2005).

De acordo com Scheila Maria Ferreira Silva e Áurea de Fátima Oliveira (2019), embora a Síndrome de Burnout afete profissionais de diversas áreas, as profissões da saúde e da educação, por envolverem intenso contato com pessoas, tornam seus trabalhadores mais suscetíveis ao estresse laboral (Gomes & Quintão, 2011; Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001; Quintão & David, 2012). Estudos indicam que os docentes formam um grupo de risco, possivelmente mais afetado pela síndrome do que os profissionais da saúde, o que justifica o crescente número de pesquisas sobre o tema no campo educacional, com o objetivo de estabelecer medidas preventivas (Costa, Gil-Monte, Possobon & Ambroso, 2013, apud Silva; Oliveira, 2019).

O trabalho dos professores envolve diversos fatores estressantes, além da própria produção de conhecimento, como a preparação das aulas, a relação com os alunos e outros aspectos que resultam em desgaste físico, emocional e mental. A Síndrome de Burnout é uma condição que surge como consequência desse estresse crônico, comum no cotidiano profissional, especialmente quando há excessiva pressão, conflitos, escassez de recompensas emocionais e falta de reconhecimento. Esse fenômeno psicossocial é composto por três dimensões principais: Exaustão Emocional, Despersonalização e Baixa Realização Profissional. A Exaustão Emocional é caracterizada pela falta de energia e sensação de esgotamento, com a sobrecarga de trabalho sendo sua principal causa. A Despersonalização ocorre quando o profissional começa a tratar colegas, alunos e a organização de forma impessoal, enquanto a Baixa Realização Profissional envolve a tendência de o trabalhador se autoavaliar negativamente, sentindo-se insatisfeito com seu desenvolvimento e com uma diminuição da competência e da capacidade de interação (Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001, apud Carlotto, 2011).

A nomenclatura "Síndrome de Burnout" tem o código CID-10 Z56.3 e deriva da expressão em inglês "to burn out", que significa "queimar por completo" ou "consumir-se" (Corbal, 2014). Esse termo foi introduzido pelo psicanalista americano

Freudenberger, que descreveu o burnout como um sentimento de fracasso e exaustão resultante do desgaste excessivo de energia e recursos internos (Corbal, 2014). O Manual de Procedimentos para os Serviços de Saúde, elaborado pelo Ministério da Saúde em 2001, descreve a síndrome como uma resposta prolongada a estressores emocionais e interpessoais crônicos no ambiente de trabalho. Esse esgotamento resulta de uma vivência profissional em contextos de relações sociais complexas, envolvendo a percepção do trabalhador sobre si mesmo e os outros. Inicialmente, o trabalhador se sente muito envolvido afetivamente com seus alunos ou pacientes, mas com o tempo, esse envolvimento dá lugar ao desgaste e, eventualmente, à desistência, o que culmina na perda de energia ou no "queimamento" completo (Brasil, 2001).

De acordo com Tamayo e Tróccoli (2009), citados por Silva e Oliveira (2019), a Síndrome de Burnout pode ser definida como uma "síndrome psicológica decorrente da forte tensão emocional crônica associada ao estresse ocupacional severo" (p. 213). Seus sinais incluem a redução do idealismo e da energia voltada para o trabalho, atitudes negativas em relação ao trabalho e aos clientes, além da diminuição da satisfação e do comprometimento com a profissão (Silva; Oliveira, 2019, p. 02).

O burnout, diferentemente de outras patologias mentais, é considerado uma condição pouco estigmatizante para o indivíduo, pois, ao ser reconhecido, destaca-se os fatores contextuais de natureza socioprofissional como principais determinantes, sem atribuir culpa ao próprio trabalhador. Esse quadro é hoje reconhecido como um dos danos psicossociais mais significativos no ambiente de trabalho, resultante de um estresse crônico que envolve uma combinação de fatores individuais, sociais e organizacionais (Gomes & Quintão, 2011). Os sintomas mais comuns incluem insônia, fadiga, inquietação, que são característicos de condições depressivas e/ou ansiosas, além de perda do controle emocional, irritabilidade, agressividade, alterações do sono, decepção e desinteresse pelo trabalho (Corbal, 2014). O Ministério da Saúde do Brasil, por sua vez, lista uma série de sinais da síndrome, incluindo cansaço excessivo, dores de cabeça, alterações no apetite, insônia, dificuldades de concentração, sentimentos de fracasso e insegurança, e sintomas de desesperança, entre outros (Brasil, 2020, apud Silva, 2020).

