


**ESTRESSE OCUPACIONAL, SÍNDROME DE *BURNOUT* E DOCÊNCIA
UNIVERSITÁRIA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA PRODUÇÃO
ACADÊMICO-CIENTÍFICA BRASILEIRA¹²**

**Occupational Stress, burnout syndrome and university teaching: a systematic review of
the Brazilian academic-scientific production**

Luciana Luiz de Souza³ 

Universidade Federal de Campina Grande⁴
Campina Grande, Paraíba, Brasil

Aline Venceslau Vieira de Lima⁵ 

Universidade Federal de Campina Grande
Campina Grande, Paraíba, Brasil

Resumo

O presente estudo teve como objetivo identificar os principais sintomas e/ou sinais de adoecimentos psíquicos/mentais entre docentes de nível superior brasileiros, citados na produção acadêmico-científica nas áreas da psicologia do trabalho, educação e saúde (2013-2022) no Brasil. Realizou-se uma busca na base de dados ScIELO e LILACS utilizando os descritores em pares: “*burnout* AND docentes”, “*burnout* AND professores”, “estresse AND docentes” e “estresse AND professores”. A presente revisão sistemática (método PRISMA) possibilitou identificar que a sobrecarga laboral, a precarização das condições de trabalho e as relações socioprofissionais são os principais fatores geradores de adoecimento, estresse e esgotamento profissional no ambiente acadêmico. Consequentemente, esses fatores afetam as diferentes esferas da vida do trabalhador, os vínculos afetivos e sociais, limitando o tempo para o lazer e para o cuidado à saúde. Apesar do sofrimento presente no contexto de trabalho do docente universitário, viu-se que os profissionais conseguem vivenciar experiências de prazer e satisfação pelo trabalho, como postulado pela perspectiva teórico-metodológica da Psicodinâmica do Trabalho. Ademais, espera-se que este estudo possa contribuir para o direcionamento de implementação de ações de prevenção e promoção saúde, e de estratégias de intervenção na saúde docente do ensino superior.

Palavras-chave: Saúde Mental; Docentes; Estresse ocupacional; Esgotamento Profissional; Ensino Superior.

¹ Editora responsável pela avaliação: Prof.^a Dr.^a Liliam Deisy Ghizoni.

² Copyright © 2022 Souza e Lima. Este é um artigo em acesso aberto distribuído nos termos da Licença Creative Commons. Atribuição que permite o uso irrestrito, a distribuição e reprodução em qualquer meio desde que o artigo original seja devidamente citado.

³ lucianals@gmail.com

⁴ Rua: Aprígio Veloso, nº 882, Bloco AB – térreo, bairro: Bela Vista, Campina Grande.

⁵ venceslaulima.aline@gmail.com

Abstract

The present study aimed to identify the main symptoms and / or signs of psychic/mental illness among Brazilian professors mentioned in the academic-scientific production of work psychology, education and health areas (2013-2022) in Brazil. A search was done in the ScIELO and LILACS database using the descriptors in pairs: "burnout AND professors", " and "stress AND professors". The present systematic review (PRISMA method) made it possible to identify that work overload, precariousness of work conditions and socio-professional relations are the main factors generating illness, stress and professional exhaustion in the academic environment. Consequently, these factors affect the different spheres of the worker's life, affective and social bonds, limiting leisure time and health care. Despite the suffering present in the work context of the college professor, it was seen that the professionals can participate in experiences of pleasure and satisfaction for the work, as postulated by the theoretical-methodological perspective of the Psychodynamics of Work. In addition, it is expected that this study may contribute to the implementation of health prevention and promotion actions, and intervention strategies in higher education teacher's health.

Keywords: Mental health; Faculty; Occupational Stress; Burnout; Higher Education.

Introdução

As constantes transformações no ambiente laboral para atender às exigências econômicas, tecnológicas e filosóficas do modelo gerencial vigente têm repercutido sobre a saúde do trabalhador e da trabalhadora, acentuando o desgaste físico e emocional, com maior incidência de estresse. Assim, as causas do desgaste físico e emocional do trabalhador e da trabalhadora decorrem do ambiente social onde o trabalho é desenvolvido. As principais causas são: excesso de trabalho, falta de autonomia, falta de reconhecimento pelo trabalho executado, falta de um bom relacionamento interpessoal, e falta de equidade (Garcia & Benevides-Pereira, 2003; Maslach e Leiter, 1999; Reinhold, 2004). Quando o ambiente organizacional prioriza os valores econômicos em detrimento dos humanos, pode acarretar prejuízos de ordem pessoal, relacional e organizacional.

Neste cenário, um dos problemas mais apontados pelas produções acadêmicas é o estresse ocupacional. O efeito negativo do estresse sobre a saúde do trabalhador e da trabalhadora tem sido alvo de inúmeras pesquisas, uma vez que suas consequências comprometem a qualidade de vida do indivíduo, prejudica o seu desempenho nas atividades diárias e desencadeia problemas de saúde. Quando as exigências no trabalho não estão de acordo com os recursos, capacidade e necessidades do/da trabalhador/a, este/esta pode sofrer reações de ordem física e/ou emocional, ou seja, pode apresentar o estresse ocupacional. Dessa forma, a cronificação desse estresse pode levar o/a trabalhador/a à Síndrome de *Burnout*. Este tipo de adoecimento laboral ocorre devido a uma tentativa de enfrentamento ao estresse

ocupacional, levando o/a trabalhador/a ao desgaste físico e emocional. (Carlotto, 2002; Garcia e Benevides-Pereira, 2003).

Ademais, algumas categorias têm sido indicadas na literatura com uma predominante incidência de estresse ocupacional e da síndrome de *burnout*, são elas: os profissionais da área da saúde, particularmente, médicos/as e enfermeiros/as. Outras categorias também são apontadas, como os/as professores/as, servidores/as públicos/as, estudantes, esportistas, bombeiros e policiais, isto é, profissões comumente ligadas a serviços, tratamento e educação (Cardoso e cols., 2017; Carlotto, 2002; Carlotto & Câmara, 2008).

Para Garcia e Benevides-Pereira (2003), os/as professores/as estão inclusos nesta categoria por estarem em contato contínuo e direto com outras pessoas, estando assim mais propensos de serem acometidos pela forma crônica do estresse ocupacional, que é a síndrome de *burnout*. A exposição prolongada aos estressores presentes no exercício da atividade docente pode acarretar a síndrome de *burnout*; dentre os fatores estressores encontramos diversos aspectos psicossociais relacionados à natureza da função ou à esfera institucional. Assim, analisar a atividade docente sob esse prisma é de grande relevância sobretudo porque o adoecimento dos/das docentes somente é diagnosticado quando se encontra no grau mais severo do *burnout*. Tal severidade coloca esta categoria profissional no grupo de alto risco, superando até mesmo os/as profissionais da área de saúde. Em especial, ao tratarmos do caso de professores/as do ensino superior, além de se preocuparem com a função docente, precisam atender às demandas de produtividade impostas pelo modelo neoliberal (Carlotto, 2002).

É fato que nos últimos anos houve um crescimento no acesso ao ensino superior no Brasil⁶ e, conseqüentemente, aumentou o número de docentes, tanto na rede pública como na rede privada, para atender a essa demanda. Atrelado a isso, significa dizer que há um público maior de profissionais expostos aos fatores estressores presentes no ambiente acadêmico.

Deste modo, é relevante a realização de uma revisão sistemática de literatura objetivando identificar os principais sintomas e/ou sinais de adoecimentos psíquicos/mentais entre docentes de nível superior brasileiros, principalmente no que diz respeito ao estresse ocupacional e síndrome de *burnout*. É importante também destacar a necessidade de compreender o trabalho docente no campo da saúde mental e dar visibilidade aos problemas relacionados a essa categoria profissional como forma de contribuir para estudos que direcionem a implementação de ações de prevenção e promoção à saúde, além de estratégias de intervenção na saúde docente do ensino superior.

⁶ Conforme o Censo, o número de docentes em exercício aumentou 28,48% em dez anos (2006 a 2015). De 302.006 em 2006 a 388.004 em 2015.

É importante assinalar que a presente revisão sistemática não propõe discutir a problemática a partir de uma abordagem específica para entender a saúde mental da docência universitária, se tratando apenas de uma apresentação dos conteúdos levantados pelos autores das produções incluídas na análise. Para tanto, serão discutidas as concepções teóricas e contextuais analisadas nessa revisão sistemática a partir dos termos: estresse, síndrome de *Burnout* e a vivência docente na universidade.

Estresse ocupacional e a síndrome de *burnout*

Em virtude do crescente interesse dos/das pesquisadores/as em focar seus estudos na relação entre estresse e trabalho, o termo estresse ocupacional tem sido utilizado para representar o estresse decorrente das situações de trabalho. De acordo com Paschoal e Tamayo (2004), o estudo do estresse ocupacional classifica-se de acordo com três aspectos: “nos estressores organizacionais, nas respostas do indivíduo a esses estressores ou nas diversas variáveis presentes no processo estressor-resposta” (p. 46). Os estressores organizacionais podem ser de natureza física (barulho, ventilação e iluminação do local de trabalho) ou psicossociais (relacionamento interpessoal, autonomia, desenvolvimento de carreira).

