

SÍNDROME DE BURNOUT NA PRÁTICA DOCENTE E NO COTIDIANO ESCOLAR: REVISÃO NARRATIVA

Nathalia Cristina Santos da Silva ¹ Mariceli Leal dos Santos ² Luiz Maria de Souza Aguiar ³

¹Mestranda em Ciências da Educação, Universidade Autônoma de Assunção (UAA), Paraguai. E-mail: nathaliac.santos@hotmail.com

²Mestranda em Ciências da Educação, Universidade Autônoma de Assunção (UAA), Paraguai. E-mail: maryleeeal@gmail.com

³Doutor em Ciências da Educação, Universidade Autônoma de Assunção (UAA), Paraguai. E-mail: luiz.aguiar@educacao.mg.gov.br

RESUMO

O cotidiano escolar configura-se como um espaço marcado por múltiplas interações, exigências pedagógicas e desafios institucionais que incidem diretamente sobre a prática docente. Nas últimas décadas, transformações sociais, políticas e educacionais têm intensificado o trabalho dos professores, ampliando responsabilidades e contribuindo para o desgaste físico e emocional. Nesse contexto, a Síndrome de Burnout apresenta-se como um fenômeno recorrente no ambiente escolar, especialmente em profissões caracterizadas pelo contato interpessoal contínuo. Este artigo tem como objetivo analisar os fundamentos teóricos da Síndrome de Burnout no cotidiano escolar, discutindo suas implicações para a prática docente diante dos desafios contemporâneos da educação. Trata-se de um estudo de natureza teórica, desenvolvido por meio de uma revisão bibliográfica narrativa de produções científicas nacionais e internacionais que abordam o burnout, o trabalho docente e a saúde mental. Os estudos analisados indicam que o burnout docente está fortemente associado à intensificação do trabalho, à sobrecarga de funções, à pressão por resultados e à fragilização do suporte institucional, produzindo impactos significativos sobre a prática pedagógica e sobre o bem-estar profissional. Conclui-se que o enfrentamento do burnout exige ações institucionais e coletivas voltadas à valorização docente e à promoção da saúde mental no contexto escolar.

PALAVRAS – CHAVE: Síndrome de Burnout; Prática docente; Ambiente escolar; Saúde mental.

SÍNDROME DE BURNOUT EN LA PRÁCTICA DOCENTE Y EN EL COTIDIANO ESCOLAR: REVISIÓN NARRATIVA

RESUMEN

El cotidiano escolar se configura como un espacio marcado por múltiples interacciones, exigencias pedagógicas y desafíos institucionales que inciden directamente en la práctica docente. En las últimas décadas, transformaciones sociales, políticas y educativas han intensificado el trabajo de los profesores, ampliado sus responsabilidades y contribuido al desgaste físico y emocional. En este contexto, el Síndrome de Burnout se presenta como un fenómeno recurrente en el ambiente escolar, especialmente en profesiones caracterizadas por el contacto

interpersonal continuo. Este artículo tiene como objetivo analizar los fundamentos teóricos del Síndrome de Burnout en el cotidiano escolar, discutiendo sus implicaciones para la práctica docente frente a los desafíos contemporáneos de la educación. Se trata de un estudio de naturaleza teórica, desarrollado mediante una revisión bibliográfica narrativa de producciones científicas nacionales e internacionales que abordan el burnout, el trabajo docente y la salud mental. Los estudios analizados indican que el burnout docente está fuertemente asociado con la intensificación del trabajo, la sobrecarga de funciones, la presión por resultados y la fragilidad del apoyo institucional, produciendo impactos significativos en la práctica pedagógica y en el bienestar profesional. Se concluye que el afrontamiento del burnout exige acciones

institucionales y colectivas orientadas a la valorización docente y a la promoción de la salud mental en el contexto escolar.

Palabras clave: Síndrome de Burnout; Práctica docente; Ambiente escolar; Salud mental.