Apesar de compartilharem semelhanças com a síndrome do esgotamento profissional, o burnout se distingue por envolver atitudes e comportamentos negativos em relação aos colegas, à organização e ao trabalho, o que provoca danos emocionais e práticos tanto para o trabalhador quanto para a própria organização. Já o estresse

tradicional não traz esse tipo de comportamento, sendo um esgotamento pessoal que afeta a vida do indivíduo, mas não interfere diretamente nas relações de trabalho (Brasil, 2001).

Além disso, o impacto da Síndrome de Burnout vai além dos sintomas clínicos, refletindo também nas relações profissionais e nas atitudes negativas que surgem como resposta ao estresse crônico. Esse quadro se intensifica em profissões como a docência, que exigem uma interação social e emocional intensa. A falta de reconhecimento e valorização do trabalho docente contribui para o agravamento desse cenário. Ao mesmo tempo, é crucial compreender o burnout dentro do contexto socioprofissional, especialmente ao considerar as questões de gênero e a carga mental excessiva. Isso é essencial para identificar as causas subjacentes desse fenômeno e desenvolver soluções eficazes. No caso das mulheres, em particular, elas enfrentam desafios adicionais relacionados à sobrecarga mental, o que potencializa o impacto do burnout em suas trajetórias profissionais, motivo pelo qual, o próximo tópico tem como objetivo demonstrar o impacto das construções de gênero impactam na carga mental das professoras.

2. A CARGA MENTAL DAS PROFESSORAS: UM RECORTE DE GÊNERO

Uma análise mais detalhada da pesquisa de Maira Cazeto Lopes de Souza, Fábio Peron Carballo e Sérgio Roberto de Lucca (2023) revelou que o sexo feminino predominava entre os docentes investigados, com uma representatividade que variava entre 67% e 87%, conforme apontado por diversos estudos anteriores. Esse dado corrobora a compreensão de que, em muitas sociedades, as mulheres ainda acumulam múltiplas responsabilidades, dividindo-se entre as exigências da vida profissional e os afazeres domésticos. Essa sobrecarga de tarefas, geralmente maior do que a dos homens com quem convivem, é uma realidade persistente. Nesse contexto, a dificuldade de conciliar trabalho e vida doméstica tem sido apontada por estudiosos como um fator psicossocial significativo na predisposição à Síndrome de Burnout.

Em outra pesquisa, conduzida por Quenia Lanusse da Silva, Thiago Felix de Almeida Menezes e Fernanda Roda de Souza Araújo Cassundé (2016), foi analisado o perfil de 28 professores de uma instituição de ensino, sendo que 68% pertenciam ao sexo feminino. A partir dessa amostra, constatou-se que entre as professoras, 58% apresentavam sinais de possibilidade de desenvolver a Síndrome de Burnout, 37% estavam na fase inicial da síndrome e 5% já se encontravam em uma fase considerada

mais avançada. Não foram encontrados casos fora dessas classificações, o que evidencia um alto índice de risco entre as docentes. Os dados indicam a necessidade de ações preventivas voltadas especialmente para esse grupo, a fim de evitar a progressão do quadro clínico.

Ainda assim, a mesma pesquisa aponta uma contradição interessante: de acordo com Farber (1991), os professores do sexo masculino seriam mais vulneráveis à síndrome do que as mulheres. Essa vulnerabilidade, segundo os pesquisadores, pode estar relacionada ao fato de que as mulheres, por acumularem mais papéis sociais – como as de trabalhadora, cuidadora e administradora do lar – tendem a desenvolver maior flexibilidade e capacidade de adaptação diante das pressões diárias. Etzion (1987), por sua vez, sugere que essas diferenças nos níveis de Burnout entre homens e mulheres se explicam por padrões de socialização e organização social distintos, que influenciam diretamente a forma como cada gênero lida com o estresse.

