



FACULDADE DE EDUCAÇÃO E MEIO AMBIENTE

KAREN CRISTINE DIAS PERES

**TRABALHO, DOCÊNCIA, E SÍNDROME DE *BURNOUT*: Revisão de literatura
sobre os efeitos da rotina de trabalho na saúde mental dos docentes**

ARIQUEMES - RO

2020

KAREN CRISTINE DIAS PERES

**TRABALHO, DOCÊNCIA, E SÍNDROME DE *BURNOUT*: Revisão de literatura
sobre os efeitos da rotina de trabalho na saúde mental dos docentes**

Trabalho de Conclusão de Curso para a
obtenção do Grau de Bacharel em
Psicologia apresentado à Faculdade de
Educação e Meio Ambiente – FAEMA.

Orientador: Prof. Esp. Kátiuscia Carvalho
de Santana

ARIQUEMES - RO

2020

FICHA CATALOGRÁFICA
Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Biblioteca Júlio Bordignon – FAEMA

P437t PERES, Karen Cristine Dias.

Trabalho, docência, e Síndrome de Burnout: revisão de literatura sobre os efeitos da rotina de trabalho na saúde mental dos docentes. / por Karen Cristine Dias Peres. Ariquemes: FAEMA, 2020.

35 p.

TCC (Graduação) - Bacharelado em Psicologia - Faculdade de Educação e Meio Ambiente - FAEMA.

Orientador (a): Profa. Esp. Katiúscia Carvalho de Santana.

1. Trabalho. 2. Docência. 3. Saúde mental de docentes. 4. Síndrome de Burnout. 5. Docência no Brasil. I Santana, Katiúscia Carvalho de. II. Título. III. FAEMA.

CDD:150

Bibliotecária Responsável
Herta Maria de Açucena do N. Soeiro
CRB 1114/11

KAREN CRISTINE DIAS PERES

**TRABALHO, DOCÊNCIA, E SÍNDROME DE *BURNOUT*: Revisão de literatura
sobre os efeitos da rotina de trabalho na saúde mental dos docentes**

Trabalho de Conclusão de Curso para a
obtenção do Grau de Bacharel em
Psicologia apresentado à Faculdade de
Educação e Meio Ambiente – FAEMA.

Banca Examinadora

Prof. Esp. Katiúscia Carvalho de Santana
Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA

Prof. Ms. Yesica Nunez Pumariega
Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA

Prof. Ms. Natalí Máximo dos Reis
Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA

ARIQUEMES – RO

2020

Dedico este trabalho aos meus pais, os responsáveis pela conquista desta formação. Obrigada por investirem em mim!

AGRADECIMENTOS

Gratidão, em primeiro lugar, àquele que me capacita e que me coloca onde estou, que sabe de todas as coisas e tudo vê. A Ele toda glória, eternamente, amém.

Sou grata à minha família, pela paciência, compreensão, apoio e carinho nestes anos de graduação. Obrigada por me ensinarem a acreditar que sou forte e capaz, por sonharmos juntos, e por acreditarem no potencial da educação para as nossas vidas.

Aos meus professores, por todo empenho em ensinar, pela inspiração do ser psicólogo, e pela atitude nobre de compartilhar o conhecimento, o meu muito obrigada! A admiração pelos vossos trabalhos é o maior sentimento que levarei em minhas memórias.

E por fim, mas com destaque, agradeço às minhas amigas e amigos. Tenho o privilégio de tê-los em grande quantidade e qualidade. Sem vocês, a luta por um futuro melhor seria dura e cruel, no entanto fora bonita, divertida, recompensadora e recheada de boas trocas. Desejo toda sorte de bênçãos e sucesso a vocês.

*“Se, porém, algum de vós
necessita de sabedoria, peça-a
a Deus, que a todos dá
liberalmente e nada lhes
impropera; e ser-lhe-á
concedida”.*

Tiago 1.5

RESUMO

Este trabalho se configura em uma revisão de literatura narrativa e apresenta estudos realizados acerca da saúde dos profissionais da educação, atuantes nos ensinos fundamentais, médios e superiores da Brasil, tanto em instituições públicas quanto privadas. Objetiva-se discutir os efeitos da rotina de trabalho na saúde mental dos docentes, evidenciar as causas e as características da síndrome de *Burnout*, apresentar a psicodinâmica do trabalho como meio de compreensão do sofrimento psíquico no ambiente de trabalho e discutir a docência e seus desafios no Brasil. Para tanto foi utilizado um total de 30 materiais bibliográficos, entre artigos científicos, livros, vídeos e trabalhos de conclusão de curso, os quais datam entre os anos de 1996 e 2019. O trabalho é uma categoria central do desenvolvimento da sociedade e do indivíduo. Os estudos permitem compreender que a saúde mental pode ser afetada positivamente ou negativamente em razão da rotina de trabalho e das características deste ambiente, e que diversos fatores característicos da rotina de trabalho de professores contribuem para o desencadeamento da síndrome de *Burnout*.

Palavras-chave: Trabalho. Docência. Saúde mental de docentes. Síndrome de *Burnout*.

ABSTRACT

This work is configured in a review of narrative literature and presents studies carried out on the health of education professionals, working in basic, middle and higher education in Brazil, both in public and private institutions. The objective is to discuss the effects of routine work on the mental health of teachers, highlight the causes and characteristics of Burnout syndrome, present the psychodynamics of work as a means of understanding psychological suffering in the workplace and discuss teaching and its challenges in Brazil. To this end, a total of 30 bibliographic materials were used, including scientific articles, books, videos and conclusion papers, which date from 1996 to 2019. Work is a central category for the development of society and the individual. Studies allow us to understand that mental health can be affected positively or negatively due to the work routine and the characteristics of this environment, and that several factors characteristic of the teachers' work routine contribute to the triggering of the Burnout syndrome.

Keywords: Work. Teaching. Teachers' mental health. Burnout syndrome.

LISTA DE SIGLAS

OCT	Organização Científica do Trabalho
OMS	Organização Mundial da Saúde
CID	Classificação Internacional de Doenças
SB	Síndrome de <i>Burnout</i>
MBI	<i>Maslach Burnout inventory</i>

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	10
1.1 OBJETIVO GERAL	11
1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	12
1.3 METODOLOGIA	12
2 SOBRE A SÍNDROME DE <i>BURNOUT</i>.....	13
2.1 BREVE HISTÓRIA E DEFINIÇÃO	13
2.2 CAUSAS E SINTOMAS	14
3 O AMBIENTE DE TRABALHO.....	17
3.1 PSICODINÂMICA E PSICOPATOLOGIA DO TRABALHO.....	17
4 PROFISSÃO DOCENTE.....	21
4.1 UMA REALIDADE DESAFIADORA	21
4.2 DOS IMPACTOS NEGATIVOS SOBRE A SAÚDE.....	22
4.3 OUTRAS IMPLICAÇÕES DOS AMBIENTES DE ENSINO.....	25
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	27
REFERÊNCIAS.....	29
ANEXOS	33

1 INTRODUÇÃO

Sabe-se que o trabalho é fonte de satisfação e de realização pessoal. No entanto, ao mesmo tempo, esta parte da vida dos indivíduos também pode trazer frequentes frustrações e ansiedades, comprometendo o desempenho e a saúde dos indivíduos. Kawamura (2015) fala que “o trabalho, muitas vezes não importando sua condição, ainda tende a ser encarado (não apenas pelo senso comum) como uma atividade acima de qualquer suspeita” (p.8), e que ainda existe uma tendência a culpabilizar unicamente o homem pelas condições de sua saúde, e de que somente se deve adaptar os indivíduos ao trabalho, e o contrário poucas vezes acontece.