Quanto à definição do estresse ocupacional a partir do enfoque dos estressores organizacionais, os estudos podem ser classificados em dois grupos: os de *estresse ocupacional*, no qual os estímulos estressores estão relacionados diretamente ao ambiente organizacional; e de *estresse em geral*, os estressores na vida do indivíduo. No entanto, Lazarus (1995) e Lazarus e Folkman (1984) tecem críticas quanto ao caráter objetivo da presença de elementos estressores no ambiente laboral, uma vez que, para estes autores, os componentes cognitivos têm papel fundamental na percepção e interpretação desses estímulos estressores (Paschoal & Tamayo, 2004).

Isto significa que não é a simples presença de elementos estressores que irá caracterizar a situação como estressora, mas como um processo pelo qual o indivíduo percebe as demandas do ambiente de trabalho como estressoras. Ademais, Lazarus e Folkman (1984) acrescentam o conceito de *coping* para se referirem às habilidades de enfrentamento, um conjunto de estratégias cognitivas e comportamentais utilizadas diante do estressor (Jacques, 2003). Embora o estresse atualmente seja amplamente reconhecido, trata-se de um fenômeno complexo quanto à sua causa, sintomas e efeito. A Organização Internacional do Trabalho (OIT) reconhece o estresse não como uma doença, mas como um problema que pode gerar um alto custo à saúde

do/da trabalhador/a, além do absenteísmo e menor desempenho laboral. Na sua mais severa condição, pode ocasionar a Síndrome de *Burnout*.

O termo *burnout* vem do inglês e traduzido mais diretamente significa “perder o fogo”, “perder a energia”, “queimar para fora” (Codo & Vasques-Menezes, 1999). Por sua vez, essa expressão inglesa foi utilizada, conforme Garcia e Benevides-Pereira (2003), para designar aquilo que parou de funcionar devido à exaustão de energia. A expressão é também denominada na literatura de esgotamento profissional ou desgaste profissional.

Apesar de esse termo ter sido aplicado em alguns casos nas décadas de 1950 e 1960, o médico psicanalista Hebert Freudenberger (1974) foi o responsável por popularizar a expressão *staff burn-out* em suas publicações. No início da década de 1970, um estudo foi realizado com profissionais de uma clínica para dependentes químicos, uma vez que foram observados alguns sintomas nesses/as trabalhadores/as como exaustão, perda de interesse por seus pacientes, falta de motivação, sentimento de fracasso, entre outros. Segundo Codo e Vasques-Menezes (1999), *burnout* foi utilizado como uma metáfora para representar o sentimento desses profissionais. Freudenberger (1974) caracterizou este fenômeno como um sentimento de fracasso e exaustão provocado por um desgaste de energia, incluindo comportamentos de fadiga, depressão, irritabilidade, aborrecimento, sobrecarga de trabalho, rigidez e inflexibilidade (Carlotto & Câmara, 2008).

Maslach e Jackson (1981) observou que pessoas acometidas da síndrome de *burnout* apresentavam comportamentos negativos e isolamento. Ela descreveu esta síndrome em três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional. A exaustão emocional é caracterizada pelo esgotamento tanto físico quanto psíquico. Por sua vez, no caso da despersonalização, o/a trabalhador/a manifesta uma atitude negativa em relação às pessoas. Outra dimensão é a baixa realização pessoal, situação em que o/a trabalhador/a não se sente realizado profissionalmente.

Já Carlotto (2002) caracteriza a síndrome de *burnout* como um tipo de estresse ocupacional que acomete predominantemente os/as profissionais que estão constantemente em contato direto e contínuo com sua clientela, como profissionais da saúde e professores/as. Ao passo que, para Garcia e Benevides-Pereira (2003), o esgotamento profissional ocorre diante de uma tentativa de enfrentamento ao estresse. O/A trabalhador/a, por estarem em contato contínuo com os elementos estressores podem não se dar conta de que estão adoecendo, uma vez que, conforme pontua França (1987), o surgimento do *burnout* é silencioso, cumulativo e progressivo. Na concepção de Farber (1991), as causas do desgaste originam-se da combinação de fatores individuais, organizacionais e sociais.

A partir das formas de adoecimento psíquico resultantes do trabalho, surge a Psicodinâmica do Trabalho de Dejours (1988), como uma perspectiva teórico-metodológica que analisa aspectos da saúde mental dos trabalhadores a partir do prazer e sofrimento no trabalho. Assim, para Dejours as experiências de prazer e sofrimento resultam da própria organização do trabalho, da sua atividade, e das relações que são ali construídas (social e institucional), e essa perspectiva auxilia na expressão dessas experiências através de relações intersubjetivas, por meio de entrevistas e sua análise, não só do sofrimento intrínseco ao trabalho, mas também das possibilidades de satisfação (Nunes, & Lins, 2009).

O/A docente e a carreira universitária

Nos últimos anos, houve um crescimento significativo no número de cursos superiores no Brasil, diante das políticas de acesso ao ensino superior e privado. De acordo com o Censo (2018), 8,2% das instituições públicas e privadas são classificadas como universidades; 6,3% são centros universitários, 83,8% faculdades e 1,7% são Institutos Federais e Centro Federal de Educação Tecnológica, ofertando cursos em nível de graduação (bacharelado, licenciatura e tecnológico) e pós-graduação.

A literatura aponta que a universidade brasileira tem passado por profundas transformações em decorrência do modelo gerencial pautado no produtivismo, em consequência do modelo do mercado econômico mundial e da incorporação de novas tecnologias (Bosi, 2007; Mancebo, 2007). De acordo com Vilela, Garcia e Vieira (2013), tais mudanças geraram grande impacto em universidades públicas, uma vez que as instituições assumem pressupostos neoliberais, no sentido que o docente é interpelado pela intensificação da carga de trabalho, além de outras demandas.

Para Chauí (2003), a nova organização do trabalho nas universidades tornou-se operacional, deixando de lado o caráter essencial da docência. Para a autora, as instituições seguem o imperativo da produtividade, regidas por programas de eficácia e qualidade. Por sua vez, Souza e cols. (2017) pontuam que o modelo capitalista coloca tanto o conhecimento quanto a educação como bens econômicos. Para os autores, a universidade, por ser o *locus* da produção do conhecimento, da tecnologia e da inovação é impactada por essa exigência capitalista, resultando na exigência de publicações científicas.

Esse novo modelo gerencial, principalmente adotado pelas universidades públicas, impôs uma massificação e rotinização das atividades, sobrecarregando o trabalho docente (Vilela, Garcia & Vieira, 2013). Essa configuração da instituição pública reflete diretamente na

forma de organização de trabalho do/da professor/a, e conseqüentemente, na intensificação laboral e no imperativo de produtividade que repercutirão sobre a saúde física e mental dos/das professores/as universitários/as (Mancebo, 2007; Vilela, Garcia & Vieira, 2013).

Nesse cenário, objetivou-se nesse estudo identificar os principais sintomas e/ou sinais de adoecimentos psíquicos/mentais entre docentes de nível superior, citados na produção acadêmico-científica dos últimos anos (2013-2022) no Brasil. Especificamente, objetivou-se verificar os fatores psicossociais preponderantes no estresse ocupacional e síndrome de *burnout* em docentes universitários brasileiros.

Método

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão sistemática, que, segundo Sampaio e Mancini (2007), é uma forma de pesquisa retrospectiva e secundária, que tem como fonte de dados a produção acadêmico-científica sobre determinado tema. Por meio da aplicação de métodos explícitos e sistematizados de busca, apreciação e síntese da informação selecionada, este tipo de investigação resulta em um resumo de evidências, sendo útil tanto para integrar as informações de um conjunto de estudos realizados separadamente sobre determinada terapêutica/intervenção, que podem apresentar resultados conflitantes e/ou coincidentes, quanto para identificar temas que necessitam de evidência, fornecendo orientação para pesquisas futuras.

Para realizar esta revisão, tomou-se como referência as diretrizes dos modelos propostos por Sampaio e Mancini (2007) e do *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and MetaAnalyses* - PRISMA (Moher e cols., 2009), os quais especificam os procedimentos de identificação, triagem, seleção, análise e síntese da literatura a ser sistematicamente revisada.

Partindo do problema do estudo, definiu-se como população-alvo da pesquisa os/as docentes do magistério superior, sejam eles/elas professores/as do nível de graduação e/ou pós-graduação de instituições públicas e/ou privadas brasileiras. Tendo em vista o recorte teórico deste trabalho acerca das produções acadêmico-científica nas áreas da psicologia do trabalho, educação e saúde no Brasil (2013-2022), estabeleceu-se como objetivo a identificação de sinais e sintomas de adoecimento mental nestes profissionais, relatados em trabalhos científicos sobre estresse ocupacional e síndrome de *burnout*.