Por fim, os autores concluem que, embora homens e mulheres estejam sujeitos às mesmas condições de trabalho, as mulheres parecem lidar de maneira mais eficaz com situações adversas, demonstrando maior resiliência. Essa constatação, no entanto, exige uma leitura crítica: os estereótipos de gênero presentes nessas interpretações podem naturalizar a ideia de que as mulheres são mais aptas a suportar pressões psicológicas intensas, o que, paradoxalmente, pode retardar a identificação da Síndrome de Burnout entre elas e dificultar a implementação de medidas efetivas de prevenção e cuidado.

Apesar de algumas pesquisas sugerirem que as mulheres teriam maior capacidade de adaptação à pressão e à sobrecarga, é necessário considerar o peso dos papéis sociais historicamente construídos. Existe uma expectativa pessoal e social de que a mulher precisa “dar conta” de tudo, assumindo sozinha múltiplas responsabilidades — desde as demandas profissionais até as domésticas e afetivas. Enquanto isso, os homens frequentemente desfrutam de uma espécie de “licença social” para expressar vulnerabilidade e, quando adoecem, acabam sendo cuidados por figuras femininas, como mães, esposas ou filhas. Essa aparente maior resistência feminina à pressão não é um traço biológico, mas sim resultado de construções sociais que impõem às mulheres uma carga desproporcional de trabalho e cuidado. O resultado disso é uma rotina marcada pela sobrecarga, ausência de descanso e elevado risco de esgotamento físico e emocional.

Nesse contexto, os dados apresentados por Gomes e Quintão (2011) contradizem a ideia de que as mulheres seriam mais tolerantes à Síndrome de Burnout. Os resultados da pesquisa indicaram que, ao contrário do que se hipotetizava, as mulheres apresentaram

níveis mais elevados de burnout em comparação aos homens, contrariando estudos anteriores que sugeriam não haver diferenças significativas entre os gêneros (Gomes & Quintão, 2011, p. 341).

Além disso, as autoras destacam que fatores como a desigualdade hierárquica no ambiente de trabalho — em que os homens ainda ocupam, em sua maioria, cargos superiores — e a natureza das profissões tradicionalmente exercidas por mulheres, muitas delas voltadas ao cuidado, podem influenciar diretamente esses resultados (Gomes & Quintão, 2011, p. 341). Cabe aqui uma reflexão crítica quanto à noção de “escolha” dessas profissões, já que, em muitos casos, não se trata de uma opção livre, mas do cumprimento de papéis de gênero socialmente atribuídos ao feminino.

Outro ponto importante discutido pelas autoras é a correlação entre burnout e depressão, especialmente entre professores e professoras. Estudos indicam que o burnout pode anteceder o surgimento de sintomas depressivos, especialmente em contextos de alta exigência psicológica, baixo controle sobre o trabalho e ausência de apoio social (Iacovides et al., 2003; Mausner-Dorsch & Eaton, 2000 apud Gomes & Quintão, 2011, p. 336). Ainda segundo os estudos mencionados, embora burnout e depressão sejam condições distintas, compartilham diversas características, particularmente nas formas mais severas da síndrome e em indivíduos mais vulneráveis emocionalmente. A hipótese de que a suscetibilidade à depressão aumenta o risco de desenvolvimento do burnout foi confirmada por Nyklicek e Pop (2005), que investigaram fatores como histórico pessoal e familiar de depressão e os níveis de exaustão emocional (Gomes & Quintão, 2011, p. 336).

Ao se fazer um recorte de gênero, nota-se que os dados são consistentes: mulheres apresentaram níveis mais altos de exaustão emocional e maior prevalência de sintomas depressivos, confirmando achados anteriores sobre essa vulnerabilidade (Burke, 1989; Greenglass, 1991; Reis et al., 2006; Hyde, Mezulis, & Abramson, 2008; Toker et al., 2007 apud Gomes & Quintão, 2011, p. 341). Esses resultados reforçam a importância de se considerar as desigualdades de gênero como um fator determinante na análise das condições de saúde mental dos profissionais da educação.