A Psicologia é ciência que possui objetivo específico, possui métodos e técnicas também específicas, linguagem rigorosa, e seus processos acumulam conhecimento, e, assim, se diferencia do senso comum (BOCK; FURTADO; TEIXEIRA, 2001). Para ir na direção contrária à visão comum das relações do homem com o trabalho, a Psicologia, em seus campos de estudo da psicodinâmica e psicopatologia do trabalho, vem tratar das consequências do mesmo sobre a saúde mental, analisando as relações entre o ambiente profissional e a vida psíquica.

Mesmo enquanto aluno é possível observar, no decorrer da vida escolar, como é complexa e exigente a atuação na carreira docente. O professor lida diariamente com indivíduos carregados de diversas demandas, e é responsável por levar conhecimento, além de garantir que cada pessoa, em sua singularidade, formação cultural e desenvolvimento físico, seja capaz de aprender e pôr em prática os conceitos trazidos à sala de aula, da maneira mais igualitária possível.

A docência é trabalho nobre, que, em termos de proporção, é exercido por uma minoria. É uma área repleta de muitos desafios e dificuldades cotidianas, estas que geram o cansaço físico e mental, causam estresse e podem desencadear patologias na saúde dos profissionais. Ao falar sobre o ambiente educacional e a saúde do trabalhador, pensa-se em como a saúde mental poderia ser afetada em decorrência da rotina de trabalho.

A síndrome de *Burnout* pode ser desencadeada a partir de altos níveis de esgotamento físico e mental, ocorridos em resposta aos estressores crônicos presentes no ambiente de trabalho. No Brasil, no ano de 2001, foi reconhecida pelo Ministério da Saúde como transtorno relacionado ao trabalho.

Um indivíduo acometido por tal patologia é levado à exaustão emocional, à despersonalização e à baixa realização profissional. As consequências deste mal se apresentam tanto no âmbito profissional, quanto familiar e social. É frequentemente desenvolvida por professores, visto que o ambiente escolar tem se tornado um conjunto complexo de agravantes à saúde psíquica.

Compreendendo a dimensão desta realidade, fica expresso neste trabalho o interesse pelo assunto e a intenção de que seja evidenciada a importância em se falar sobre a saúde mental daqueles que dedicam seus dias e seus anos ao próximo, ao conhecimento, à formação de excelentes profissionais e à construção de uma sociedade mais forte, crítica, autônoma e capaz.

A educação desde sempre abriu portas para o desenvolvimento, derrubou muros da ignorância e construiu fortalezas do saber. Este é um dos pilares de sustentação de uma sociedade e necessita de constante investimentos, esforços e reconhecimento. Portanto, este direito do cidadão só é efetivo por conta da disponibilidade e dedicação dos nossos docentes, ao escolherem esta profissão que é tão necessária para a vida.

A garantia de apoio à saúde destes profissionais, em tudo o que envolve o seu conceito, deve ser primordial. Admiração, gozo, e muito respeito são expressos aqui, neste modesto Trabalho de Conclusão de Curso. Espera-se que um dia o profissional da educação tenha todo o reconhecimento social que merece.

Pesquisas mostraram a crescente discussão sobre o estresse que acomete profissionais da área da educação, mais precisamente os docentes, e comprovam que a rotina de trabalho por vezes traz prejuízos para a saúde do professor. Esta pesquisa evidencia o fato de que este ambiente de trabalho possui características desgastantes, que afetam diretamente as funções psicológicas de um indivíduo.

1.1 OBJETIVO GERAL

Discutir os efeitos da rotina de trabalho na saúde mental dos docentes.

1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Evidenciar as causas e as características da síndrome de *Burnout*;
- Apresentar a psicodinâmica do trabalho como meio de compreensão do sofrimento psíquico no ambiente de trabalho;
- Discutir a docência e seus desafios no Brasil.

1.3 METODOLOGIA

Para que os objetivos listados pudessem ser alcançados, optou-se por fazer a pesquisa no modelo de revisão de literatura narrativa. Mantellini e Gonçalves (2009, apud Vieira e Saad-Hossne, 2002) explicam que a metodologia da revisão de literatura “compreende o longo processo que resulta na organização de recortes aprofundados da literatura especializada sobre determinado tema, permitindo visão abrangente de achados relevantes (p.5).

Inicialmente foram selecionados aproximadamente 70 materiais, e posteriormente utilizados 30, entre artigos científicos, livros, vídeos e trabalhos de conclusão de curso, os quais foram pesquisados nas bases de dados Google Acadêmico, Scielo, BVS Psi, Revistas Científicas, Classificação Internacional de Doenças, Leis trabalhistas do Brasil, Diretrizes e Bases da educação nacional, e plataforma de vídeos YouTube.

Foram utilizados artigos científicos que apresentassem pesquisas a respeito da realidade do docência no Brasil e a maneira como a rotina de trabalho do professor pode vir a afetar sua saúde, sendo o profissional da área de educação infantil, ensino médio ou superior, de instituições públicas ou privadas. As literaturas consultadas datam entre 1996 a 2019. Os descritores utilizados para a busca dos materiais foram trabalho, docência, saúde mental de docentes e síndrome de *Burnout*.

2 SOBRE A SÍNDROME DE *BURNOUT*

2.1 BREVE HISTÓRIA E DEFINIÇÃO

O termo “*Burnout*” vem do verbo inglês “*to burn out*”, que na tradução para o português significa queimar, queimar para fora, ou esgotamento. Foi o psicanalista de origem alemã Herbert J. Freudenberger, que na década de 70, nos Estados Unidos, realizou os primeiros estudos sobre a SB. Ele trabalhava como voluntário em clínicas que atendiam gratuitamente, juntamente com outros profissionais voluntários (médicos, enfermeiros e psicólogos), e observando seus colegas de trabalho notou neles esgotamento emocional, alterações no humor e baixa na motivação. As funções e os esforços exercidas nas clínicas gratuitas tinham pouco reconhecimento e exigiam grande dedicação dos voluntários. Apenas em 1974, e pela primeira vez, Freudenberger atribuiu o nome de síndrome de *Burnout* aos sintomas que observava (ALVES, 2017).