Para mapear a literatura acerca das temáticas especificadas acima, optou-se por utilizar duas bases de dados eletrônicas, o SciELO (Scientific Electronic Library Online) e o LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), sendo escolhidas por

abranger os principais periódicos sobre a temática deste estudo, pela acessibilidade de pesquisas científicas de produção nacional e pela disponibilidade e gratuidade dos textos na íntegra para a sua posterior revisão e sistematização.

O levantamento dos trabalhos nas referidas bases de dados foi feito por meio de 4 (quatro) descritores em pares e operadores booleanos, os quais foram definidos a partir da revisão da literatura que fundamenta este trabalho e dos objetivos que o motivam, a saber: “burnout AND docentes”, “burnout AND professores”, “estresse AND docentes” e “estresse AND professores”.

É relevante destacar que cada uma das bases possui especificidades no que tange às ferramentas de busca das publicações. Para aperfeiçoar o mapeamento e reduzir as assimetrias entre os resultados da SciELO e da LILACS, optou-se por levantar os títulos utilizando os filtros⁷ disponíveis nas próprias plataformas, respeitando as particularidades de cada uma.

Após as pesquisas nas plataformas, os dados encontrados foram exportados e organizados em planilhas do Microsoft® Excel®, o que possibilitou identificar e eliminar os artigos redundantes, descartando-se, então, as publicações repetidas. Em seguida, realizou-se a análise das referências publicadas no decênio 2009 a 2022 por meio da leitura preliminar de seus títulos e resumos, apreendendo de cada obra: a) ano; b) periódico; c) objetivo do estudo; d) delineamento, abordagem e instrumentos da pesquisa; e) resultados e conclusões; f) nível de ensino e natureza da instituição estudada; g) local onde a pesquisa foi realizada; h) autoria; e, i) área de atuação dos pesquisadores⁸. Isto feito, eliminou-se todas as publicações deste intervalo de tempo que foram realizadas com docentes de outros níveis de ensino que não o superior (educação especial, infantil, fundamental, médio, supletivo e/ou técnico) ou com outros profissionais que não somente professores/as.

Diante deste recorte temporal, optou-se por verificar os artigos publicados entre 2013 e 2022 por serem publicações mais recentes. Desta forma, os trabalhos lançados neste período foram avaliados conforme 6 (seis) critérios de inclusão: a) estar disponível na íntegra e gratuitamente; b) ter sido escrito em língua portuguesa; c) ter sido publicado entre os anos de 2013 e 2022; d) ter exclusivamente como sujeitos de pesquisa os/as docentes do magistério superior de instituições públicas e/ou privadas, da graduação e/ou pós-graduação, excluindo-se os trabalhos realizados com professores/as dos níveis infantil, fundamental, médio, supletivo,

⁷ Propositamente, nesta etapa da pesquisa não foi utilizado o filtro para o ano de publicação; optou-se por adotar o recorte temporal como um dos critérios de inclusão, no intuito de garantir o acesso a um número significativo de títulos que pudessem satisfazer os objetivos do estudo.

⁸ Categorizadas conforme os dados disponibilizados pelo pesquisador na Plataforma Lattes do CNPq.

técnico e educação especial, ou mistos; e) ser um estudo empírico, excluindo-se da amostra todos os artigos de revisão teórica ou sistemática; e, f) ter como foco a investigação da saúde mental do/da trabalhador/a docente, desconsiderando-se aqueles que abordam apenas os aspectos de saúde física.

Os artigos que se enquadraram em todos os critérios de inclusão foram revisados por meio de uma leitura exploratória do texto completo e com a finalidade de analisar possibilidades de temáticas que contribuíssem para a revisão sistemática.

Resultados e Discussão

A partir do levantamento nas duas bases de dados, foram identificados 452 títulos, sendo 330 obras na LILACS e 122 publicações na SciELO. Após a exclusão dos artigos duplicados entre os diferentes descritores e/ou plataformas, obteve-se a relevância de 177 artigos (39,33%) do montante encontrado na busca inicial sobre estresse ocupacional e síndrome de *burnout* em professores/as de diferentes níveis de ensino, publicados nos últimos 24 anos (1999 a 2022). A Figura 1 apresenta uma síntese destes resultados.

Figura 1. Resultado obtidos na fase de identificação

BASE DE DADOS	Burnout AND Docentes	Burnout AND Professores	Estresse AND Docentes	Estresse AND Professores	Total com repetições	Total sem repetições
SciELO	18	37	25	42	122	78
LILACS	67	82	83	98	330	161
TOTAL					452	177

Na triagem inicial, optou-se por analisar somente a produção científica de modo regressivo, verificando desde as obras mais recentes às mais antigas, no intuito de identificar um contingente mais recente para a revisão. Deste modo, foram eliminados 92 artigos publicados entre os anos de 1999 e 2012. Assim, foram apreciados 85 artigos por meio da leitura de seus respectivos títulos e resumos, sendo excluídos deste montante 60 artigos que foram realizados com docentes de outros níveis de ensino (educação especial, infantil, fundamental, médio, supletivo e técnico) ou com outros sujeitos que não eram exclusivamente professores/as.

Dos 62 artigos que foram eliminados por não abrangerem as temáticas centrais desta revisão, restaram 25 artigos sobre o ensino superior. Dentre estes, correspondentes aos anos de 2013 e 2022, foram selecionados 16 títulos, os quais se enquadraram em todos os critérios de inclusão. Os outros 09 trabalhos foram eliminados por: a) não ser empírico (n=1); b) ter sido realizado com professores/as universitários/as de outros países (n=1); c) ter como propósito a

construção de um método (n=1); d) não ter como foco a saúde mental dos/das docentes, mas sim os aspectos físicos (n=2); e) investigar outros sujeitos, junto de professores/as (n=2); f) abordar outros aspectos organizacionais que não o adoecimento mental dos/das docentes quanto ao estresse e ao esgotamento profissional (n=2).

Deste modo, as publicações acadêmico-científicas que se enquadraram em todos os critérios de inclusão encontram-se organizadas em um quadro (Figura 2), conforme apresentado abaixo, contendo o título, autores, ano, objetivos e resultados.

Figura 2. *Quadro das publicações entre 2013 e 2022*

Título/Autores/Ano	Objetivo	Resultados
1. Vivências de prazer sofrimento no trabalho do professor universitário: estudo de caso em uma instituição pública Vilela, Garcia e Vieira (2013) REAd. Revista Eletrônica de Administração	Analisar as percepções dos professores do curso de Pedagogia de uma instituição de ensino superior pública em relação ao prazer-sofrimento no trabalho docente, amparado na teoria da Psicodinâmica do Trabalho	Os resultados indicaram que as vivências de prazer são predominantes e estão relacionadas ao orgulho e à identificação com o trabalho. As vivências de sofrimento ocorrem de forma moderada e estão relacionadas ao esgotamento, à sobrecarga de trabalho e ao estresse, além de sentimento de indignação e desvalorização.
2. Estresse percebido, comportamentos relacionados à saúde e condições de trabalho de professores universitários Camargo e cols. (2013) Psicologia Argumento	Analisar a relação entre a percepção de estresse com comportamentos relacionados à saúde e condições de trabalho dos/das professores universitários	Os resultados sinalizaram uma percepção elevada de estresse e correlacionada com os comportamentos de risco. Quanto às variáveis com maior capacidade preditiva para o estresse, os resultados apontam que mulheres, indivíduos inativos e com menor satisfação com o trabalho apresentam maiores escores de estresse percebido.
3. Estresse em docentes universitários da saúde:	Analisar as situações geradoras do estresse ocupacional, os	Percebeu-se que as situações geradoras de estresse foram:

<p>situações geradoras, sintomas e estratégias de enfrentamento Sanches e Santos (2013) Psicologia Argumento</p>	<p>sintomas e as estratégias de enfrentamento em docentes universitários da área da saúde, em uma instituição de Ensino Superior</p>	<p>lidar com alunos despreparados; sobrecarga de trabalho; contexto da universidade; preocupação do docente com a aprendizagem do aluno e prazos institucionais.</p>
<p>4.Análise do nível de estresse e dos fatores de risco de doença cardiovascular em professores da universidade federal do Piauí – campus Parnaíba Gouveia, Alves e Costa (2013) Revista Baiana de Saúde Pública</p>	<p>Analisar o nível de estresse e a prevalência de fatores de risco de doenças cardiovasculares em professores da Universidade Federal do Piauí (UFPI) – Campus Ministro Reis Velloso (Parnaíba)</p>	<p>Apenas 21,6% dos pesquisados foram classificados na fase 2 (resistência) do teste de Lipp, enquanto 68,6% dos professores não se enquadravam em nenhuma fase. Embora seja um resultado aquém do que se esperava, ele já aponta para um certo grau de estresse, o que deve ser analisado e tratado com cuidado e responsabilidade.</p>
<p>5.Prevalência da síndrome de <i>burnout</i> em uma amostra de professores universitários brasileiros Costa e cols. (2013) Psicologia: Reflexão e Crítica</p>	<p>Investigar a prevalência da síndrome de <i>burnout</i> em 169 professores universitários da cidade de Piracicaba -SP, por meio do Questionário de Avaliação para a Síndrome de <i>Burnout</i> (CESQT versão brasileira)</p>	<p>Prevalência da síndrome de <i>burnout</i> neste estudo mostrou-se ser semelhante à encontrada na literatura.</p>
<p>6.Prazer e sofrimento docente em uma instituição de ensino superior privada em Minas Gerais Martins e Honório (2014) Organizações & Sociedade</p>	<p>Analisar a percepção de docentes de uma Instituição de Ensino Superior privada de Belo Horizonte sobre a vivência de prazer e sofrimento no trabalho</p>	<p>Os dados quantitativos indicaram que a maioria dos resultados variou de “críticos” a “graves”. Enquanto a realização profissional foi o fator de prazer no trabalho mais relevante, o esgotamento profissional destacou-se como</p>