Outro aspecto relevante a ser considerado diz respeito à desigualdade de gênero no mercado de trabalho, especialmente no que tange ao desemprego. De acordo com dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2023), as mulheres representam a maioria da população desempregada, com um percentual de aproximadamente 53,7%, enquanto os homens correspondem a 46,3%. Essa disparidade

revela não apenas uma exclusão econômica persistente, mas também influencia diretamente as estatísticas relacionadas à Síndrome de Burnout. Como o diagnóstico dessa síndrome está diretamente atrelado à atuação profissional ativa, a sub-representação das mulheres no mercado formal pode dificultar a visibilidade e o reconhecimento clínico do esgotamento vivenciado por elas.

Esse cenário exige uma reflexão crítica sobre o conceito de trabalho. O trabalho não remunerado, cotidiano e voltado ao cuidado, majoritariamente desempenhado por mulheres, especialmente aquelas identificadas como “donas de casa” ou “do lar”, é frequentemente desconsiderado nas análises sobre saúde mental laboral. No entanto, esse tipo de atividade é igualmente exaustivo e pode apresentar sintomas semelhantes ao burnout. A ausência de reconhecimento institucional desse trabalho inviabiliza a caracterização de quadros de esgotamento dentro dos critérios tradicionais da síndrome, gerando um apagamento da experiência de sofrimento de milhares de mulheres.

É importante também compreender a distinção entre estresse comum e Síndrome de Burnout. O estresse tende a ser temporário e pode ser aliviado com momentos de descanso e afastamento das fontes de tensão. Já o burnout caracteriza-se como um estado crônico e persistente de estresse, com consequências psicológicas mais profundas e duradouras (Moreira; Magalhães; Araujo, 2020, p. 2). Quando se observa o cotidiano das mulheres, nota-se que essa possibilidade de descanso real muitas vezes não existe. O comprometimento contínuo com as demandas profissionais se entrelaça com a dedicação permanente às responsabilidades familiares e domésticas, criando um ciclo de exaustão sem pausas. Nesse sentido, a sobrecarga feminina se revela como uma experiência de trabalho ininterrupto, tanto no âmbito público quanto no privado, o que pode agravar ainda mais os sintomas de esgotamento e dificultar seu enfrentamento.

Estudo realizado por Oliveira e Lucena (2024), investigou a carga mental de trabalho e a qualidade do sono de professores do ensino básico em três escolas públicas de Governador Dix-Sept Rosado, RN. A pesquisa utilizou o método NASA TLX para medir a carga mental e o Índice de Qualidade de Sono de Pittsburgh (PSQI) para avaliar a qualidade do sono. Os resultados revelaram que a maioria dos professores apresenta uma carga mental alta, destacando-se as dimensões de demanda mental e temporal. Além disso, a qualidade do sono foi considerada moderadamente prejudicada, com problemas notáveis em latência e duração do sono.

Os dados coletados pelas pesquisadoras indicaram uma correlação positiva, embora moderada entre a alta carga mental de trabalho e a baixa qualidade de sono,

sugerindo que o aumento de um desses fatores pode estar associado ao pior desempenho no outro. A pesquisa identificou que fatores como o uso de medicamentos para dormir e a disfunção diurna foram associados diretamente à carga mental, implicando a necessidade de intervenções que visem promover um ambiente de trabalho mais saudável (Oliveira, Lucena, 2024)

Em relação aos recortes de gênero, os resultados mostraram que as professoras relataram uma carga mental média maior (77,20) em comparação com seus colegas masculinos (69,00), indicando uma percepção de maior sobrecarga mental entre as mulheres, reiterando o que vem sendo posto no presente trabalho. Para Oliveira e Lucena (2024) este dado é preocupante, pois destaca a necessidade de atenção específica às questões de saúde mental enfrentadas por professoras, que podem ser mais vulneráveis a condições de estresse e cansaço.

A pesquisa de Oliveira e Lucena (2024), assim como as demais mencionadas no presente artigo, concluem que a melhoria das condições de trabalho e a promoção de estratégias de apoio psicológico são fundamentais para mitigar os impactos na saúde mental dos professores, além de contribuir para um ambiente escolar mais produtivo e saudável, motivo pelo qual, o próximo e último tópico do trabalho diz respeito às práticas que contribuem para a melhor qualidade de vida dos professores, com destaque as professoras mulheres.