Inicialmente a SB foi caracterizada pelos sintomas de exaustão, desilusão e isolamento, causados pelo desgaste de energia e de recursos, e entre 1975 e 1977 acrescentou-se a “fadiga, depressão, irritabilidade, aborrecimento, sobrecarga de trabalho, rigidez e inflexibilidade” (MASLACH; SCHAUFELI; LEITER, 2001, apud ALVES, 2017). A partir do ano de 1976 a SB passou a ser estudada cientificamente, no que foram desenvolvidos modelos teóricos e de instrumentos que registravam e mediam tais sentimentos/comportamentos (ALVES, 2017).

Após os estudos originados por Freudenberger, a psicóloga social norte-americana Christina Maslach, observando que na SB havia também o comportamento de distanciamento social, acrescentou para a síndrome o aspecto social, pois o distanciamento seria uma resposta aos estressores do ambiente de trabalho. Em 1978 ela cria o *Maslach Burnout inventory (MBI)*, o que se tornou a principal escala de medida para os sintomas da SB. Hoje, a síndrome de *Burnout* tem uma perspectiva social-psicológica, graças às contribuições de Maslach (ALVES, 2017).

No Brasil, com o Decreto nº 3.048 de 06 de maio de 1999, que regulamentou a Previdência Social, a síndrome de *Burnout* foi reconhecida como transtorno relacionado ao trabalho. (MS; OPAS, 2001). Em 2018 a Organização Mundial da Saúde (OMS) classificou o *Burnout* como um fenômeno ocupacional, especificamente como um fator que influencia o estado de saúde. Definiu-se que a síndrome é aquilo

que pode ser desenvolvido por conta da vivência do estresse de forma crônica no ambiente profissional, sem que o indivíduo consiga remanejá-lo, acarretando em diversos acidentes de trabalho, afastamentos e abusos de substâncias. Esta definição sobre a síndrome também passará a constar versão 11 da Classificação Internacional de Doenças (CID) (OPAS; OMS, 2019).

2.2 CAUSAS E SINTOMAS

Sabe-se que a síndrome de *Burnout* é caracterizada pelo esgotamento, advindo da realização frequente de alguma atividade, que comumente é o trabalho (pelo trabalho e por causa do trabalho), e que ela acarreta em consequências negativas ao âmbito familiar, profissional e social. Tal esgotamento ocorre em resposta aos estressores crônicos que estão presentes cotidianamente no ambiente de trabalho.

Compõe-se de três dimensões, sendo elas a exaustão emocional, a despersonalização e a baixa realização profissional. A primeira dimensão está relacionada aos recursos físicos e psíquicos que sofrem esgotamento, por conta do desgaste emocional, o que resulta em falta de energia e entusiasmo referentes ao trabalho. A segunda significa o distanciamento interpessoal e diminuição do envolvimento emocional no trabalho, bem como o surgimento de um comportamento desumanizado em relação a clientes e colegas. Por último, a baixa realização pessoal no trabalho, que vem a gerar uma autoavaliação negativa, baixa produtividade laboral, e sentimentos de ineficácia e incompetência (KOGA, et al. 2015).

Quando o desempenho profissional de um indivíduo depende da avaliação de outras pessoas isto se torna um fator contribuinte para o desenvolvimento da SB. As pessoas atingidas pela síndrome geralmente são caracterizadas por ligarem a sua autoestima, realização e bem-estar diretamente ao sucesso no trabalho, o que ao longo do tempo se torna uma obstinação e vai deteriorando todas as áreas da vida da pessoa. (KOGA, et al. 2015).

É indispensável ressaltar que o *Burnout* se apresenta em vários níveis, crescentes, que são formas de compreender a presença da síndrome. O primeiro nível, ou sintoma, é a hiper dedicação e o imediatismo ao trabalho, onde este se torna prioridade em tudo, e o indivíduo muitas vezes pega para si várias tarefas ao mesmo tempo. O segundo se caracteriza pelo descaso/negligência do próprio indivíduo para com suas necessidades básicas (comer, dormir, sair com amigos). No terceiro nível a

pessoa apresenta baixa tolerância a conflitos laborais, sintomas físicos como insônia, dores, constipação, diarreias, etc., e neste momento é possível ocorrer uma autopercepção de que algo está errado (REGENERATI NEUROLOGIA, 2019).

Já no quarto o nível ocorre a inversão de muitos valores. Aquilo que antes era importante (família, amigos, lazer) passa a ser visto como algo menos importante ou fútil, e a autoestima se resume somente ao trabalho. Na quinta fase o indivíduo se utiliza da negação frente aos problemas, ou seja, nega que algo esteja errado consigo. O cinismo e a aversão às demais pessoas e seus progressos também se apresentam nesta fase. No sexto nível a pessoa se comporta com fugas, evasões, às suas obrigações no trabalho, não se sente bem quando precisa desenvolver as atividades, e prefere adotar outros meios para trabalhar (REGENERATI NEUROLOGIA, 2019).

A sétima fase é caracterizada pelo sintoma da despersonalização, quando o indivíduo não reconhece mais a si mesmo e até às suas falas e atitudes. O oitavo nível traz uma tristeza profunda, desprazer e desesperança, principalmente em relação às coisas do trabalho. No nono nível apresenta-se o colapso físico e mental, as capacidades físicas e mentais ficam debilitadas, e, por fim, no décimo nível instala-se o estado de urgência, alto esgotamento, com possível necessidade de internação hospitalar e um tratamento psiquiátrico (REGENERATI NEUROLOGIA, 2019).

Entre os jovens e os adultos é possível perceber sinais de sofrimento psíquico como o isolamento social, a queda do desempenho acadêmico ou de trabalho, queixas a respeito de angústias e insatisfações. Há casos em que o indivíduo chega a verbalizar uma sensação de sofrimento como o desespero, a falta de esperança, o medo, a tristeza, e entre outros sentimentos. Em todos os casos, para que o processo de tratamento ou cura de um problema relacionado à saúde mental se inicie, o indivíduo precisa aceitar que está em tal situação, reconhecendo seu estado emocional e a necessidade de buscar ajuda profissional (ADNET, 2017).

Andrade e Cardoso (2012), em revisão bibliográfica sobre a síndrome de *Burnout*, relembram o dizer da Organização Mundial da Saúde (OMS) a respeito do estresse, caracterizando-o como epidemia global. Estar vulnerável ao estresse e não satisfeito com o trabalho, em conjunto com a fadiga crônica e a ansiedade, faz com que a probabilidade de o indivíduo desenvolver problemas de comportamento aumente. O desenvolvimento da síndrome de *Burnout* está diretamente relacionado com os altos níveis de estresse e o ambiente de trabalho.

É comum que a SB se instale na saúde do indivíduo ao longo de anos, e na maioria das vezes ela está relacionada à rotina de trabalho. Recorrentemente, esta síndrome tem atingido principalmente professores, médicos, policiais e bombeiros, visto que trata-se de profissões em que há altos níveis de pressão, estresse e contratempos. O ambiente de trabalho que possui características como as citadas ao longo destes textos, não somente pode levar ao surgimento da síndrome em questão, como também pode desencadear depressão, fobias em relação ao trabalho, baixa-autoestima, medo, desmotivação, dentre outras comorbidades. (ADNET, 2017).