BURNOUT SYNDROME IN TEACHING PRACTICE AND THE SCHOOL ENVIRONMENT: A NARRATIVE REVIEW ABSTRACT

ABSTRACT

School daily life is characterized by multiple interactions, pedagogical demands, and institutional challenges that directly affect teaching practice. In recent decades, social, political, and educational changes have intensified teachers' work, expanded their responsibilities, and contributed to physical and emotional strain. In this context, Burnout Syndrome has emerged as a recurring

phenomenon in the school environment, especially in professions characterized by continuous interpersonal contact. This article aims to analyze the theoretical foundations of Burnout Syndrome in school daily life, discussing its implications for teaching practice in light of the contemporary challenges of education. It is a theoretical study developed through a narrative literature review of national and international scientific publications addressing burnout, teaching work, and mental health. The studies analyzed indicate that teacher burnout is strongly associated with work intensification, role overload, pressure for results, and weakened institutional support, producing significant impacts on pedagogical practice and professional well-being. It is concluded that addressing burnout requires institutional and collective actions aimed at valuing teachers and promoting mental health in the school context.

Keywords: Burnout syndrome; Teaching practice; School environment; Mental health.

1. INTRODUÇÃO

O cotidiano escolar constitui-se como um espaço complexo, permeado por múltiplas interações, exigências pedagógicas e desafios institucionais que incidem diretamente sobre a prática docente. Nas últimas décadas, transformações sociais, políticas e educacionais têm ampliado as responsabilidades atribuídas aos professores, intensificando o trabalho pedagógico e impactando significativamente suas condições de atuação profissional. Esse cenário contribui para o aumento do sofrimento psíquico docente e para a ampliação dos debates sobre saúde mental no contexto educacional.

Nesse cenário, a Síndrome de Burnout emerge como fenômeno recorrente no ambiente escolar, especialmente em profissões marcadas por envolvimento emocional contínuo. Conforme Maslach (2009), o burnout

constitui uma resposta prolongada a estressores emocionais e interpessoais crônicos no trabalho, não se reduzindo a um estado momentâneo de cansaço. Trata-se, portanto, de um fenômeno psicossocial que expressa o desgaste da relação do sujeito com sua atividade profissional.

No campo educacional, o burnout assume especificidades em razão da natureza relacional da docência. O acúmulo de estressores psicossociais compromete a saúde do professor e interfere na qualidade das relações pedagógicas, impactando os processos de ensino e aprendizagem (CARLOTTO, 2002). Assim, compreender a Síndrome de Burnout no cotidiano escolar implica superar abordagens individualizantes e considerar as condições concretas de trabalho e os desafios contemporâneos da docência.

Revisões recentes também reforçam a

relevância do tema ao indicar ampla variação na prevalência e nos fatores associados ao burnout docente em diferentes contextos, como níveis e etapas de ensino (especialmente na educação básica), redes e sistemas escolares, e no período recente marcado por mudanças nas condições de trabalho e reorganizações institucionais (AGYAPONG et al., 2022; OZAMIZ-ETXEBARRIA et al., 2023).

Diante disso, este artigo tem como objetivo analisar os fundamentos teóricos da Síndrome de Burnout no cotidiano escolar, discutindo suas implicações para a prática docente à luz dos desafios contemporâneos da educação.

2. DIMENSÕES DO BURNOUT E SUA APLICAÇÃO AO TRABALHO DOCENTE

2.1. Modelo tridimensional e dimensões do burnout

O modelo tridimensional proposto por Maslach e Jackson constitui um dos principais referenciais teóricos para a compreensão da Síndrome de Burnout. Nessa perspectiva, o burnout é composto por três dimensões inter-relacionadas: exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional (MASLACH; JACKSON, 1981).

Em síntese, essas três dimensões são amplamente utilizadas em pesquisas contemporâneas sobre burnout em professores, inclusive em estudos de meta-análise que discutem fatores associados a exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional (ROLOFF et al., 2022).

A exaustão emocional refere-se ao sentimento de esgotamento físico e psíquico diante das demandas do trabalho. A despersonalização manifesta-se por distanciamento afetivo, cinismo e objetificação das relações interpessoais. A redução da realização profissional, por sua

vez, expressa sentimentos de incompetência, desvalorização e perda de sentido no trabalho.

2.2. Aplicação ao trabalho docente

No contexto da docência, essas dimensões assumem particular relevância, uma vez que o trabalho docente se caracteriza por intenso envolvimento emocional e pela centralidade das relações humanas. Carlotto (2002) assinala que o exercício da docência reúne estressores psicossociais relacionados tanto à natureza das funções desempenhadas quanto ao contexto institucional e social em que essas funções se realizam. Quando persistentes, tais estressores podem contribuir para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout, afetando o desempenho profissional, a saúde docente e o ambiente educacional.