3. OS DESAFIOS E IMPACTOS NA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DAS PROFESSORAS

A promoção da saúde, conforme definida na Carta de Ottawa (Organização Mundial da Saúde, 1986), é um processo pelo qual os indivíduos buscam aumentar o controle sobre sua saúde e melhorar suas condições de vida. Essa perspectiva abrange não apenas aspectos físicos e mentais, mas também fatores sociais, econômicos e culturais, proporcionando um entendimento holístico do bem-estar no ambiente de trabalho educacional.

A promoção da saúde apoia o desenvolvimento pessoal e social através da divulgação e informação, educação para a saúde e intensificação das habilidades vitais. Com isso, aumentam as opções disponíveis para que as populações possam exercer maior controle sobre sua própria saúde e sobre o meio-ambiente, bem como fazer opções que conduzam a uma saúde melhor. (Organização Mundial da Saúde, 1986, p. 3)

Afirma ainda que,

É essencial capacitar as pessoas para aprender durante toda a vida, preparando-as para as diversas fases da existência, o que inclui o enfrentamento das doenças crônicas e causas externas. Esta tarefa deve ser realizada nas escolas, nos lares, nos locais de trabalho e em outros espaços comunitários. As ações devem se realizar através de organizações educacionais, profissionais, comerciais e voluntárias, bem como pelas instituições governamentais. (Organização Mundial da Saúde, 1986, p. 3)

Isso posto, Silva e Fischer (2023) afirmam que os desafios envolvidos na promoção da saúde dos professores têm a relação diretamente proporcional entre as condições de trabalho e a saúde mental desses profissionais. Isso porque, ambiente profissional docente tem se tornado progressivamente mais hostil, refletido no aumento expressivo de afastamentos por licenças médicas decorrentes de transtornos psíquicos. Tal contexto tem repercussões diretas na qualidade do ensino, já que professores adoecidos tendem a ter sua capacidade pedagógica comprometida, afetando o processo de aprendizagem dos estudantes, conforme destacado nos dois primeiros tópicos do artigo.

Para tanto, importante proceder duas análises ao pensar na promoção da saúde dos professores: a educacional e a da saúde pública. A primeira aponta para as dificuldades enfrentadas por gestores escolares ao lidarem com o adoecimento docente, frequentemente atribuindo aos próprios professores a responsabilidade por baixos índices educacionais. Já a segunda aborda a questão sob o enfoque da saúde do trabalhador, compreendendo que condições laborais precárias atuam como agentes determinantes do sofrimento psíquico e físico dos profissionais da educação. Essa dualidade de olhares revela a complexidade do problema e a necessidade de uma abordagem articulada e intersetorial (Silva; Fischer, 2023).

O sofrimento emocional enfrentado pelos docentes não deve ser encarado como uma fragilidade individual, mas sim como o produto de práticas organizacionais e de uma gestão escolar que sobrecarrega o trabalhador sem oferecer os apoios institucionais necessários, nesse sentido, alertam Silva e Fischer (2023, p. 128), “não se trata, portanto, de ter vontade (ou não) de promover a própria saúde, em sentido individual e no campo dos interesses pessoais, os quais, como se sabe, são passíveis de variação. Antes, trata-se de ter condições (ou não) de exercê-la, em sentido coletivo”.

Fatores como turmas superlotadas, exigências burocráticas, metas de desempenho desproporcionais e carência de infraestrutura escolar adequada são indicados como catalisadores do desgaste mental e da desmotivação docente. Nesse sentido, o

reconhecimento da dimensão emocional do trabalho pedagógico torna-se indispensável para a construção de estratégias de intervenção eficazes voltadas à promoção da saúde no ambiente escolar (Silva; Fischer, 2023).