3 O AMBIENTE DE TRABALHO

3.1 PSICODINÂMICA E PSICOPATOLOGIA DO TRABALHO

A Psicologia é um campo de conhecimento científico que estuda o comportamento humano, os processos conscientes e inconscientes, a personalidade e a subjetividade, entendendo também que o homem é fruto do meio, e, portanto, recebe influências do ambiente em que vive (BOCK; FURTADO; TEIXEIRA, 2001). Logo, levando em consideração este fato, compreende-se que a saúde mental é uma área por vezes afetada de forma positiva ou negativa em consequência às relações/influências do homem com os ambientes em que vive.

Existe uma grande área dentro da Psicologia que é responsável pelo estudo das interações sociais, denominada Psicologia Social. São objetos de estudo dessa área a “interação social, a interdependência entre os indivíduos, e o encontro social” (BOCK; FURTADO; TEIXEIRA, 2001, p.135). Este campo de estudo, bem como esta forma de observar e entender as manifestações do ser humano, é utilizada na compreensão dos processos de saúde-doença em ambientes como, por exemplo, o trabalho.

O trabalho é uma categoria central do desenvolvimento da sociedade e do indivíduo. O campo mais específico de estudo da Psicologia que analisa os efeitos da experiência do trabalho para a saúde mental do trabalhador denomina-se Psicologia Organizacional e do Trabalho, o qual exerce a ciência psicológica com o objetivo de compreender a psicodinâmica do trabalho para cada pessoa, ou seja, a maneira como as pessoas se relacionam com o trabalho e o modo como este afeta ou pode afetar a saúde mental dos indivíduos (ROTHMANN, 2017).

As experiências que os seres humanos vivenciam em suas rotinas de trabalho são sempre subjetivas, ou seja, é singular, desenvolvida com um significado diferente para cada pessoa. Esta relação que se tem com o trabalho tem um papel importante para a saúde, de modo que ela pode colaborar ou não com as descompensações psiquiátricas e psicossomáticas que um indivíduo pode vir a ter (PAPARELLI; SATO; OLIVEIRA, 2011).

Não somente a Psicologia, mas outras áreas da ciência como a sociologia, a antropologia e a economia, entendem que o trabalho tem seu lugar de destaque no funcionamento psíquico, na construção da identidade e no funcionamento da

sociedade (DEJOURS, 2017). Isto quer dizer que por meio do trabalho o homem produz o sustento para a sua própria existência, constrói para si uma imagem/identidade profissional que irá diferenciá-lo na sociedade, e exerce um papel social relacionado à sua função que muitas vezes se torna a sua identidade pessoal em todos os momentos da vida (BERNARDO, et al, 2011).

A psicodinâmica do trabalho consiste em um estudo teórico e prático sobre as relações de trabalho, e compreende o sofrimento e as patologias mentais relacionadas a ele, e também as situações vivenciadas e os alcances positivos proporcionados pelo trabalho que são fontes de prazer para os indivíduos (LOUZADA; OLIVEIRA, 2013).

Dejours (2017) entende que para identificar a conduta de um indivíduo como normal ou patológica, como base na psicodinâmica de determinado ambiente de trabalho, o profissional clínico precisa dispor do método compreensivo, que consiste em oferecer uma escuta de qualidade, abstendo-se de qualquer juízo e pressuposições para se atentar à palavra do trabalhador, pois “somente o sujeito, individualmente, ou os trabalhadores, coletivamente, podem nos dar a direção certa a seguir para a interpretação” (p. 30). O autor ainda disserta sobre as estratégias defensivas que o aparelho psíquico desenvolve para resistir à organização do trabalho. Estas se configuram como pensamentos, comportamentos ou até mesmo doenças. No que ressalta,

Existe, assim, uma série de estratégias coletivas de defesa, sempre específicas da situação de trabalho. Podemos mostrar, se nos aprofundarmos mais, que o sofrimento, do qual as estratégias defensivas tentam assumir o controle mental, está sempre intimamente ligado às exigências organizacionais do trabalho. Em outras palavras, todo o campo da saúde mental no trabalho remete à organização do trabalho, enquanto a saúde física remete, sobretudo, às condições de trabalho (DEJOURS, 2017, p.33).

As teorias de Christophe Dejours trazem muitas contribuições acerca do mundo do trabalho e sua relação com a saúde mental, principalmente quando o autor destaca sobre as estratégias defensivas que os trabalhadores podem desenvolver, individualmente ou coletivamente, para que a mente e o corpo consigam lidar com a organização do trabalho. Essas estratégias se configuram na esfera psíquica e comportamental, indo desde pensamentos, justificações ou motivações, até comportamentos de fuga e esquiva (DEJOURS, 2017). Também é pontuado que estas estratégias “não funcionam apenas no local de trabalho” (p.39), pois ao deixar seu local de trabalho, o indivíduo não pode deixar de ser quem ele é, e assim, com sua

organização mental afetada pelo sofrimento, também atinge a relação familiar, a qual passa a ser “colonizada pelas relações de trabalho” (p.40).

Sendo assim, é necessário atentar-se para o fato de que o trabalho é sim uma parte importante para o desenvolvimento e realização pessoal e para a construção da sociedade, mas também é fonte de agravamentos para a saúde de um modo geral. E com um foco voltado para a saúde psíquica, nota-se o desenvolvimento de psicopatologias neste ambiente que é repleto de exigências e estresse, sendo a síndrome de *Burnout* uma das mais graves entre elas (BERNARDO, et al, 2011).

Os estudos da psicopatologia do trabalho colocam em evidência os comportamentos humanos. No entanto, Dejours (2015) em um estudo a respeito deste tema explica o campo não comportamental do indivíduo no ambiente de trabalho, no que seriam as relações de dominação da vida mental por parte da organização, e a ocultação dos desejos do indivíduo, na busca a localizar os processos que anulam os comportamentos livres, o que ocorre de modo silencioso, desconhecido até pelo próprio indivíduo que sofre.

Para Dejours (2015) esta área deve estudar exatamente “o que acontece com a vida psíquica do trabalhador desprovido de sua atividade intelectual pela organização científica do trabalho” (p.54). Pontua que existem consequências da Organização Científica do Trabalho (OCT) sobre o aparelho mental, e quando ignoradas pelo indivíduo elas se mostram no funcionamento físico. Isto corrobora com o entendimento acerca das doenças psicossomáticas.

É um ponto que muito se aborda em psicopatologia do trabalho, os efeitos da OCT sobre o indivíduo, mesmo quando este termina sua carga horária de serviço, pois em relação ao número de trabalhadores existentes, são poucos os que conseguem utilizar seu tempo livre de modo a aliviar os estresses do dia a dia. Um desses efeitos, também característico da síndrome que será abordada a diante, é a despersonalização, a sensação de estar desconectado de si mesmo, do próprio corpo e dos processos mentais (ABONIZIO, 2012). Dejours (2015) fala que o homem não pode ser dividido e assim é inteiramente condicionado à produção, de modo que seu tempo continua contaminado fora do trabalho, e que “despersonalizado no trabalho, ele permanecerá despersonalizado em sua casa” (p.57).