		o fator mais crítico de sofrimento no trabalho.
7. Transtorno mental e estressores no trabalho entre professores universitários da área da saúde Ferreira e cols. (2015) Trabalho, Educação e Saúde	Investigar a associação entre transtornos mentais comuns e estressores no trabalho entre professores de nove cursos da área da saúde de uma universidade particular em Minas Gerais	Observaram-se transtornos mentais comuns em 19,5% dos professores. A prevalência desses transtornos foi maior entre professores com maior esforço no trabalho (RP= 1,8; IC95%= 1,01-3,46) e menor naqueles com maior qualidade de vida no domínio físico (RP= 0,95, IC95%= 0,93-0,97).
8. As transformações produtivas na pós-graduação: o prazer no trabalho docente está suspenso? Ruza e Silva (2016) Revista Subjetividades	Analisar as relações entre o trabalho e a subjetividade do professor de pós-graduação da Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho	A análise dos dados da universidade pesquisada e do questionário evidenciam: intensificação do trabalho; desgaste frente às exigências de rotinização das tarefas; e significativo número de referências ao estresse e/ou adoecimento.
9. Estresse no cotidiano universitário: estratégias de enfrentamento de docentes da saúde Araújo e cols. (2016) Revista Online de Pesquisa Cuidado é Fundamental	Investigar as estratégias de enfrentamento ao estresse desenvolvidas pelos professores do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Rio Grande do Norte.	Percebeu-se que os docentes identificaram situações estressantes relacionadas ao trabalho e elencaram atividades de lazer para redução das tensões, que, no entanto, não realizam.
10. Estresse e docência: um estudo no ensino superior privado Dalagasperina e Monteiro (2016) Revista Subjetividades	Identificar os fatores de estresse laboral de professores universitários do ensino privado e analisar as possíveis repercussões na saúde.	As autoras destacam como principais fatores de estresse nos docentes investigados: sobrecarga de trabalho e cobranças e dificuldades de relacionamento com chefia e

		alunos, o prejudica a saúde desses profissionais.
11.Psicodinâmica do trabalho e riscos de adoecimento no magistério superior Hoffmann e cols. (2017) Estudos Avançados	Investigar a tríade trabalho, saúde, doença no contexto da docência do magistério superior	Destaca-se a identificação de sobrecarga cognitiva em nível grave para as mulheres (58%) em relação aos homens, com avaliação em nível crítico (50%), além de maior esgotamento profissional enfrentado por elas, com avaliação em nível crítico (44%).
12.Organização do trabalho, prazer e sofrimento de docentes públicos federais Amaral, Borges e Juiz (2017) Cadernos de Psicologia Social do Trabalho	Compreender a relação entre organização do trabalho e as vivências de prazer e sofrimento de docentes de um campus de interior de uma universidade federal a partir da análise psicodinâmica do trabalho	Constatou-se demonstração de prazer no trabalho por meio de atividades de ensino e pesquisa e do relacionamento com os alunos. As vivências de sofrimento referem-se às situações de conflitos interpessoais e à falta de infraestrutura e sobrecarga no trabalho.
13.Avaliação da síndrome de burnout em professores universitários Prado e cols. (2017) Revista da ABENO	Avaliar a síndrome de <i>burnout</i> entre os professores da graduação dos cursos da área da saúde	Dentre as dimensões da síndrome de burnout, a de maior destaque foi a exaustão emocional.
14.Trabalho docente de enfermagem e as repercussões no processo saúde-doença D'Oliveira e cols. (2018) Revista Online de Pesquisa Cuidado é Fundamental	Identificar as facilidades e as dificuldades presentes no trabalho docente de enfermagem; e analisar as repercussões do contexto de trabalho do docente de enfermagem no processo saúde-doença destes trabalhadores.	Evidenciaram-se repercussões negativas na saúde dos docentes pesquisados, expressadas na dimensão subjetiva por meio de estresse, cansaço e sobrecarga emocional; e na dimensão social, refletido na perda do tempo de lazer e de convívio

		com a família e a invasão do tempo de descanso do trabalhador a fim de atender as expectativas da organização laboral.
15. <i>Workaholism</i> e burnout entre professores de pós-graduação stricto sensu. Barreto e cols. (2022) Revista de Saúde Pública	Analisar a associação do trabalho excessivo e do trabalho compulsivo com as dimensões da síndrome de burnout em professores mestres e doutores em Letras, Letras e Linguística no Brasil.	Os resultados mostraram uma associação estatisticamente significativa de trabalho excessivo e trabalho compulsivo com alta exaustão emocional e alta despersonalização.
16. Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da COVID-19. Freitas e cols. (2021) Jornal Brasileiro de Psiquiatria.	Estimar a prevalência e os fatores associados aos sintomas da depressão, ansiedade e estresse em professores universitários da área da saúde no período da pandemia da COVID-19	Entre os professores, 50% apresentaram sintomas de depressão, 37,4% relataram sintomas de ansiedade e 47,2% apresentaram sintomas de estresse. Após análise múltipla, observou-se que os sintomas da depressão estiveram associados à variável trabalhar em mais de uma instituição de ensino superior. As variáveis que se mostraram associadas à ansiedade foram: faixa etária \geq 40 anos e pessoas sem companheiro fixo. Já o estresse se mostrou associado à variável estado civil sem companheiro fixo.

Dentre a amostra, encontram-se dois artigos que abordam a síndrome de *burnout*, os quais, de modo geral, buscaram investigar a prevalência desta patologia entre os/as professores/as universitários/as de instituições públicas e privadas. Em seguida, destacam-se 06 estudos sobre estresse ocupacional, os quais objetivaram analisar o nível de estresse entre os/as docentes e identificar os fatores que o influenciam. As pesquisas também apresentaram 06

títulos com enfoque na psicodinâmica do trabalho. Apesar de apresentarem abordagens teórico-metodológicas diferentes, as publicações trouxeram contribuições pertinentes em relação à temática deste estudo.

Figura 3. *Quadro de categorias encontradas*

Categorias	Subcategorias	Consequências
Sobrecarga no trabalho docente	<ul style="list-style-type: none"> – Atividades burocráticas – Funções administrativas – Ensino, pesquisa e extensão – Publicações Acadêmico-Científicas 	<ul style="list-style-type: none"> – Acúmulo de funções – Encurtamento de tempo para o lazer – Pouco tempo para cuidar da saúde – Fragilização dos vínculos afetivos e familiares.
Precarização do trabalho docente	<ul style="list-style-type: none"> – Falta de recursos e de materiais – Más condições do ambiente – Falta de organização sindical – Fragilidade de vínculo empregatício – Autonomia limitada – Pressões institucionais 	<ul style="list-style-type: none"> – Comprometimento da qualidade do trabalho docente – Insegurança – Insatisfação
Relações socioprofissionais	<ul style="list-style-type: none"> – Alunos – Docentes – Chefias 	<ul style="list-style-type: none"> – Conflitos interpessoais – Competição
Sintomas e/ou sinais de adoecimento	<ul style="list-style-type: none"> – Físicos – Psicológicos 	<ul style="list-style-type: none"> – Dores nas pernas, dores de cabeça, distúrbios do sono, cansaço excessivo – Transtornos mentais comuns, esgotamento profissional, estresse, ansiedade, cefaleia, tensão muscular, alterações no humor, sensação de desgaste físico, irritabilidade, sensibilidade emotiva excessiva e diminuição da libido.
Estratégias de enfrentamento	<ul style="list-style-type: none"> – Atividades culturais, religiosas, prática de exercício, relaxamento e a 	

	presença da família como forma de superar o estresse. – Estratégias de <i>coping</i>	
Impactos da Pandemia na atividade docente	Comprometimento da atividade laboral e da saúde mental	- fatores associados aos sintomas da depressão, ansiedade e estresse.

Por conseguinte, foram selecionadas as categorias que se sobressaíram a partir do conteúdo dos artigos, e da frequência dos temas. As categorias estão dispostas na Figura 3 e serão discutidas a seguir.