O desafio na promoção da saúde dos profissionais da educação reside na complexidade de dinâmicas envolvidas, e na emergência em encontrar soluções capazes de resgatar a coletividade e a autonomia na atuação dos professores, promovendo sua participação ativa nas decisões institucionais e incentivando modelos de gestão escolar mais democráticos e sensíveis às suas demandas. Tais práticas são apresentadas por Silva e Fischer (2023) como fundamentais não apenas para o fortalecimento da saúde mental dos docentes, mas também para a melhoria das condições de trabalho e, por conseguinte, da própria qualidade do ensino. As experiências de intervenção descritas pelos autores apontam caminhos viáveis para uma transformação cultural no âmbito educacional, reafirmando a centralidade do bem-estar docente como eixo estruturante do desenvolvimento social.

Segundo Amorim *et al.* (2007, p. 106), a redução do *stress* docente e consequentemente da carga mental dos professores é propiciada pelas seguintes variáveis:

- Sistema aberto de administração.
- Liderança não coercitiva.
- Ambiente físico agradável.
- Conseguir envolvimento pessoal.
- Garantir satisfação no trabalho.
- Cultura organizacional positiva.
- Equilíbrio entre demanda, competência e condições de trabalho.
- Garantir a motivação.
- Adequada gestão de conflitos.

Percebe-se, portanto, o que Silva e Fischer (2023) referem ao mencionar a importância de não considerar apenas o indivíduo, mas sim todo o contexto no qual ele está inserido dentro da escola. Amorim *et al.* (2007), ainda mencionam que a adoção de medidas administrativas eficazes pode desempenhar um papel relevante na mitigação dos problemas associados ao estresse entre professores. Para tanto, ampliar a compreensão sobre a saúde mental dos professores, é fundamental estimular pesquisas interdisciplinares que permitam integrar diferentes perspectivas e abordagens sobre as causas e consequências do estresse docente. Além disso, a inclusão de psicólogos escolares qualificados nas equipes profissionais das instituições de ensino constitui uma base sólida para promover a saúde mental dos educadores e garantir melhores condições de qualidade de vida no contexto escolar.

Um exemplo a ser seguido na adoção de estratégias para a promoção da saúde mental dos profissionais da educação são os diálogos de grupo, também conhecidos como Círculos de Cultura. A metodologia é abordada por Antonini *et al.* (2022) em pesquisa realizada em uma instituição pública de ensino tecnológico na região Sul do Brasil, permitiram que os participantes discutissem as barreiras enfrentadas em suas vidas profissionais e identificassem práticas que poderiam ser adotadas ou aprimoradas. Entre os temas levantados, o equilíbrio entre trabalho e vida pessoal foi amplamente discutido, com professores refletindo sobre a dificuldade de separar essas esferas e o impacto disso em sua saúde mental.

Durante o trabalho realizado pela equipe de pesquisadores juntamente com os professores, esta a importância de formar grupos de ajuda mútua. Essa prática foi vista como uma forma eficaz de aliviar o estresse e promover melhores relações interpessoais dentro do ambiente escolar. Na oportunidade, um dos participantes destacou a importância da rede de apoio e de grupos de diálogo, reforçando a ideia de que o apoio social e a troca de experiências são fundamentais para a saúde mental dos docentes (Antonini *et al.*, 2022).

As condições físicas do ambiente de trabalho, como ergonomia e a qualidade do espaço físico, também foram discutidas, reiterando o que vem sendo trabalhado no presente texto. Os professores identificaram a necessidade de criar ambientes de trabalho que minimizem os riscos à saúde, como barulho excessivo e má disposição dos móveis. Para Antonini *et al.* (2022), a observação destaca a necessidade urgente de intervenções ambientais que possam contribuir para um espaço mais seguro e saudável, alinhando-se com as diretrizes de saúde do trabalhador.

Por fim, a importância de uma alimentação saudável foi um ponto central nas conversas, com propostas para garantir opções mais nutritivas nas cantinas das instituições, e conseqüentemente a qualidade na saúde dos professores, uma vez que uma alimentação adequada é associada à melhoria do seu bem-estar: Essas práticas demonstram a conexão entre escolhas alimentares e a promoção da saúde, refletindo a necessidade de políticas institucionais que favoreçam hábitos saudáveis entre os docentes (Antonini *et al.*, 2022).