Os agravamentos à saúde mental advindos da rotina de trabalho ocorrem por diversos fatores e situações. A forma de organização do ambiente e as políticas de gerenciamento muitas vezes não consideram os limites dos trabalhadores, sejam

limites físicos ou mentais, e esta é uma imposição que anula a subjetividade do sujeito, onde o objetivo da instituição é simplesmente atingir metas e não prejudicar a produção (SELIGMANN-SILVA, et al, 2010).

Em se tratando dos ambientes de ensino e da profissão de docente, basta um olhar atento para perceber características propícias para o desenvolvimento de problemas como a síndrome do pânico, estresse, desmotivação, insatisfação, sofrimento psíquico, síndrome de *Burnout*, entre outros. Esta é uma profissão naturalmente estressante, pois além do modo de organização do trabalho e das exigências institucionais, o professor por vezes precisa lidar com situações adversas, relacionadas às realidades de vida dos alunos, para as quais não foi e não se sente capacitado a intervir (COSTA; BARBOSA; CARRARO, 2014).

4 PROFISSÃO DOCENTE

4.1 UMA REALIDADE DESAFIADORA

O exercício da docência no Brasil é algo desafiador, tanto para aqueles que atuam no nível fundamental, quanto no nível médio ou superior. Ainda hoje existem muitas dificuldades relacionadas à formação inicial e permanente do professor, às condições de trabalho e ao salário que estes profissionais recebem. Estes três grandes pontos dentro da educação caracterizam um cenário de desafios que o professor precisa vencer diariamente em prol do aprendizado de seus alunos (Pílulas do empreendedorismo, 2015).

Um dos pontos que mais se destaca nesta realidade é a qualidade da formação que inicialmente é oferecida para o indivíduo que se tornará professor. No início da carreira é comum que os professores se sintam despreparados em termos de conhecimento teórico e prático para planejar as aulas, elaborar metodologias e usar ferramentas que atendam às necessidades de todas as crianças presentes em sala (HUBERT; FERNANDES; GOETTEMS, 2015).

Além do conhecimento que o professor precisa dominar a respeito dos conteúdos específicos da sua área de formação, ele também necessita de preparo para lidar com situações que envolvam questões sobre discriminações étnico-raciais e de gênero, inclusão, e transtornos ou dificuldades de aprendizagem, por exemplo. Dessa maneira, exige-se que na prática o professor cumpra um papel de ensinar conteúdos específicos de maneira eficaz, colaborar com a construção do pensamento crítico e da reflexão, e ainda formar sujeitos que tenham consciência do seu papel como cidadãos (HUBERT; FERNANDES; GOETTEMS, 2015).

A questão da infraestrutura das escolas e de toda a rede de ensino também provoca impactos negativos ao trabalho do professor e, conseqüentemente, no aprendizado dos alunos. Existem ainda muitos desafios a serem vencidos quanto a este ponto da educação no Brasil. Apesar do grau de exigência em conhecimento e dinamismo dispensado ao profissional da educação, dos desafios que o mesmo tem de enfrentar, da responsabilidade imposta a ele e da importância de seu trabalho, o reconhecimento a estes profissionais continua sendo insuficiente, a começar pelos baixos salários que estes recebem (Pílulas do empreendedorismo, 2015).

As diretrizes e bases da educação nacional, quando ainda lei nº 9.394/96, já apresentavam exigências aos profissionais da educação, pressupondo maior responsabilização dos trabalhadores, trabalho coletivo e cooperativo, capacidade para solucionar problemas in loco, reflexão sobre a realidade, demandando maior autonomia. Além disso, demonstrou que no plano legal o trabalho docente abrange as relações externas, ou seja, com a comunidade, gestores, participação nos conselhos e no planejamento pedagógico (ASSUNÇÃO; OLIVEIRA, 2009). A alteração da lei nº 9.394/96 pela lei nº 10.639/2003 trouxe em si mais uma exigência à educação, a obrigação da temática “História e Cultura Afro-Brasileira” no currículo oficial.

Assunção e Oliveira (2009) relatam que, com a complexidade das demandas legalmente exigidas, também as atividades docentes se tornam complexas. O despreparo diante de situações diversas é parte da realidade. Os contextos educacionais mais carentes recebem um número maior de demandas, estas que são diretamente passadas aos docentes. As políticas mais recentes trazem novas demandas, e exigem que o professor desenvolva novas competências para o exercício das atividades. Com isso, espera-se preparo, motivação e formação do professor, a fim de que ele desenvolva plenamente a profissão e tenha domínio da sala de aula, bem como para gerenciar as demandas tão diversificadas e urgentes. Esta é uma intensificação do trabalho, que exige produzir muito, em tempo menor. Este processo intensificador degrada a produção do serviço.

4.2 DOS IMPACTOS NEGATIVOS SOBRE A SAÚDE

Nos cenários profissionais onde a organização ocorre sob pressão, falta de tempo, número reduzido de colaboradores, pouca formação e preparo, e escassez de recursos, é comum a manifestação de estados de estresse, fadiga, exaustão, e baixa tolerância a pequenos conflitos. Estas condições são favoráveis ao adoecimento de um indivíduo, sobretudo ao adoecimento mental, além de serem prejudiciais à qualidade da educação. Assunção e Oliveira (2009, p. 366) ressaltam que:

[...] o sofrimento no trabalho, associado ao adoecimento em estudos específicos, está sempre ligado a um conflito entre a vontade de bem fazer o seu trabalho, de acordo com as novas regras implícitas da profissão, e a pressão que os leva a certas regras para aumentar a sua produtividade.

Os desafios desta profissão não estão presentes somente nos ambientes públicos. Algumas pesquisas vêm para desmistificar os pensamentos de que somente os ensinos públicos possuem características que afetam negativamente a saúde mental dos indivíduos. Em um estudo transversal com 221 professores de nove cursos da área de saúde, em uma instituição privada de ensino superior do norte de Minas Gerais, em que a variável dependente foi a presença de transtornos mentais comuns, os pesquisadores observaram transtornos mentais comuns em 19,5% dos docentes. Destes, aproximadamente a metade do total era do sexo feminino e tinham entre 36 e 70 anos de idade. 68,2% dos professores tinham carga horária de no máximo 20 horas semanais. Vê-se que as interações estabelecidas entre os trabalhadores e as suas condições de trabalho, em instituições privadas de ensino superior, podem comprometer a saúde tanto quanto em instituições públicas, seja no ensino infantil ou adulto (FERREIRA, et al. 2015).

Pesquisadores verificaram que uma parcela considerável de docentes estava sofrendo psiquicamente, e realizaram um estudo com 105 profissionais, para verificar os níveis de ansiedade e depressão entre professores do Ensino Infantil e Fundamental. Constataram que dentre os 105 profissionais questionados, 41,9% dos sujeitos apresentaram nível leve, moderado e grave, de ansiedade, e 30,5% apresentavam nível leve e moderado de depressão. Ao final do estudo, considerando ambas as patologias verificadas, concluíram que em torno de 50% dos docentes participantes apresentaram sintomas que indicam adoecimento mental (COSTA; SILVA, 2019).