Sobrecarga no trabalho docente

Dentre as dimensões responsáveis pelo adoecimento e desgaste profissional dos/das docentes do ensino superior, a intensificação laboral e a sobrecarga circundam como principais agravantes diante das exigências de produtividade impostas pela academia. No estudo de Ruza e Silva (2016) realizado com professores/as que atuam em dois programas de pós-graduação na área de Ciências Humanas em uma instituição pública, identificaram que 72,2% do corpo docente considera seu trabalho intensificado. Além das atividades do magistério superior, o/a professor/a realiza atividades administrativas e burocráticas, desdobra-se na participação de comissões e reuniões colegiadas, além das atividades de programas de pesquisa e extensão. Para os autores, o acúmulo de atividades e elevada carga de trabalho incorrem em elevação do ritmo das atividades e alongamento da rotina de trabalho, comprometendo a qualidade da execução dos serviços prestados. O trabalho burocrático, além de promover a insatisfação e sobrecarga, dificulta na forma de organização da atividade inerente à docência.

Em um estudo realizado em outra instituição pública com docentes do curso de enfermagem, com vínculo empregatício do tipo estatutário, D'Oliveira e cols. (2018) verificaram que a escassez de concursos públicos afeta o quantitativo de profissionais, sobrecarregando os/as docentes do quadro efetivo que se vêm compelidos a acumular cargos de gestão, funções burocráticas entre outras tarefas. Por sua vez, Amaral, Borges e Juiz (2017) realizaram um estudo de caso com docentes de um *campus* de interior de uma instituição pública federal e destacaram que, além do excesso de atividades, a burocracia é um elemento dificultador na execução das tarefas, uma vez que o *campus* do interior fica dependente da sede para as deliberações da unidade, fragilizando a autonomia da mesma. Em decorrência da

inadequação estrutural da instituição e da inexistência de uma rotina diária para cumprir as demandas da semana, os/as docentes acabam realizando atividades extraclasse, trabalhando, então, os três turnos do dia.

De acordo com a análise de Sanches e Santos (2013), ao observar situações geradoras de estresse em uma instituição privada, identificou que os/as docentes acumulam uma infinidade de tarefas, corroborando com a polivalência e com a multifuncionalidade exigidas no novo modelo de gestão, depreendendo-se que tanto no setor público quanto no setor privado, os/as professores/as veem-se sobrecarregados/as diante de suas responsabilidades inerentes ao magistério. No entanto, este estudo apontou que os/as professores/as da rede privada se submetem a longas jornadas por medo de demissão. Por não possuírem exclusividade e vínculo empregatício efetivo, como ocorre com a maioria dos/das docentes em instituições públicas, a sobrecarga também está atrelada ao acúmulo de outras funções externas.

Segundo Dalagasperina e Monteiro (2016), a combinação de atividades extraclasse, carga horária insuficiente, imposição de tarefas e falta de recompensa financeira faz com que os/as professores/as da rede privada se sintam injustiçados. Tal percepção faz com que esses/essas profissionais do magistério superior sintam raiva e culpa, podendo levá-los/las à síndrome de *burnout*. Para essas autoras, o produtivismo acadêmico traz consequências negativas tanto para o exercício da docência como para a saúde deste profissional, afetando inclusive os/as que trabalham poucas horas na instituição quanto aos que se dedicam integralmente à universidade.

Por outro lado, a prática docente, a pesquisa e a produção científica foram identificadas por Ruza e Silva (2016) e Amaral, Borges e Juiz (2017) como fontes de satisfação profissional e de prazer. A atividade docente prepondera a dimensão intelectual, o que permite ao/à profissional mobilizar sua capacidade inventiva e criativa em favor do seu labor, uma vez que o resultado do trabalho imaterial representa uma grande relevância social e científica, formando os diferentes sujeitos para atuar em sociedade e produzindo conteúdos de valor científico e tecnológico. Coadunando com essa vivência de prazer na docência, Vilela, Garcia e Vieira (2013) apontam a liberdade na execução das tarefas, a escolha das metodologias e práticas didáticas como possibilidades de amenizar o sofrimento presente nas condições da organização trabalho docente. Para os autores, essa autonomia é percebida como positiva, ainda que seja limitada pelas imposições do ambiente laboral.

Em contrapartida, Vilela, Garcia e Vieira (2013) e Ruza e Silva (2016) observaram que tal autonomia tem sido acompanhada por uma intensificação na produção e publicação científica imputada pela racionalidade produtivista. Nesta perspectiva, Vilela, Garcia e Vieira

(2013) e D'Oliveira e colaboradores (2018) concordam que, embora a produção intelectual seja fonte de prazer na vivência profissional, o alargamento quantitativo de publicações científicas tem sido enfatizado pelas universidades a fim de alcançar metas e viabilizar mais investimentos para pesquisas. Deste modo, os autores corroboram com o que foi defendido por Chauí (2003), de que o alargamento das produções acadêmico-científicas seguindo o imperativo produtivista pode comprometer a qualidade das publicações. Ademais, os/as professores/as são avaliados/as pela quantidade de seus produtos. Frente a isso, Sanches e Santos (2013) observaram que a cobrança desmedida por produções, além de ameaçar a qualidade do trabalho, é um dos fatores que pode desencadear o estresse.

A qualidade de vida do/da professor/a também é ameaçada pela intensificação do trabalho mediante às múltiplas funções. No estudo realizado por Araújo e cols. (2016) com 37 docentes da área da saúde de uma instituição pública federal, os autores observaram que a sobrecarga acadêmica faz com que esses/essas, mesmo sendo profissionais da saúde, não consigam desenvolver práticas saudáveis e de lazer em decorrência da preocupação intensa com o trabalho. As atividades prazerosas são deixadas em segundo plano em detrimento das funções acadêmicas. Consoante com esse dado, Ruza e Silva (2016), apontam que o pouco tempo disponível para o lazer e o convívio social acaba fragilizando a dimensão familiar e social.

A sobrecarga laboral no exercício da docência incide diretamente em outras esferas da vida do/da trabalhador/a, afetando os vínculos afetivos e sociais, limitando o tempo para o lazer e para o cuidado à saúde. Embora os/as professores/as de instituições públicas e privadas estejam submetidos a um contexto institucional distintos, ambos sofrem as consequências da imposição produtivista, resultando em desgastes físicos e psíquicos.

Precarização do trabalho docente

O esgotamento profissional e o estresse no trabalho docente podem estar relacionados não somente à sobrecarga laboral, ao excesso de responsabilidades, às atividades burocráticas, às publicações desenfreadas, mas também às condições de precariedade do contexto de trabalho. Neste sentido, Amaral, Borges e Juiz (2017) mencionam que as más condições de trabalho interferem diretamente na qualidade do trabalho docente. Número insuficiente de servidores/as docentes e técnicos administrativos, falta de estrutura física e de salas de aula, e recursos escassos fazem com que os/as professores/as levem trabalhos para realizar em casa, gerando mais sobrecarga. Os autores observaram também que as condições precárias impactam as relações socioprofissionais, pois há disputa de recursos disponíveis. Ademais, os/as docentes

buscam estratégias para amenizar as dificuldades, comprando os materiais com recursos próprios, enquanto outros são críticos e não aceitam que a universidade não se responsabilize pela aquisição dos recursos.

Vilela, Garcia e Vieira (2013) enumeram alguns fatores que têm contribuído para a precarização do trabalho docente: o primeiro é a escassez de concursos públicos, que aumenta o número de contratações temporárias de professores/as substitutos/as, situação que tem acontecido com maior frequência. Com o vínculo empregatício instável, esses/as profissionais são levados/as a exercerem outras atividades ou atuarem em várias instituições. Vale ressaltar aqui que tal fragilidade empregatícia é percebida também entre docentes de instituições privadas (Sanchez & Santos, 2013). A falta de organização sindical é apontada como segundo elemento, uma vez que as pressões institucionais e a insegurança que permeiam o ambiente de trabalho inibem a liberdade de comunicação com as chefias, fazendo com que as formas de expressões sejam comedidas por medo de perder o emprego. Por sua vez, D'Oliveira e cols. (2018) observaram a presença de dificultadores nos campos de estágios da área da saúde, como a falta de recursos materiais e tecnológicos, e de estrutura física, fazendo com que o/a docente se sinta angustiado/a por não ter os recursos necessários para a execução de seu trabalho.

A precarização do trabalho no ensino superior pode suscitar efeitos deletérios à saúde do/da docente. O professor/a professora, ao vivenciarem um contexto de trabalho precário, permeado de fortes pressões institucionais, pode incorrer em sentimento de insegurança, insatisfação e angústia, resultando paulatinamente em adoecimento.