O resultado da pesquisa realizada por Antonini *et al.* (2022) ressalta que a promoção da saúde no trabalho dos professores é complexa e multifacetada. Os docentes sinalizam a necessidade de intervenções que vão além das orientações tradicionais, demandando um enfoque coletivo e integrativo que considere as condições de trabalho, a

saúde mental e as interações sociais. Assim, é fundamental que as instituições desenvolvam estratégias baseadas nas realidades vividas por seus professores, promovendo um ambiente de trabalho saudável e produtivo.

A implementação dessas práticas simples, como grupos de apoio, acesso à tratamento psicológico, ambiente de trabalho organizado – no qual inclui limpeza, alimentação saudável, organização - pode não apenas melhorar a qualidade de vida dos docentes, mas também, potencialmente, impactar positivamente na qualidade de vida dos e das professores, e como consequência a qualidade de ensino.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir das discussões desenvolvidas ao longo deste trabalho, evidencia-se que a categoria docente é uma das mais afetadas pela Síndrome de Burnout, fruto de um cenário de precarização das condições de trabalho, desvalorização profissional e pressões constantes. Embora tradicionalmente não fosse considerada uma ocupação de risco para doenças mentais, a docência, atualmente, configura-se como um espaço de vulnerabilidade, no qual fatores psicossociais — como sobrecarga, exaustão emocional e baixa realização profissional — se intensificam e comprometem o bem-estar dos professores.

É preciso destacar que os efeitos do burnout extrapolam os sintomas clínicos individuais, refletindo-se negativamente nas relações interpessoais, no ambiente escolar e na qualidade do ensino. A exigência por resultados, a ausência de reconhecimento institucional e a intensificação das responsabilidades impactam diretamente a saúde mental dos docentes. Dentro desse contexto, as professoras enfrentam ainda mais desafios devido à sobreposição de jornadas e ao acúmulo de responsabilidades, tanto no trabalho quanto no âmbito doméstico, o que agrava sua exposição ao estresse e ao esgotamento crônico.

Dessa forma, a compreensão do burnout sob a perspectiva das desigualdades de gênero é essencial para que as políticas públicas e as intervenções institucionais sejam efetivas. A invisibilidade do trabalho não remunerado, a alta taxa de desemprego feminino e a sobrecarga mental reiteram a urgência de medidas específicas voltadas à saúde das mulheres na educação. É necessário romper com visões naturalizadas de que a mulher seria mais resiliente, e reconhecer que essa suposta resistência muitas vezes

mascara situações de sofrimento profundo que não são devidamente acolhidas ou diagnosticadas.

Conclui-se, portanto, que a mitigação do burnout entre professores requer uma abordagem integrada, que articule mudanças na gestão escolar, valorização profissional, suporte psicológico qualificado e incentivo à pesquisa interdisciplinar. Somente por meio de um compromisso coletivo — envolvendo escolas, gestores, profissionais da saúde e formuladores de políticas públicas — será possível construir um ambiente educacional mais saudável, justo e sustentável, especialmente para as mulheres que sustentam grande parte do sistema educacional brasileiro.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMORIM, Cloves; MANZOTTI JÚNIOR, Osvaldo; GUIMARÃES, Sirlene. O stress do professor. **Psicologia Argumento**, Curitiba, v. 25, n. 48, p. 103-107, jan./mar. 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.7213/rpa.v25i48.20269>. Acesso em: 12 abril 2025.

ANTONINI, Fabiano Oliveira; HEIDEMANN, Ivonete Teresinha Schülter Buss; SOUZA, Jeane Barros de Barros de; DURAND, Michelle Kuntz; BELAUNDE, Aline Megumi Arakawa; DAZA, Paola Margarita Onate. Práticas de promoção da saúde no trabalho do professor. **Acta Paul Enferm**, v. 35, eAPE02761, Feb. 2022. DOI: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2022AO02761>. Acesso em: 12 abril 2025.

BRASIL. **Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde**. Ministério da Saúde do Brasil; Organização Pan-Americana da Saúde. Série A. Normas e Manuais Técnicos; n. 114. Brasília: Ministério da Saúde, 2001. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/doencas_relacionadas_trabalho_manual_procedimentos.pdf. Acesso em: 12 abr. 2025.