Ainda sobre o mesmo estudo, os pesquisadores acreditaram que o atual modelo de organização da escola coloca o professor em constante situação de estresse. Seguindo este raciocínio avaliaram aspectos causadores de alto grau de insatisfação, no que listaram salário, interesse dos pais, interesse dos alunos, materiais oferecidos pela escola para realização das atividades laborais, estrutura física, interação dos professores com alunos e pais, relacionamento interpessoal e diálogo com os gestores (COSTA; SILVA, 2019). Entende-se que o estresse causado pela insatisfação leva ao esgotamento mental, e por consequência ocorre o adoecimento psíquico.

Assunção e Abreu (2019) afirmam que, dentre outras categorias profissionais, os professores apresentam maior vulnerabilidade à ocorrência de afastamentos do trabalho por conta do desenvolvimento de transtornos mentais, além de outras

comorbidades, como por exemplo problemas vocais ou musculoesqueléticos. As inovações dos modelos didático-pedagógicos trazidas pelas reformas educacionais expandiram a atuação das escolas para outras esferas, que obviamente saem da esfera escolar, denominando-se ações extraescolares. Estas ações envolvem a comunicação e a realização de tarefas junto à família, à sociedade, à comunidade e às gerações. Este novo modelo modificou a missão tradicional do professor de apenas ensinar um conteúdo. Ocorre que as inúmeras tarefas escolares aliadas ao tempo que se gasta em prol delas pode limitar ou reduzir o tempo que o indivíduo possui para as atividades da vida extratrabalho. Logo, diminuem-se os períodos destinados para o autocuidado, lazer, atividades culturais e relações com a família e amigos.

Em uma pesquisa com professores da educação básica de diferentes regiões/grupos do Brasil, analisou-se o conceito e a prevalência de pressão laboral para eles, e os fatores associados à ocorrência da mesma. Para a análise dessa questão, fizeram um questionamento central aos docentes, no momento da realização da entrevista, que aconteceu via ligação telefônica. Questionaram se estes indivíduos têm dificuldade para faltar ao trabalho mesmo quando estão com dor ou qualquer outro problema de saúde, e as respostas poderiam ser “sim, não ou não sei”. Assim foi possível verificar se os profissionais se sentiam pressionados para comparecer ao trabalho escolar, mesmo quando a saúde não ia bem (ASSUNÇÃO; ABREU, 2019).

Realizadas 6.510 entrevistas, os dados obtidos foram de que 55% dos professores analisados relataram ter dificuldade para faltar ao trabalho quando acometidos por algum mal/enfermidade. Dentro deste estudo também é possível compreender que algumas variáveis sociodemográficas contribuem significativamente para a percepção de pressão laboral, sendo elas sexo, estado conjugal, escolaridade, ter filhos, e morar em grandes regiões. A prevalência da percepção de pressão laboral foi elevada entre as mulheres, professores com escolaridade superior, aqueles que têm filhos, e os residentes na região Centro-oeste. Isto pode demonstrar que, além da carga de trabalho, há fatores que fazem com que os professores se sintam ainda mais pressionados, sobrecarregados, fadigados e estressados em sua profissão. Outros fatores também associados à percepção de pressão laboral são o fraco apoio social, o ambiente agitado por conta da indisciplina dos alunos, ruídos, autoavaliação de uma saúde fragilizada, e problemas de saúde entendidos como doença ocupacional (ASSUNÇÃO; ABREU, 2019).

O professor é um profissional fundamental para a construção de uma sociedade, logo, a saúde mental é tão importante quanto, para que haja êxito no processo de ensino. O contexto escolar afeta em grande escala o bem-estar do educador. Há fatores psicossociais, estruturais e relacionais que causam o desgaste nesta profissão, os principais resultados do desgaste podem ser pontuados em transtornos psicossomáticos, principalmente a síndrome de *Burnout* e distúrbios da voz. A carga de trabalho, as relações interpessoais e as condições do ambiente escolar são os maiores agentes de enfermidades como essas (LUZ et al. 2019).

O ambiente educacional é complexo, dinâmico, múltiplo e interativo, de modo que o professor precisa acompanhar as mudanças, sendo acessível a elas, encaixando-se nos contextos. A intensificação de atribuições e responsabilidades, somada às exigências do trabalho, levam ao aumento da carga de trabalho, afetando o desempenho profissional. Os fatores causadores de desgaste intervêm no convívio e rotina de trabalho, o que pode resultar em desestabilização da capacidade para o mesmo. Uma das consequências destes fatores para a saúde do professor é a diminuição da aptidão laboral (LUZ et al. 2019).

A respeito dos efeitos do trabalho na saúde mental do docente, há de se mencionar a desvalorização profissional, baixa autoestima, ausência de resultados, origens de estresse, e em destaque, novamente, está a síndrome de *Burnout*, uma doença mais grave, que infelizmente vem ganhando espaço entre os profissionais da educação. A rotina de trabalho não só acarreta problemas psicológicos ou emocionais, mas também afeta a saúde física. As enfermidades mais recorrentes, características de todo o contexto já abordado, são as lesões na fala, expressas na rouquidão, na fadiga vocal e na disfonia, e as dores musculoesqueléticas na região das costas, ombros, pescoço e extremidades. Com o agravamento da saúde do professor, as possíveis consequências que se têm são os afastamentos por longos períodos, a aposentadoria precoce e o abandono da profissão (LUZ et al. 2019).

4.3 OUTRAS IMPLICAÇÕES DOS AMBIENTES DE ENSINO

Costa (2016) fez uma pesquisa com professores universitários a fim de entender a relação entre saúde mental e trabalho e constatou alguns sofrimentos vividos pelos profissionais. De acordo com os participantes da pesquisa, estes sofrimentos eram causados, principalmente, por três grandes categorias de

exigências: o produtivismo acadêmico, que exige do professor a constante elaboração e publicação de artigos/materiais científicos; capacidade de estar em muitos lugares ao mesmo tempo, o que se explica com a quantidade de atividades simultâneas em que o professor precisa colaborar, executar, e com excelência; e os desgastes nas relações interpessoais de trabalho, seja com os alunos, os pais, ou com os colegas da equipe, pois a convivência por vezes e por diversos motivos se torna desagradável.

