

SÍNDROME DE BURNOUT EM DOCENTES UNIVERSITÁRIOS: UM DESAFIO PARA A SAÚDE MENTAL

Ana Livia Batista Alves¹

Henrique José de Souza²

Vitória Camile Félix Oliveira³

Mirna Neyara Alexandre de Sá Barreto Marinho

Introdução: Define-se a Síndrome de Burnout como um esgotamento emocional causando estresse excessivo no indivíduo em decorrência de seu exercício profissional. Para os profissionais que lidam diretamente com o público, a exemplo dos profissionais de saúde, bancários, policiais, professores, dentre outros, há um risco ainda maior de serem acometidos por este agravo, considerando as pressões por resultados, culminando em desgastes físicos e mentais. No que tange aos docentes universitários, o próprio ambiente acadêmico é submetido a exigências e ajustamento às regras institucionais. É uma das profissões mais afetadas pelo estresse cujos efeitos comprometem a saúde física e mental desses profissionais, com efeito direto na sua qualidade de vida. Assim, o burnout pode afetar negativamente a eficácia do ensino, as interações dos professores com os alunos, sua motivação para trabalho, sua capacidade de apoiar os alunos, contribuindo também com o absenteísmo. Também pode afetar a saúde e o bem-estar dos professores no trabalho, aumentando a probabilidade de sofrerem de diversas patologias como depressão, insônia, entre outras. **Objetivo:** Identificar por meio de uma revisão literária os desafios acerca da Síndrome de Burnout em professores universitários. **Método:** Trata-se de uma revisão de literatura, com busca de artigos em português, publicados na base de dados da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), utilizando os descritores “Burnout”, “Docentes”, “Universidades”. Foram incluídos artigos completos que abordassem a temática com ênfase no impacto da saúde e do desempenho do trabalho desses profissionais. **Resultados:** Os achados, obtidos a partir da análise de quatro artigos, apontam que os docentes enfrentam uma carga exaustiva de trabalho, impactando negativamente em sua qualidade de vida, sono, concentração e produtividade. Essa rotina desgastante favorece um estado de sobrecarga e exaustão emocional, elementos centrais da Síndrome de Burnout. **Conclusão:** Diante deste cenário, é de suma importância a implantação de programas e políticas públicas de saúde que contribuam com a qualidade de vida dos educadores, de forma a lidarem melhor com o estresse do dia, objetivando a prevenção do adoecimento dos professores e ainda, a promoção de ambientes de trabalho mais acolhedores e saudáveis. Diante desse cenário, torna-se evidente a necessidade de uma atenção mais cuidadosa à saúde dos profissionais da educação. Investir no cuidado com os docentes é fundamental não apenas para preservar sua saúde, mas também para assegurar a eficácia do processo educacional.

Descritores: Burnout; Docentes; Universidades .

Referências: Salvi CPP, et al. Professores de ensino médio, características do sono e sinais de burnout: revisão integrativa. **RevEnferm Atenção Saúde**. 2023 acesso em: 30 de abril de 2025; 12(1):e202368. DOI: <https://doi.org/10.18554/reas.v12i1.5731>

¹Universidade Regional do Cariri, email: analivia.batista@urca.br

²Universidade Regional do Cariri, email: henrique.jose@urca.br

³Universidade Regional do Cariri, email: vcamile.felix@urca.br

Universidade Regional do Cariri, email: mirna.marinho@urca.br

Barbosa IEB, Mallagoli ISS, Okuno MFP, Fonseca CD, Belasco AGS. Sleepqualityandburnout in highereducationteachers. **Rev Rene**. 2023;24:e85136

DE, L. et al. UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS ESCOLA DE ENFERMAGEM PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM GESTÃO DE SERVIÇOS DE SAÚDE MESTRADO PROFISSIONAL EM GESTÃO DE SERVIÇOS DE SAÚDE. [s.l: s.n.]. Disponível em: <https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/77541/1/Disserta%c3%a7%c3%a3o_Let%c3%adcia_GSS_UFMG.pdf>.

ANDRIOLA, W. B.; ARAÚJO, A. C. Adaptação de alunos ao ambiente universitário: estudo de caso em cursos de graduação da Universidade Federal do Ceará. Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação, v. 29, n. 110, p. 135–159, mar. 2021.

¹Universidade Regional do Cariri, email: analivia.batista@urca.br

²Universidade Regional do Cariri, email: henrique.jose@urca.

³Universidade Regional do Cariri, email: vcamile.felix@urca.br

Universidade Regional do Cariri, email: mirna.marinho@urca.br