Relações socioprofissionais

A sobrecarga e a precarização não são as únicas dimensões que podem comprometer a saúde docente. Um contexto laboral permeado de conflitos interpessoais pode repercutir negativamente no âmbito da saúde mental. No campo das relações socioprofissionais, observou-se uma percepção heterogênea dessa dimensão. Conforme Ruza e Silva (2016), alguns/mas docentes consideram o ambiente de trabalho agradável e sentem-se reconhecidos/as; outros/as queixam-se de conflitos, jogo político, falta de diálogo, competição e excesso de politização. Quanto à relação estabelecida com os/as alunos/as, apontam sentirem-se valorizados/as e reconhecidos/as por eles/elas. Nessa mesma direção, Vilela, Garcia e Vieira (2013) identificaram que, para a maioria dos/das docentes entrevistados/as, a relação entre os pares é o principal fator compensatório no binômio prazer-sofrimento, uma vez que o diálogo

e respeito mútuo são basilares da boa convivência. No entanto, destacam menor liberdade de expressão com as chefias.

Se, por um lado, o bom relacionamento com os pares é fonte de prazer e de reconhecimento, os conflitos entre os pequenos grupos são fontes de sofrimento e podem impactar a saúde mental do/da trabalhador/a. Conforme Amaral, Borges e Juiz (2017), as reuniões em conselhos deliberativos geram sofrimento, pois os encontros são permeados de discussões agressivas e de rivalidade, enquanto que, o relacionamento com os/as alunos/as foi identificado como gratificante. Por outro lado, o estudo de Dalagasperina e Monteiro (2016) revelou a indisciplina dos/das alunos/as como geradora de estresse, uma vez que o/a professor/a se sente desrespeitado/a pela falta de interesse pela aula. Quanto à relação institucional, os conflitos são oriundos da falta de autonomia, uma vez que os/as docentes são submetidos/as ao posicionamento da chefia em relação aos seus/suas alunos/as, sem o poder de tomadas de decisões. Este estudo, porém, não evidenciou dificuldades de relacionamento entre os pares. No caso estudado por D'Oliveira e cols. (2018) as relações de trabalho são percebidas como positivas e como facilitadoras na execução das tarefas.

O bom relacionamento socioprofissional é condição importante na redução dos níveis de estresse e para atenuar o sofrimento no contexto laboral, uma vez que a convivência prazerosa proporciona o bem-estar e fortalece os vínculos profissionais. Do contrário, a hostilidade no ambiente de trabalho pode culminar em adoecimento.

Sintomas e/ou sinais de adoecimentos psíquicos/mentais

A Organização Internacional do Trabalho (OIT) considera a profissão docente como uma das mais estressantes do mundo, podendo o quadro de estresse ocupacional ser conduzido à sua fase crônica, acarretando a síndrome de *burnout*. Dentre as produções acadêmicas selecionadas, duas investigaram a prevalência do desgaste profissional em professores/as universitários/as por meio de instrumentos psicométricos padronizados.

No estudo de Costa e colaboradores (2013), a prevalência do esgotamento profissional mostrou-se semelhante à encontrada na literatura, como nos estudos de Gil-Monte (2011). Os resultados mostraram que 11,2% dos 169 professores/as entrevistados/as em instituições do ensino superior (2 públicas e 5 privadas) apresentam um conjunto de sinais vinculados ao estresse laboral, caracterizando um grau moderado de mal-estar; 3% da amostra são considerados casos críticos. Estes resultados podem evidenciar o aparecimento da síndrome após exposição prolongada aos estressores.

Em contrapartida, os resultados obtidos no estudo de Prado e colaboradores (2017) identificaram baixo índice em todas as dimensões da síndrome de *burnout*. Porém, a dimensão de exaustão emocional pontuou um maior escore. Esta dimensão pode ser um aspecto inicial do adoecimento, sendo identificada pela sensação de fadiga. A amostra foi composta por 72 docentes, sendo destes 66 % do gênero masculino e 33,3%, do feminino, em cursos da área de saúde de uma universidade privada. Para os autores, o presente estudo aponta para uma possibilidade de desenvolvimento da doença na população estudada.

Consoante com esses achados, Carlotto (2002), expõe que a síndrome de *burnout* no ambiente educacional é um fenômeno complexo e multidimensional, resultante da combinação de fatores individuais, organizacionais e sociais. A interação desses aspectos pode suscitar o adoecimento. Posto isso, os aspectos culturais e organizacionais, ou até mesmo diferenças na seleção das amostras podem apresentar divergências na predição da síndrome de *burnout*, no entanto, ambas sinalizam o risco iminente do surgimento da doença.

No estudo de D'Oliveira e colaboradores (2018) com 16 professores da graduação em Enfermagem de uma instituição pública, verificou-se que a configuração da organização do trabalho repercute negativamente sobre a saúde dos/das professores/as, uma vez que, devido à sobrecarga, esses/essas têm sensação constante de não conseguirem concluir suas atividades, gerando sofrimento psíquico, cansaço e estresse. Por outro lado, o estudo de Vilela, Garcia e Vieira (2013) com 52 educadores do curso de Pedagogia de uma faculdade pública evidenciou vivências moderadas de sofrimento. Neste estudo, os sinais de desgaste são distúrbios do sono, dores nas pernas, cansaço excessivo e problemas na voz. Segundo os autores, o adoecimento está contido pelas estratégias de compensação para atenuar as exigências do trabalho, buscando a negação do sofrimento e a maximização das vivências de prazer. Dalagasperina e Monteiro (2016) identificaram sintomas de cefaleia, tensão muscular, alterações no humor, sensação de desgaste físico, irritabilidade, sensibilidade emotiva excessiva e diminuição da libido.

Por sua vez, Martins e Honório (2014) realizaram um estudo em uma universidade privada em Minas Gerais com amostra de 129 professores/as e, verificou-se que, o esgotamento profissional destacou-se como o fator mais crítico de sofrimento no trabalho. Constatou-se também que os/as docentes com menos de 5 (cinco) anos de atuação sofrem mais pela falta de reconhecimento e estão mais suscetíveis ao sofrimento. Outro estudo realizado por Ferreira e colaboradores (2015) com 175 docentes da área de saúde de uma instituição privada, foi observada a prevalência de transtornos mentais comuns. Um dado preocupante é que metade dos/das docentes com menos de 35 anos estão inclusos na prevalência encontrada, indicando um processo de desgaste acelerado em decorrência das repercussões negativas do trabalho sobre

a saúde. Em contrapartida, o caso estudado por Gouveia, Alves e Costa (2013), com 51 professores/as de uma universidade Federal do Piauí, concluiu-se que apenas 21,6% da amostra estava na fase de resistência do estresse, enquanto 68,6% não se enquadraram em nenhuma fase.

Quanto ao gênero, os estudos apresentaram que as mulheres estão mais propensas ao estresse e ao esgotamento profissional (Araújo e cols., 2016; Camargo, Oliveira, Hino & Reis, 2013; Gouveia, Alves & Costa, 2013; Hoffmann e cols., 2017; Sanches & Santos, 2013). Nos estudos de Camargo e cols. (2013) e de Gouveia, Alves e Costa (2013), o gênero feminino apresentou maiores escores de estresse. O caso estudado por Hoffman e cols. (2017) identificou maior sofrimento das mulheres (44%) em relação aos homens, coadunando aos demais estudos. Segundo os autores, as mulheres percebem um impacto maior do sofrimento laboral, com nível grave, enfrentando um maior desgaste profissional. Neste sentido, observou-se que homens e mulheres podem ter vivências diferentes em relação ao mesmo contexto de trabalho. A situação de maiores índices de estresse e de desgaste profissional entre as mulheres pode estar atrelada ao acúmulo de papéis que elas exercem em sociedade, advindos da sobrecarga em relação à carreira e a vida doméstica e familiar.

Para além, os aspectos da organização do trabalho docente estão interligados, podendo apresentar elementos estressores em uma das dimensões ou de forma concomitante. A exposição prolongada aos estressores podem levar o/a trabalhador/a ao adoecimento quando este/esta não consegue mais reconfigurar-se diante do seu trabalho. Apesar do sofrimento gerado pelas demandas de produtividade acadêmica, o trabalho docente tem proporcionado vivências de prazer e de realização profissional, fato este, que, ou pode estar contendo, ou mascarando o adoecimento.

Estratégias de Enfrentamento

Dentre as 16 produções acadêmicas desta revisão sistemática, duas abordaram a temática estratégias de enfrentamento na saúde docente. Tais estratégias têm importância fundamental como forma de promover saúde dentro do contexto de trabalho. No estudo de Araújo e cols. (2016), os/as participantes destacaram a realização de atividades culturais, religiosas, prática de exercício, relaxamento e a presença da família como forma de superar o estresse.

Por outro lado, Sanches e Santos (2013), utilizaram uma escala de Lazarus e Folkman (1985) constituída de oito fatores (confronto autocontrole, afastamento, suporte social, aceitação de responsabilidade, fuga-esquiva, resolução de problemas e reavaliação positiva),

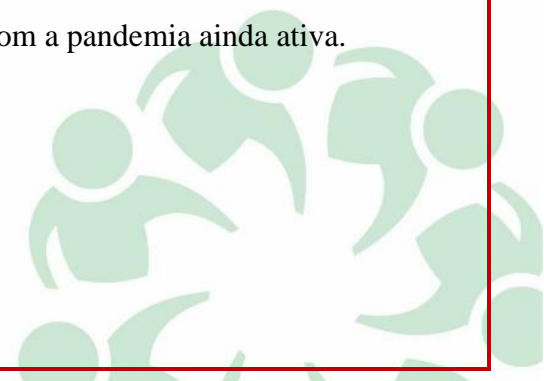
validada no Brasil por Savoia para identificar quais estratégias de enfrentamento (*coping*) os/as professores/as utilizavam durante um evento estressor. Dentre as mencionadas, as mais utilizadas foram a de autocontrole, suporte social, resolução de problema e a avaliação positiva.