Estas são situações estressantes, que geram sofrimento no trabalho. o professor se sente bastante cobrado, pressionado, e até mesmo sente que o seu trabalho não está sendo válido porque ele não produz uma pesquisa científica, por exemplo. Outro ponto destacado pelos participantes é a existência de uma cultura de desvalorização do professor e de supervalorização do aluno na universidade, onde a famosa ouvidoria é usada como “guilhotina”, ferramenta de ameaça para o professor, utilizada pelos próprios alunos. É fato que neste ambiente que na maioria das vezes se apresenta hostil, o professor vive momentos de realização, alegria e satisfação, pois ele sabe que exerce um trabalho nobre, necessário, e tem paixão por isto. No entanto, as características negativas deste ambiente profissional acabam ganhando destaque (COSTA, 2016).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A saúde foi conceituada pela OMS como um estado de completo bem-estar físico, mental e social, de modo que não seja apenas a ausência de doenças. Uma mente em estado saudável permite que um indivíduo seja capaz de reconhecer as suas potencialidades, lidar com as adversidades do cotidiano e as situações de estresse normais, realizar atividades produtivas e ainda contribuir com a sua comunidade.

No entanto, estando sob algum tipo de sofrimento, uma pessoa pode ter a sua saúde mental comprometida. Os fatores gatilhos que desencadeiam os problemas mentais são diversos, podendo ser de ordem comum entre os indivíduos ou de ordem subjetiva, sendo assim, as situações do dia a dia podem afetar as pessoas de formas diferentes. Entre os fatores mais comuns que afetam o bem-estar psíquico estão as mudanças de rotina, as situações que exigem alto nível de concentração, empenho e gasto de energia causando o estresse, fatores genéticos, e o uso de substâncias psicotrópicas.

A respeito do cotidiano dos indivíduos no ambiente do trabalho, existem diversos fatores que podem gerar um sofrimento patológico, como o estresse por exemplo. Geralmente dizem respeito ao modo como as tarefas são pensadas e distribuídas, ao ritmo e a duração da jornada de trabalho, às cobranças, à remuneração salarial, e aos relacionamentos interpessoais. Vale ressaltar que existem os tipos de atividades laborais e as intelectuais, e que na maioria das vezes, as atividades intelectuais exigem muito mais do indivíduo. No entanto, a docência é uma profissão cujas atividades são tanto laborais quanto intelectuais.

As conclusões e os resultados das pesquisas científicas consultadas apontam para uma resposta às hipóteses de que as condições sob as quais os docentes exercem sua profissão podem gerar desgaste físico e emocional, e que a síndrome de *Burnout*, causada pela exaustão emocional, pode ser facilmente desenvolvida dentro deste ambiente, pois, a profissão, no que se refere às suas jornadas de trabalho e aos seus contextos subjetivos, é caracterizada por uma constante corrida contra o tempo, por grandes investidas de criatividade e adaptação à realidade, dispensações de tempo e gasto de energia física e mental.

Uma vez que a saúde é um completo bem-estar, cabe ressaltar que o sofrimento psíquico tem consequências sobre a mente, o corpo e a vida do ser

humano, de modo que este pode desenvolver quadros de depressão, ansiedade, fadiga crônica, distúrbios do sono, abuso ou dependência de substâncias tóxicas comuns (álcool e cigarro) ou até de drogas mais pesadas, estresse crônico, e entre outros casos.

O campo da Psicologia do trabalho preocupa-se em compreender a produção do ser humano, afim de promover o bem-estar e a autorrealização no ambiente profissional, além de exercer um olhar crítico construtivo sobre as Organizações, para fins de melhoria das dinâmicas, das relações e dos serviços prestados. Em relação à saúde dos docentes, a Psicologia pode trabalhar promovendo qualidade de vida no trabalho e a prevenção das patologias relacionadas a ele, de modo a evitar os afastamentos, a aposentadoria precoce ou o abandono da profissão.

É necessário refletir sobre as condições de trabalho e a saúde dos profissionais da educação, visto que a função que eles exercem constitui-se como base de todo progresso de uma sociedade. Cuidar da saúde mental dos docentes é garantir educação de qualidade, autonomia dos sujeitos, e um constante progresso social.

REFERÊNCIAS

- ABONIZIO, Gustavo. Precarização do trabalho docente: apontamentos a partir de uma análise bibliográfica. **Revista Eletrônica Lenpes–PIBID de Ciências Sociais-Edição**, n. 1, 2012. Disponível em: <http://www.uel.br/revistas/lenpes-pibid/pages/arquivos/1%20Edicao/1ordf.%20Edicao.%20Artigo%20ABONIZIO%20G.pdf>. Acesso em: 22 de agosto de 2020.
- ALVES, Marcelo Echenique. Síndrome de Burnout. **Psrychiatry on line Brasil. Porto Alegre**, 2017. Disponível em: <https://www.polbr.med.br/ano17/art0917.php>. Acesso em: 02 de setembro de 2020.
- ANDRADE, Patrícia Santos de; CARDOSO, Telma Abdalla de Oliveira. Prazer e dor na docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout. **Saúde e Sociedade**, v. 21, p. 129-140, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/sausoc/2012.v21n1/129-140/>. Acesso em: 17 de agosto de 2019.
- ASSUNÇÃO, Ada Ávila; ABREU, Mery Natali Silva. Pressão laboral, saúde e condições de trabalho dos professores da Educação Básica no Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 35, p. e00169517, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csp/2019.v35suppl1/e00169517/>. Acesso em: 15 de setembro de 2019.
- ASSUNÇÃO, Ada Ávila; OLIVEIRA, Dalila Andrade. Intensificação do trabalho e saúde dos professores. **Educação & Sociedade**, v. 30, n. 107, p. 349-372, 2009. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0101-73302009000200003&script=sci_arttext&tlng=pt. Acesso em: 13 de agosto de 2019.
- BERNARDO, Marcia Hespanhol et al. Ainda sobre a saúde mental do trabalhador. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 36, n. 123, p. 8-11, 2011. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0303-76572011000100002&script=sci_arttext&tlng=pt. Acesso em: 23 de agosto de 2020.
- BOCK, Ana Mercês Bahia; FURTADO, Odair; TEIXEIRA, Maria de Lourdes Trassi. **Psicologias: uma introdução ao estudo de psicologia**. 13. ed. reform. e ampl. São Paulo: Saraiva, 2004.
- Brasil. Ministério da Saúde, Organização Pan-Americana de Saúde. **Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde**. Brasília: Ministério da Saúde; 2001. (Série A. Normas e Manuais Técnicos, 114).
- Brasília. Decreto nº 3048, de 06 de maio de 1999. Aprova o Regulamento da Previdência Social, e dá outras providências. **Presidência da República, Casa Civil, Subchefia para assuntos jurídicos**.
- Brasília. Lei nº 10.639, de 09 de janeiro de 2003. Altera a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, que estabelece as diretrizes e bases da educação nacional, para incluir no currículo oficial da Rede de Ensino a obrigatoriedade da temática “História

e Cultura Afro-Brasileira”, e dá outras providências. **Presidência da República, Casa Civil, Subchefia para assuntos jurídicos.**

Brasília. Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. **Presidência da República, Casa Civil, Subchefia para assuntos jurídicos.**

CID Z73 Síndrome de Burnout, Estafa Mental, Esgotamento no Trabalho, Afastamento do Trabalho. In: Dr Eduardo Adnet, publicado em agosto de 2017. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=GZxRSrzkVYI>. Acesso em: 01 de setembro de 2020.