BRASIL. *Manual de diretrizes de apoio à decisão médico-pericial em psiquiatria*. Ministério da Previdência Social; Instituto Nacional do Seguro Social. Brasília: INSS, 2007. Disponível em: https://www.saudedireta.com.br/docsupload/1340110243consultapublica_mental.pdf. Acesso em: 12 abr. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 1339, de 18 de novembro de 1999**. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/1999/prt1339_18_11_1999.html. Acesso em: 12 abr. 2025.

CARLOTTO, Mary Sandra. Síndrome de Burnout em professores: prevalência e fatores associados. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 27, n. 4, p. 403-410, 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-37722011000400003>. Acesso em: 12 abr. 2025.

CORBAL, Betyna Saldanha. **Síndrome de Burnout: síndrome do esgotamento profissional**. Câmara Legislativa: Previdência Social, 2014. Disponível em: <https://www2.camara.leg.br/atividade-legislativa/comissoes/comissoes-permanentes/cssf/apresentacoes-em-eventos/eventos-2015/APRESENTAOMBETYNASndromedeBurnout.pdf>. Acesso em: 12 abr. 2025.

DA SILVA, Jefferson Rodrigues. Síndrome de Burnout em professores brasileiros. **Póiesis Pedagógica**, Catalão, v. 18, e65418, 2020. DOI: <http://10.5216/rppoi.v18.65418>. Acesso em: 12 abr. 2025.

DA SILVA, Quenia Lanusse; MENEZES, Thiago Felix de Almeida; CASSUNDÉ, Fernanda Roda de Souza Araújo. Esgotamento psicológico no trabalho: uma análise sob a ótica da Síndrome de Burnout em professores do ensino fundamental. **Id on Line Multidisciplinary and Psychology Journal**, v. 10, n. 29, 2016. Disponível em: <http://idonline.emnuvens.com.br/id>. Acesso em: 12 abr. 2025.

DE SOUZA, Maira Cazeto Lopes; CARBALLO, Fábio Peron; DE LUCCA, Sérgio Roberto. Fatores psicossociais e Síndrome de Burnout em professores da educação básica. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 27, 2023. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/2175-35392023-235165>. Acesso em: 12 abr. 2025.

GOMES, Ana Paula Rodrigues; QUINTÃO, Sônia dos Reis. Burnout, satisfação com a vida, depressão e carga horária em professores. **Análise Psicológica**, Lisboa, v. 29, n. 2, p. 335-344, 2011. Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA). Disponível em: <http://hdl.handle.net/10400.12/6479>. Acesso em: 12 abr. 2025.

MOREIRA, Kéllen Campos Castro; MAGALHÃES, Nilva Rosa da Silva; ARAUJO, Mariselenia Martins Silva de. Dimensões associadas à Síndrome de Burnout em professores: uma análise crítica. **Revista UNINGÁ**, v. 35, 2020. DOI: <https://doi.org/10.46311/2178-2571.35.eRUR3220>. Acesso em: 12 abr. 2025.

OLIVEIRA, Talita Paloma de; LUCENA, André Duarte. **Carga mental de trabalho e qualidade de sono de professores do ensino básico: um estudo de caso**. 2024. Trabalho de Conclusão de Curso (Grado em Engenharia de Produção) - Universidade Federal Rural do Semi-Árido, Centro de Engenharias, Departamento de Engenharia e Ciências Ambientais, Governador Dix-Sept Rosado, RN, 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Carta de Ottawa**: Primeira Conferência Internacional sobre Promoção da Saúde. Ottawa, Canadá, nov. 1986. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/carta_ottawa.pdf. Acesso em: 12 abr. 2025.

SILVA, Jefferson Peixoto da; FISCHER, Frida Maria. O desafio da promoção da saúde dos Professores. In: Lima *et al.* (Org.). **Seminários trabalho e saúde dos professores: precarização adoecimento e caminhos a mudança**. São Paulo: Fundacentro, 2023.

SILVA, Scheila Maria Ferreira; OLIVEIRA, Áurea de Fátima. Burnout em professores universitários do ensino particular. **Psicologia Escolar e Educacional**, São Paulo, v. 23, e187785, 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/2175-35392019017785>. Acesso em: 12 abr. 2025.