Assim, o burnout docente não se restringe a um problema individual, mas pode ser compreendido como um fenômeno produzido no interior das relações de trabalho e das condições concretas do cotidiano escolar.

3. BURNOUT NO COTIDIANO ESCOLAR E DESAFIOS CONTEMPORÂNEOS DA DOCÊNCIA

3.1. Desafios contemporâneos da docência

Ao tratar dos desafios contemporâneos da docência, considera-se um conjunto de condições que atravessam o cotidiano escolar e intensificam a exposição a estressores ocupacionais. Entre esses desafios, destacam-se: (i) intensificação e sobrecarga de trabalho; (ii) ampliação da carga horária e acúmulo de funções pedagógicas e administrativas; (iii) violência escolar (verbal, física e simbólica); (iv) pressão por resultados e responsabilização individual, frequentemente associadas a avaliações externas; (v) reformas educacionais recorrentes e instabilidade curricular; e (vi)

redução da autonomia pedagógica docente.

Esses elementos repercutem na organização do trabalho docente, na qualidade das interações escolares e nas possibilidades de planejamento e intervenção pedagógica, configurando um cenário de maior desgaste físico e emocional para os professores.

3.2. Burnout como expressão das condições de trabalho no cotidiano escolar

Esse conjunto de fatores configura um cenário de elevada tensão, no qual o sofrimento psíquico docente tende a ser naturalizado como parte inerente da profissão. Dalcin e Carlotto (2017), ao analisarem pesquisas sobre burnout em professores no Brasil, indicam associação com elementos como carga horária excessiva, múltiplos vínculos empregatícios, sobrecarga de funções, pressão por resultados e fragilização do suporte institucional.

No período recente, discussões internacionais destacam que mudanças nas condições de trabalho (incluindo reconfigurações impostas pela pandemia) podem intensificar estresse e burnout, ao mesmo tempo em que evidenciam o papel de fatores organizacionais, como liderança e apoio institucional, na proteção do bem-estar docente (WESTPHAL et al., 2022; DREER, 2023).

Nesse sentido, o burnout docente pode ser compreendido como expressão de contradições presentes no trabalho educativo contemporâneo. Isso exige análises que considerem o cotidiano escolar como espaço de produção de tensões, conflitos e sofrimento psíquico, mas também como locus potencial para a construção de estratégias institucionais de cuidado e valorização profissional.

Em termos analíticos, os desafios contemporâneos da docência tendem a intensificar estressores ocupacionais e a fragilizar recursos de apoio no cotidiano

escolar, criando condições favoráveis ao avanço das dimensões do burnout. Nessa direção, compreender como tais desafios se expressam na experiência docente contribui para explicar seus efeitos sobre o trabalho pedagógico e para fundamentar estratégias institucionais de prevenção e cuidado.

4. IMPLICAÇÕES DO BURNOUT PARA A PRÁTICA PEDAGÓGICA

4.1. Impactos do burnout na prática pedagógica

As implicações da Síndrome de Burnout para a prática pedagógica são amplas. Professores em processo de esgotamento emocional tendem a apresentar dificuldades de engajamento profissional, redução da criatividade pedagógica, fragilização dos vínculos com os estudantes e comprometimento do planejamento didático.

Carlotto (2002) observa que o burnout compromete o ambiente educacional, interfere na consecução dos objetivos pedagógicos e favorece processos de alienação, desumanização e intenção de abandono da profissão docente. Assim, o burnout não incide apenas sobre o professor individualmente, mas compromete o clima institucional da escola e a qualidade dos processos de ensino e aprendizagem.

Dessa forma, o enfrentamento da Síndrome de Burnout constitui condição fundamental para a construção de práticas pedagógicas mais qualificadas, sustentáveis e humanizadas, uma vez que a saúde mental docente se relaciona diretamente à qualidade da mediação pedagógica e das relações estabelecidas no ambiente escolar.

4.2. Estratégias de enfrentamento e prevenção

Além disso, a literatura internacional sobre bem-estar docente aponta relações consistentes

entresádeocupacional, vínculos pedagógicos, permanência na carreira e qualidade do trabalho escolar, reforçando a necessidade de estratégias institucionais de prevenção e cuidado (DREER, 2023). Nesse sentido, revisões recentes também sistematizam intervenções voltadas ao bem-estar e à redução do burnout, com destaque para ações de desenvolvimento socioemocional, mindfulness, formação e apoio coletivo (AVOLA et al., 2025).

5. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

5.1. Tipos de estudo e abordagem

Este artigo caracteriza-se como uma revisão bibliográfica narrativa de natureza teórica. Essa definição foi adotada por se tratar de um estudo orientado à problematização conceitual e interpretativa da literatura sobre a Síndrome de Burnout na docência, sem a finalidade de mensurar efeitos, estimar prevalência por protocolo exaustivo ou realizar síntese estatística dos achados. Diferentemente de revisões sistemáticas e de escopo, que operam com procedimentos mais rigidamente protocolados e, em geral, com objetivos de mapeamento abrangente ou avaliação reprodutível da evidência, a revisão bibliográfica narrativa permite integrar contribuições clássicas e recentes, explorar categorias analíticas centrais e construir uma interpretação crítica do fenômeno à luz das condições de trabalho e do cotidiano escolar. Ainda assim, foram explicitados os procedimentos de busca bibliográfica, seleção dos estudos e síntese narrativa, a fim de conferir maior transparência ao percurso metodológico.

5.2. Estratégia de busca, critérios e análise

A busca bibliográfica concentrou-se em publicações disponíveis entre 2000 e 2025,

recorte que permitiu reunir tanto obras de referência quanto estudos recentes sobre burnout docente e transformações no trabalho escolar. Foram consultadas bases nacionais e internacionais, com buscas em português, inglês e espanhol. Os principais descritores, bases consultadas e parâmetros gerais da busca bibliográfica estão sintetizados no Quadro 1.

A seleção dos estudos ocorreu em etapas qualitativas. Inicialmente, procedeu-se à leitura exploratória de títulos, resumos e palavras-chave dos materiais identificados. Em seguida, realizou-se a triagem por pertinência temática, com exclusão de textos duplicados, publicações sem relação consistente com a docência, estudos centrados em outras categorias profissionais sem possibilidade de diálogo analítico com o objeto e materiais que apenas mencionavam burnout de forma lateral, sem contribuição efetiva para a discussão proposta. Foram considerados elegíveis estudos teóricos, estudos empíricos e revisões que abordassem diretamente a relação entre burnout, trabalho docente, prática pedagógica, saúde mental e cotidiano escolar, bem como obras de referência reconhecidas na área. Por se tratar de revisão bibliográfica narrativa, não se buscou estabelecer uma amostra fechada de caráter exaustivo, mas constituir um corpus analítico coerente e relevante para responder ao objetivo do artigo.

A análise dos estudos selecionados foi desenvolvida por meio de síntese narrativa com orientação temática e interpretativa. Após a leitura integral dos textos considerados mais pertinentes, procedeu-se à identificação de eixos recorrentes, à aproximação entre autores e à organização das contribuições em núcleos analíticos, tais como dimensões do burnout, condições de trabalho docente, cotidiano escolar, impactos sobre a prática pedagógica e estratégias de enfrentamento. Na etapa seguinte, os estudos foram cotejados quanto a convergências, tensões e lacunas, possibilitando

uma interpretação crítica do fenômeno. Esse procedimento permitiu articular resultados de diferentes tipos de publicação sem reduzir a análise a mera descrição, conferindo transparência à síntese narrativa apresentada nas seções analíticas do artigo.

Quadro 1 – Indicadores da estratégia de busca e seleção de estudos (revisão narrativa)

Item	Descrição
Bases consultadas	SciELO; Google Acadêmico; ERIC; PubMed/MEDLINE; Scopus; Web of Science; APA PsycINFO
Idiomas	Português; inglês; espanhol
Recorte temporal	Publicações entre 2000 e 2025, de modo a contemplar obras de referência e estudos recentes sobre burnout docente
Estratégia de busca (exemplos)	PT: "Síndrome de Burnout" AND professores/docência; EN: "teacher burnout" AND teaching practice/school; ES: "burnout docente" AND escuela/docencia
Descritores	"Síndrome de Burnout"/"burnout syndrome"; "burnout docente"/"teacher burnout"; "prática docente"/"teaching practice"; "ambiente escolar"/"school environment"
Tipos de estudo	Estudos teóricos, estudos empíricos, revisões e obras de referência
Crítérios de elegibilidade	Estudos teóricos, estudos empíricos e revisões sobre burnout e docência, com pertinência para prática pedagógica, saúde mental e cotidiano escolar, no recorte temporal e nos idiomas definidos
Procedimento de análise	Leitura exploratória e integral, organização temática e síntese narrativa de caráter interpretativo