COSTA, Danielle Loren. **Análise da relação entre saúde mental e trabalho de docentes universitários.** 2016. Dissertação de Mestrado. Brasil. Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/jspui/handle/123456789/21921>. Acesso em: 30 de agosto de 2020.

COSTA, Marlúcia Silva Garcia Antunes; BARBOSA, Nathália Dornelas; CARRARO, Patrícia Rossi. A importância do trabalho do psicólogo escolar aos docentes em escolas públicas. **Revista Eixo**, v. 3, n. 2, 2014. Disponível em: <http://revistaeixo.ifb.edu.br/index.php/RevistaEixo/article/view/146/118>. Acesso em: 23 de agosto de 2020.

DA COSTA, Rodney Querino Ferreira; DA SILVA, Nelson Pedro. Níveis de ansiedade e depressão entre professores do Ensino Infantil e Fundamental. **Proposições**, v. 30, p. 1-29, 2019. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/proposic/article/view/8656506>. Acesso em: 15 de setembro de 2019.

DEJOURS, Christophe. **A loucura do trabalho:** estudo de psicopatologia do trabalho. Tradução de Ana Isabel Paraguay, Lúcia Leal Ferreira. 6. ed. São Paulo: Cortez, 2015.

DEJOURS, Cristophe. **Psicodinâmica do trabalho:** casos clínicos. Tradução de Vanise Dreseh. Porto Alegre – São Paulo: Dublinense, 2017.

FERREIRA, Raquel Conceição et al. Transtorno mental e estressores no trabalho entre professores universitários da área da saúde. **Trabalho, Educação e Saúde**, v. 13, n. 1, p. 135-155, 2015. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1981-77462015000400135. Acesso em: 10 de outubro de 2019.

HUBERT, Ingrid Alles; FERNANDES, Jocélia Hahn de Lima; GOETTEMES, Lisiane. Formação inicial e continuada dos professores. In: VXII Seminário Internacional de Educação no MERCOSUL, 2015, Cruz Alta – RS. UNICRUZ, 2015. Disponível em: <https://home.unicruz.edu.br/mercosul/pagina/anais/2015/1%20-%20ARTIGOS/FORMACAO%20E%20INICIAL%20E%20CONTINUADA%20DOS%20PROFESSORES.PDF>. Acesso em: 01 de setembro de 2020.

KAWAMURA, Eduardo Alessandro. A saúde mental e a (re) organização do trabalho docente: trabalho coletivo e poder de agir. Campinas: PUC-Campinas, 2015. Disponível em: <http://tede.bibliotecadigital.puc-campinas.edu.br:8080/jspui/handle/tede/338>. Acesso em: 31 de agosto de 2020.

KOGA, Gustavo Kendy Camargo et al. Fatores associados a piores níveis na escala de Burnout em professores da educação básica. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 23, n. 3, p. 268-275, 2015. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-462X2015000300268&script=sci_arttext. Acesso em: 20 de outubro de 2019.

LOUZADA, Renata Sabrina Maciel Lobato; OLIVEIRA, Paulo de Tarso Ribeiro de. Reflexões sobre a metodologia de pesquisa em psicodinâmica do Trabalho. **Revista do NUFEN**, v. 5, n. 1, p. 26-35, 2013. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-25912013000100004. Acesso em: 21 de agosto de 2020.

LUZ, Jaqueline Galleazzi da et al. Implicações do ambiente, condições e organização do trabalho na saúde do professor: uma revisão sistemática. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, p. 4621-4632, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2019.v24n12/4621-4632/>. Acesso em: 19 de outubro de 2019.

MANTELLINI, Glauca Gonçalves; GONÇALVES, Aguinaldo. A revisão e a análise como metodologias científicas conteudísticas. **InterSciencePlace**, v. 1, n. 5, 2015. Disponível em: <http://www.interscienceplace.org/isp/index.php/isp/article/view/51/50>. Acesso em 31 de agosto de 2020.

O que é Síndrome de Burnout ou Síndrome do Esgotamento. In: Dr. Willian Rezende – Regenerati Neurologia, publicado em agosto de 2019. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=jSmhjddqvcM>. Acesso em 24 de agosto de 2020.

PAPARELLI, Renata; SATO, Leny; OLIVEIRA, Fábio de. A saúde mental relacionada ao trabalho e os desafios aos profissionais da saúde. **Revista brasileira de saúde ocupacional**, v. 36, n. 123, p. 118-127, 2011. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0303-76572011000100011&script=sci_arttext. Acesso em: 22 de agosto de 2020.

QUAIS os desafios da profissão de professor no Brasil?. In: Pílulas do empreendedorismo, publicado em agosto de 2015. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=WbB7KugEFdc>. Acesso em: 29 de agosto de 2020.

ROTHMANN, Ian. **Fundamentos de psicologia organizacional e do trabalho**. Elsevier Brasil, 2017.

SAÚDE, Organização Pan Americana da; SAÚDE, Organização Mundial da. **CID: Burnout é um fenômeno ocupacional**. 2019. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5949:cidburnout-e-um-fenomeno-ocupacional&Itemid=875. Acesso em: 15 de junho de 2020.

SELIGMANN-SILVA, Edith et al. O mundo contemporâneo do trabalho e a saúde mental do trabalhador. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 35, n. 122, p. 187-191, 2010. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/1005/100515726002.pdf>. Acesso em: 23 de agosto de 2020.

ANEXOS



RELATÓRIO DE VERIFICAÇÃO DE PLÁGIO

DISCENTE: Karen Cristine Dias Peres

CURSO: Psicologia

DATA DE ANÁLISE: 04.09.2020

RESULTADO DA ANÁLISE

Estatísticas

Suspeitas na Internet: **3,58%**

Percentual do texto com expressões localizadas na internet _____

Suspeitas confirmadas: **3,29%**

Confirmada existência dos trechos suspeitos nos endereços encontrados _____

Texto analisado: **95,18%**

Percentual do texto efetivamente analisado (frases curtas, caracteres especiais, texto quebrado não são analisados).

Sucesso da análise: **100%**

Percentual das pesquisas com sucesso, indica a qualidade da análise, quanto maior, melhor.

Analisado por Plagius - Detector de Plágio 2.4.11

sexta-feira, 4 de setembro de 2020 11:27

PARECER FINAL

Declaro para devidos fins, que o trabalho da discente **KAREN CRISTINE DIAS PERES**, n. de matrícula **20679**, do curso de Psicologia, foi **APROVADO** na verificação de plágio, com porcentagem conferida em 3,58%. Devendo a aluna fazer as correções que se fizerem necessárias.

**(assinado eletronicamente) HERTA MARIA DE
AÇUCENA DO N. SOEIRO Bibliotecária CRB
1114/11 Biblioteca Júlio Bordignon Faculdade de
Educação e Meio Ambiente**

Assinado digitalmente por: Herta Maria de A?ucena
do Nascimento Soeiro
Razão: Faculdade de Educação e Meio Ambiente
Localização: Ariquemes RO
O tempo: 04-09-2020 14:29:11