As estratégias de enfrentamento possibilitam ao/à trabalhador/a que ele/ela utilize suas habilidades cognitivas e comportamentais para minimizar os efeitos dos elementos estressores no contexto laboral. Quando o/a professor/a tem conhecimento do problema fica mais fácil buscar estratégias de enfrentamento. Contudo, não foram identificados nessa pesquisa produções acadêmicas que documentem as estratégias de intervenção, ou porque existem em áreas afins, fora da Psicologia, ou porque não são publicadas, ou porque estão em formatos de produções acadêmicas excluídas nos critérios dessa pesquisa. Tal fato aponta para a necessidade de uma busca mais ampla por essa informação, mas especificamente, por ações dentro do contexto laboral de prevenção de doenças causadas pelo estresse.

Impactos da Pandemia na atividade docente

A crise sanitária mundial desencadeada pela pandemia da COVID-19 gerou adoecimento psíquico também no âmbito da atividade docente universitária. Dois artigos (os mais recentes) apresentaram aspectos que auxiliaram no desgaste emocional e comprometeram a saúde mental desses trabalhadores, com as novas formas de organização do trabalho à distância, a reclusão e as necessidades familiares misturadas com as necessidades laborais, além da sua própria atividade, o imperativo do domínio de novas ferramentas de trabalho e meios de comunicação com discentes e gestão, etc.

Como é apresentado no artigo de Barreto e cols. (2022), houve um aumento significativo do trabalho associado à compulsão (*workaholismo*) e aos sintomas da síndrome de *burnout*, o que corrobora com o estudo de Freitas e cols. (2021) com a associação da atividade laboral na pandemia a sintomas de depressão, ansiedade e estresse ocupacional em professores universitários da área da saúde. A atenção e o combate à exaustão emocional dos docentes nas universidades devem ser acompanhados por ações efetivas no atual retorno às atividades presenciais, mesmo com a vacinação avançada no Brasil, mas com a pandemia ainda ativa.



Considerações finais

O tema saúde mental e trabalho docente tem suscitado diversos estudos nos últimos anos. Como bem assegura Gradella Júnior (2010), a saúde mental dos/das professores/as é um requisito indispensável para que eles/elas executem sua função com excelência, uma vez que a atividade intelectual se efetiva na produção do conhecimento e na formação dos múltiplos sujeitos. Quando os fatores psicossociais presentes no contexto laboral são identificados negativamente pelo/pela trabalhador/a, estes podem se tornar riscos para a sua saúde mental, causando estresse, esgotamento profissional, ansiedade, dentre outros danos.

O presente estudo buscou evidenciar, a partir da literatura sobre estresse ocupacional e *burnout*, quais são manifestações de adoecimento psíquico/mental que têm acometido os/as docentes de nível superior brasileiros, bem como os fatores geradores de sofrimento e adoecimento no contexto do ambiente universitário. Ademais, permitiu compreender quais as consequências da presença de componentes estressores sobre a saúde do/da docente.

De modo geral, constatou-se que a sobrecarga laboral, a precarização das condições de trabalho e as relações socioprofissionais são os principais fatores geradores de adoecimento, como o estresse e esgotamento profissional, no ambiente acadêmico, e, conseqüentemente, afetam as diferentes esferas da vida do/da trabalhador/a, fragilizando os vínculos afetivos e sociais, além de limitar o tempo para o lazer e para o cuidado à saúde. Esses aspectos foram agravados com a pandemia da COVID-19 e as suas consequências já podem ser percebidas enquanto adoecimento psíquico.

Apesar do sofrimento presente no contexto de trabalho do docente universitário, percebeu-se que os/as profissionais conseguem vivenciar experiências de prazer e satisfação pelo trabalho. Todavia, deve-se atentar para tal fato, e observar se as experiências de prazer decorrentes do trabalho intelectual estão minimizando o sofrimento ou se estão apenas mascarando o adoecimento, uma vez que a síndrome de *burnout* surge mediante o enfrentamento do estresse ocupacional e se instala silenciosa e paulatinamente.

Partindo dos descritores utilizados, chegou-se a publicações sobre vivências de prazer e sofrimento na carreira docente, o que pode inferir que *burnout* e estresse têm sido estudados do ponto de vista de diferentes abordagens da psicologia, e não somente de um ponto de vista epidemiológico. Estudos sobre o estresse ocupacional e a síndrome de *burnout* são predominantemente realizados pelo viés das pesquisas epidemiológicas, que preconizam o uso de instrumentos qualitativos e quantitativos. No entanto, essa revisão sistemática possibilitou o acesso a estudos com enfoque teórico-metodológico na psicodinâmica do trabalho que apontaram o estresse e o esgotamento profissional como manifestações de sofrimento no trabalho docente. Tal abordagem pode oferecer outros parâmetros para o estudo da síndrome

de *burnout* e outras formas de sofrimento psíquico, uma vez que esta perspectiva possibilita a compreensão da organização do trabalho e suas repercussões sobre a saúde do/da trabalhador/a, além de oferecer instrumentos próprios de investigação.

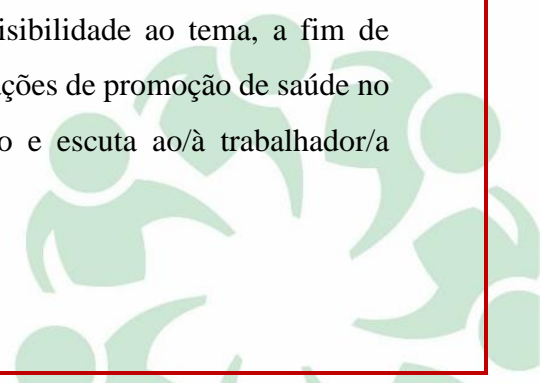
Ademais, observou-se que as produções acadêmicas com enfoque na psicodinâmica do trabalho têm identificado que as vivências de sofrimento laboral culminam em adoecimentos, apontando para o cansaço, esgotamento físico e mental e o estresse como principais manifestações. Embora essa abordagem priorize a normalidade sobre a patologia, os estudos apresentaram valiosas contribuições na interlocução entre trabalho e saúde mental do/da docente.

Como limitação deste estudo, destaca-se a restrição de tempo para apreciar e revisar um número maior de títulos, tendo em vista a disponibilidade de artigos publicados nas últimas duas décadas (1999 a 2022) sobre estresse e síndrome de *burnout* em profissionais docentes dos diversos níveis de ensino. Entretanto, vê-se nisso uma oportunidade para novos estudos, objetivando ampliar o recorte temporal e, conseqüentemente, a amostra de artigos para se ter um panorama mais abrangente das publicações sobre adoecimento mental de docentes.

O presente estudo apresentou outras limitações, uma vez que se utilizou somente os descritores “*burnout* AND docentes”, “*burnout* AND professores”, “estresse AND docentes” e “estresse AND professores”; para o mapeamento dos periódicos foram utilizadas apenas duas bases de dados indexadas. A escolha metodológica utilizada pode ter deixado de lado alguns estudos que não se enquadravam na proposta.

Ademais, recomenda-se ainda como trabalhos futuros: a) usar outros descritores, buscando identificar fatores, sinais e sintomas de adoecimento em profissionais docentes convergentes ou divergentes aos relatados neste estudo; b) ampliar as buscas em outras bases de dados (PubMed, PePSIC, IIndex Psi Periódicos etc.) incluindo periódicos em língua inglesa, pela disponibilidade e diversidade de estudos de caráter nacional e internacional, podendo comparar os resultados entre diferentes nacionalidades; c) estudar a saúde mental de docentes, de nível superior ou dos demais níveis de ensino, à luz da abordagem da psicodinâmica do trabalho, tendo em vista a incidência de artigos sobre esta temática que retornou ao buscar nas bases publicações sobre estresse e síndrome de *burnout*.

Espera-se que este estudo possa contribuir para dar visibilidade ao tema, a fim de propiciar novas investigações e direcionar a implementação de ações de promoção de saúde no ambiente laboral, como, por exemplo, criar espaços de apoio e escuta ao/à trabalhador/a docente.