5.3. Comentários

A leitura interpretativa da literatura revisada permite sustentar que a Síndrome de Burnout, no cotidiano escolar, não pode ser adequadamente compreendida como mera resposta individual ao excesso de demandas, mas como expressão de um regime de trabalho marcado por intensificação, sobrecarga funcional, pressão por resultados e fragilização dos dispositivos institucionais de apoio. Nessa perspectiva, o adoecimento docente não se explica apenas por características subjetivas dos professores, ainda que estas possam interferir na forma de vivenciar o trabalho, mas pela articulação entre exigências emocionais da docência e condições objetivas de exercício profissional. O burnout, portanto, emerge como categoria analítica relevante para compreender como determinadas formas de organização do trabalho escolar convertem desgaste recorrente em sofrimento psíquico persistente.

Essa interpretação desloca o debate de

leituras psicologizantes ou moralizantes, que tendem a atribuir o esgotamento à suposta insuficiência adaptativa do professor, para uma análise das mediações institucionais que estruturam a experiência docente. Em vez de reduzir o problema à resiliência individual, a literatura examinada indica que o burnout deve ser analisado em conexão com políticas educacionais, formas de gestão, condições materiais de trabalho e reconhecimento profissional. Com isso, a discussão deixa de tratar o sofrimento como evento privado e passa a situá-lo como questão pedagógica, organizacional e política, com repercussões diretas sobre a qualidade das relações escolares e sobre a capacidade da escola de sustentar processos educativos consistentes.

Em chave comparativa, os estudos mobilizados nesta revisão convergem com achados internacionais recentes ao indicar que o burnout docente resulta da interação entre vulnerabilidades situadas e constrangimentos estruturais. A metanálise de OZAMIZ-ETXEBARRIA et al. (2023), ao apontar elevada prevalência e expressiva heterogeneidade entre contextos, reforça que o adoecimento se distribui desigualmente segundo condições de trabalho, gênero, etapa de ensino e reorganizações institucionais. Já ROLOFF et al. (2022) evidenciam que traços de personalidade podem se associar às dimensões do burnout, mas não possuem força explicativa suficiente para deslocar o foco analítico das condições organizacionais em que a docência se realiza. Em conjunto, esses estudos permitem sustentar que fatores individuais modulam a exposição e a resposta ao sofrimento, mas não substituem a centralidade do trabalho escolar como mediação fundamental do burnout.

No mesmo sentido, a literatura sobre intervenção sugere que estratégias efetivas de prevenção e enfrentamento não podem se limitar ao fortalecimento de competências individuais

desvinculadas do contexto institucional. A revisão de AVOLA et al. (2025) mostra que práticas como mindfulness, regulação emocional, atividade física, desenvolvimento profissional e formatos mistos de apoio podem produzir efeitos relevantes, mas sua efetividade tende a ser maior quando articulada a ações coletivas e organizacionais. Analiticamente, isso significa que intervenções centradas apenas na adaptação subjetiva do professor correm o risco de administrar sintomas sem incidir sobre as condições que os produzem. Desse modo, o conjunto dos estudos revisados sustenta a necessidade de uma abordagem multicausal do burnout docente, capaz de integrar cuidado individual, apoio coletivo e transformação das condições de trabalho que estruturam o cotidiano escolar.

Cabe registrar, ainda, que os achados aqui apresentados devem ser interpretados à luz das limitações próprias de uma revisão bibliográfica narrativa. Por não se tratar de revisão sistemática, a seleção dos estudos envolve maior margem de subjetividade, não opera com protocolo exaustivo de rastreamento e pode estar mais exposta a vieses de confirmação e de interpretação. Além disso, a heterogeneidade dos contextos, desenhos e enfoques analíticos dos estudos revisados impõe cautela na generalização dos resultados. Tais limites, contudo, não invalidam a contribuição do estudo; antes, delimitam seu alcance e reforçam seu caráter interpretativo e teórico.