REFERÊNCIAS

- Amaral, G. A., Borges, A. L. Juiz, A. P. M. (2017). Organização do trabalho, prazer e sofrimento de docentes públicos federais. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, 20(1), 15-28.
- Araújo, L. M. N. de, Santos, V.E.P., Martins, C. C. F., Dantas, M. S. P., dos Santos, N. P., Alves, K. Y. A. (2016). Estresse no cotidiano universitário: estratégias de enfrentamento de docentes da saúde. *Revista Online de Pesquisa Cuidado é Fundamental*, 8(4), 4956-4964. <https://doi.org/10.9789/2175-5361.2016.v8i4.4956-4964>
- Barreto M. F. C., e cols. (2022). Workaholism e burnout entre docentes de pósgraduação stricto sensu. *Revista de Saúde Pública*, 56(48), 1-12. <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2022056003883>
- Bosi, A. P. (2007). A precarização do trabalho docente nas instituições de ensino superior no Brasil nesses últimos 25 anos. *Educação & Sociedade*, 28(101), 1503-1523.
- Camargo, E., Oliveira, M. P., Añez, C. R., Hino, A. & Reis, R. (2013). Estresse percebido, comportamentos relacionados à saúde e condições de trabalho de professores universitários. *Psicologia Argumento*, 31(75), 589-597.
- Cardoso, H. F., Baptista, M. K., Sousa, D. F. A., & Júnior, E. G. (2017). Síndrome de burnout: análise da literatura nacional entre 2006 e 2015. *Revista Psicologia Organizações e Trabalho*, 17(2), 121-128.
- Carlotto, M. S. (2002). A síndrome de Burnout e o trabalho docente. *Psicologia em Estudo*, 7(1), 21-29.
- Carlotto, M. S., & Câmara, S. G. (2008). Análise de produção científica sobre a síndrome de burnout no Brasil. *Psico*, 39(2), 152-158.
- Chauí, M. A. (2003). A universidade pública sob nova perspectiva. *Revista Brasileira de Educação*, 24, 5-15.
- Codo, W., Soratto, L. & Vasques-Meneses, I. (2004). Saúde mental e trabalho. In J. C. Zanelli, Borges-Andrade, J. E., & A. V. B. Bastos (Eds.), *Psicologia, organizações e trabalho no Brasil* (Cap. 8, pp. 267-299). Artmed.
- Codo, W., & Vasques-Meneses, I. (1999). O que é *burnout*? In: W. Codo. (Ed.). *Educação, carinho e trabalho*. Vozes.
- Costa, L. S. T. C., Gil-Monte, P. R., Possobon, R. F., & Ambrosano, G. M. B. (2013). Prevalência da síndrome de *burnout* em uma amostra de professores universitários brasileiros. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 26(4), 636-642. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722013000400003>
- D'Oliveira, C. A. F. B., Almeida, C. M., Souza, N. V. D. O., Pires, A., Madriaga, L. C. V., & Varella, T. C. M. M. L. (2018). Trabalho docente de enfermagem e as repercussões no processo saúde-doença. *Revista De Pesquisa Cuidado é Fundamental Online*, 10(1), 196–202. <https://doi.org/10.9789/2175-5361.2018.v10i1.196-202>

- Dalagasperina, P., & Monteiro, J. K. (2016). Estresse e docência: um estudo no ensino superior privado. *Revista Subjetividades*, 16(1), 36-51.
- Dejours, C. (1988). *A Loucura do Trabalho: Estudo da Psicopatologia do Trabalho* (A. I. Paraguay & L. L. Ferreira, Trad.). São Paulo: Cortez Oboré.
- Diehl, L., & Marin, A. H. (2016). Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 7(2), 64-85.
- Farber, B. A. (1991). *Crisis in education. Stress and burnout in the american teacher*. Jossey-Bass Inc.
- Ferreira, R. C., Silveira, A. P., Sá, M. A., Lima, S. B., Souza, J. G. S., Martins, A. M. E. B. L. (2015). Transtorno mental e estressores no trabalho entre professores universitários da área da saúde. *Trabalho, Educação e Saúde*, 13(1), 135-155. <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sip00042>
- França, H.H (1987). A síndrome de "Burnout". *Revista Brasileira de Medicina*, 44, 197-199.
- Freitas, R. F., e cols. (2021). Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da COVID-19. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 70(4), 283-292. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000348>
- Freudenberger, H.J. (1974). Staff Burn-Out. *Journal of Social Issues*, 30, 159-165.
- Garcia, L. P., & Benevides-Pereira, A. M. T. (2003). Investigando *Burnout* em professores universitários. *Revista Eletrônica Interação Psy*, 1, 76-89.
- Gil-Monte, P. R. (2011). *CESQT. Cuestionario para la evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo. Manual*. Madrid, España: TEA.
- Gouveia, S. S. V., Alves, A. B., & Costa, T. A. S. (2013). Análise do nível de estresse e dos fatores de risco de doença cardiovascular em professores da Universidade Federal do Piauí – Campus Parnaíba. *Revista Baiana de Saúde Pública*, 37(4), 979-990.
- Gradella Júnior, O. (2010). Sofrimento psíquico e trabalho intelectual. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, 13(1), 133-148.
- Hoffmann, C., Zanini, R. R., Moura, G. L., Costa, V. M. F., Comoretto, E. (2017). Psicodinâmica do trabalho e riscos de adoecimento no magistério Superior. *Estudos Avançados*, 31(91), 257-276. <https://doi.org/10.1590/s0103-40142017.3191019>
- Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. (2018). *Resumo Técnico: Censo da Educação Superior 2015*. 2. ed. <https://www.gov.br/inep/pt-br/centrais-de-conteudo/acervo-linha-editorial/publicacoes-institucionais/estatisticas-e-indicadores-educacionais/resumo-tecnico-2013-censo-da-educacao-superior-2015-2013-2a-edicao>
- Jacques, M. G. C. (2003). Abordagens teóricas-metodológicas em saúde/doença mental & trabalho. *Psicologia & Sociedade*, 15(1), 97-116.

- Lazarus, S. (1995). Psychological stress in the workplace. In R. Crandall, & P. L. Perrewé (Orgs.), *Occupational stress: a handbook* (pp. 3-14). Taylor & Francis.
- Lazarus, S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Mancebo, D. (2007). Trabalho docente: subjetividade, sobre implicação e prazer. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 20(1), 74-80.
- Martins, A. A. V., & Honório, L. C. (2014). Prazer e sofrimento docente em uma instituição de ensino superior privada em Minas Gerais. *Organizações & Sociedade*, 21(68), 835-851. <https://doi.org/10.1590/S1984-92302014000100005>
- Maslach, C. & Jackson, S.E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99-113.
- Maslach, C., & Leiter, M.P. (1999). Take this job and ...love it. *Psychology Today*, 32, 50-57.
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. G. (2009). Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. *PLoS Med* 6(7): e1000097. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>
- Nunes, A. V. L., & Lins, S. L. B. (2009). Servidores públicos federais: uma análise do prazer e sofrimento no trabalho. *Revista de Psicologia Organizacional e do Trabalho*, 9(1), 51-67.
- Paschoal, T. & Tamayo, A. (2004). Validação da escala de estresse no trabalho. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 9(1), 45-52. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2004000100006>
- Prado, R. L. do, Bastianini, M. E., Cavalleri, M. Z., Ribeiro, S. F. R., Pizi, E. C. G., & Marsicano, J. A. (2017). Avaliação da síndrome de burnout em professores universitários. *Revista da ABENO*, 17(3), 21-29.
- Reinhold, H. H. (2004). *O sentido da vida: prevenção do stress e burnout em professores* [Tese de doutorado não-publicada, Programa de Pós-Graduação em Psicologia]. Pontifícia Universidade Católica de Campinas, SP, Brasil.
- Ruza, F. M. & Silva, E. P. (2016). As transformações produtivas na pós-graduação: o prazer no trabalho docente está suspenso? *Revista Subjetividades*, 16(1), 91-103. <https://doi.org/10.5020/23590777.16.1.91-103>
- Sampaio, R. F., & Mancini, M. C. (2007). Estudos de Revisão Sistemática: um guia para síntese criteriosa da evidência científica. *Revista brasileira de fisioterapia*, 11, 83-89.
- Sanches, E. N., & Santos, J. D. F. (2013). Estresse em docentes universitários da saúde: situações geradoras, sintomas e estratégias de enfrentamento. *Psicologia Argumento*, 31(75), 615-626.
- Souza, R. K., Mendonça, A. L. O., Rodrigues, A. M. S., Felix, E. G., Teixeira, L. R., Santos, M. B. M., & Moura, M. (2017). A nova organização do trabalho na universidade pública: consequências coletivas da precarização na saúde dos docentes. *Ciência & Saúde Coletiva*, 22(11), 3667-3676. <https://doi.org/10.1590/1413-812320172211.01192016>

Vilela, E. F., Garcia, F. C., & Vieira, A. (2013). Vivências de prazer-sofrimento no trabalho do professor universitário: estudo de caso em uma instituição pública. *REAd: Revista Eletrônica de Administração*, 19(2), 517-540. <https://doi.org/10.1590/S1413-23112013000200010>

Contribuições dos Autores	
Autor 1:	Análise Formal, Conceituação, Curadoria de Dados, Escrita – Primeira Redação, Investigação, Metodologia
Autor 2:	Escrita – Revisão e Edição, Supervisão, Validação e Visualização.