REFERÊNCIAS

- AGYAPONG, Belinda; OBUOBI-DONKOR, Gloria; BURBACK, Lisa; WEI, Yifeng. Stress, burnout, anxiety and depression among teachers: a scoping review. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 19, n. 17, p. 10706, 2022. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9518388/>. Acesso em: mar. 2026.
- AVOLA, Pauliina; SOINI-IKONEN, Tiina; JYRKIAINEN, Anne; PENTIKAINEN, Viivi. Interventions to teacher well-being and burnout: a scoping review. **Educational Psychology Review**, v. 37, art. 11, 2025. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10648-025-09986-2>. Acesso em: mar. 2026.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este artigo teve como objetivo analisar os fundamentos teóricos da Síndrome de Burnout no cotidiano escolar e discutir suas implicações para a prática docente à luz dos desafios contemporâneos da educação. A síntese narrativa desenvolvida permite concluir que o burnout docente se constitui como fenômeno multifatorial, produzido na articulação entre exigências emocionais da docência, intensificação do trabalho, sobrecarga de funções, pressão por resultados e fragilização do suporte institucional. Seus efeitos ultrapassam o plano individual, alcançando a prática pedagógica, a qualidade das relações escolares e as condições de realização do trabalho educativo.

À luz desses achados, sustenta-se que o enfrentamento do burnout requer políticas e práticas institucionais orientadas à melhoria das condições de trabalho, ao fortalecimento do apoio organizacional e à promoção da saúde mental docente, com atenção simultânea às dimensões individuais e coletivas do problema. Para a pesquisa, o tema demanda investigações empíricas e revisões com desenho mais sistemático que aprofundem diferenças entre etapas de ensino, contextos institucionais e estratégias de prevenção. Para a prática, reafirma-se que valorizar o trabalho docente e construir ambientes escolares mais sustentáveis são condições decisivas para prevenir o adoecimento e qualificar os processos de ensino e aprendizagem.

CARLOTTO, MarySandra. AsíndromedeBurnouteotrabalhodocente. **PsicologiaemEstudo, Maringá**, v. 7, n. 1, p. 21-29, 2002. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/hfg8JKJTYFpgCNgqLHS3ppm/>. Acesso em: mar. 2026.

DALCIN, Larissa; CARLOTTO, Mary Sandra. Síndrome de Burnout em professores no Brasil: considerações para uma agenda de pesquisa. **Psicologia em Revista**, Belo Horizonte, v. 23, n. 2, p. 745-770, 2017. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682017000200013. Acesso em: mar. 2026.

DREER, Benjamin. On the outcomes of teacher wellbeing: a systematic review of research. **Frontiers in Psychology**, v. 14, 1205179, 2023. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2023.1205179/full>. Acesso em: mar. 2026.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Metodologia científica**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

MASLACH, Christina. Comprendiendo el burnout. **Ciencia & Trabajo**, Santiago, v. 11, n. 32, p. 37-43, 2009. Disponível em: <https://www.vitoria-gasteiz.org/http/wb021/contenidosEstaticos/adjuntos/es/16/40/51640.pdf>. Acesso em: mar. 2026.

MASLACH, Christina; JACKSON, Susan E. The measurement of experienced burnout. **Journal of Occupational Behavior**, Chichester, v. 2, n. 2, p. 99-113, 1981. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/job.4030020205>. Acesso em: mar. 2026.

MASLACH, Christina; LEITER, Michael P. **Burnout: the cost of caring**. Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1997.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2014.

OZAMIZ-ETXEBARRIA, Naiara; LEGORBURU FERNANDEZ, Idoia; LIPNICKI, Darren M.; IDOAGA MONDRAGON, Nahia; SANTABARBARA, Javier. Prevalence of burnout among teachers during the COVID-19 pandemic: a meta-analysis. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 20, n. 6, 4866, 2023. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/20/6/4866>. Acesso em: mar. 2026.

ROLOFF, Janina; KIRSTGES, Janine; GRUND, Simon; KLUSMANN, Uta. How strongly is personality associated with burnout among teachers? A meta-analysis. **Educational Psychology Review**, v. 34, p. 1613-1650, 2022. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10648-022-09672-7>. Acesso em: mar. 2026.

WESTPHAL, Andrea; KALINOWSKI, Eva; HOFERICHTER, Clara Josepha; VOCK, Miriam. K-12 teachers' stress and burnout during the COVID-19 pandemic: a systematic review. **Frontiers in Psychology**, v. 13, 920326, 2022. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2022.920326/full>. Acesso em: mar. 2026.