

Burnout em professores do ensino secundário

Burnout in secondary school teachers

Burnout en profesores de escuelas secundarias

Recebido: 18/04/2020 | Revisado: 19/04/2020 | Aceito: 17/05/2020 | Publicado:30/05/2020

Mussa Abacar

ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-7797-8101>

Universidade Rovuma, Moçambique

E-mail: abacarmussa@yahoo.com.br

Gildo Aliante

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-6283-9544>

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Brasil

E-mail: aliantegildo@yahoo.com.br

Fernando António

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-5260-0433>

Escola Primária Completa de Nchancha, Moçambique

E-mail: fernandomassanga70@gmail.com

Resumo

O objetivo deste estudo foi de investigar a incidência de *Burnout* em professores moçambicanos do ensino secundário geral, verificando possíveis associações com variáveis sociodemográficas e laborais. Foi aplicado o questionário de dados sociodemográficos e o *Maslach Burnout Inventory - Educador Survey*, versão em português, a 250 professores de duas escolas públicas do ensino secundário. A análise estatística de dados mostrou que os professores apresentam média moderada de Exaustão Emocional - EE (2,68) e Despersonalização - DE (2,51) e alta de Realização Profissional - RP (3,26). A idade, números de filhos e experiência profissional foram variáveis que apresentaram correlações positivas com as dimensões EE e DE e, a de número de filhos associou-se negativamente com a RP. Professores solteiros apresentaram média elevada em RP (M = 3,56; DP = 1,27) em relação aos outros. Cabe ressaltar, assim, a necessidade de desenho de programas de

prevenção e intervenção, já que os professores encontram-se em fase de desenvolvimento de *Burnout*.

Palavras-chave: *Burnout*; Saúde ocupacional; Doenças profissionais; Ensino secundário.

Abstract

The aim of this research was to investigate the incidence of burnout in Mozambican teachers in general secondary education, verifying possible associations with sociodemographic and labor variables. The sociodemographic data questionnaire and the Maslach Burnout Inventory - Educador Survey, Portuguese version, were applied to 250 teachers from two public secondary schools. Statistical data analysis showed that teachers have a moderate average of Emotional Exhaustion - EE (2,68) and Depersonalization - DE (2,51) and high Professional Achievement - PA (3,26). Age, number of children and professional experience were variables that showed positive correlations with the dimensions EE and DE and the number of children was negatively associated with PA. Single teachers had a high average in PA ($M = 3,56$; $SD = 1,27$) in relation to the others. Thus, it is worth emphasizing the need to design prevention and intervention programs, since teachers are in the stage of developing burnout.

Keywords: Burnout; Occupational health; Occupational diseases; High school.

Resumen

Este estudio tuvo objetivo de investigar la incidencia del agotamiento en los maestros mozambiqueños en educación secundaria general, verificando posibles asociaciones con variables sociodemográficas y laborales. El cuestionario de datos sociodemográficos y el Inventario de Burnout de Maslach - Encuesta Educador, versión portuguesa, se aplicaron a 250 docentes de dos escuelas secundarias públicas. El análisis estadístico de los datos mostró que los maestros tienen un promedio moderado de Agotamiento Emocional - AE (2,68) y Despersonalización - DE (2,51) y alto Logro Profesional - LP (3,26). La edad, el número de niños y la experiencia profesional fueron variables que mostraron correlaciones positivas con las dimensiones EE y DE y el número de niños se asoció negativamente con LP. Los docentes solteros tuvieron un promedio alto en LP ($M = 3,56$; $SD = 1,27$) en relación con los demás. Vale la pena enfatizar, por lo tanto, la necesidad de diseñar programas de prevención e intervención, ya que los maestros están en la etapa de desarrollar agotamiento.

Palabras clave: Burnout; Salud ocupacional; Enfermedades ocupacionales; Enseñanza secundaria.

1. Introdução

As mudanças que se operam na estrutura do sistema produtivo tornam as organizações mais complexas e repercutem nas relações de trabalho, implicando mais instabilidade nos empregos e renovando velhas angústias daqueles que trabalham (Borges, Argolo, & Baker, 2006). Essas configurações organizacionais têm demandado em diferentes graus e por entre os diversos setores produtivos, novas exigências de qualidade na execução das tarefas, mais qualificação e novas competências do trabalhador. Tais demandas incidem particularmente no setor de serviços, face às suas peculiaridades, como caráter direto do relacionamento do trabalhador com o “cliente” ou “usuário” e a diversidade das informações, como é o caso dos professores (Borges et al., 2006). Contudo, tais mudanças e transformações que se operam continuamente nos nossos dias no contexto da organização escolar aumentam cada vez mais a complexidade da profissão docente (Vasconcelos & Neves, 2010).

Mudanças no Sector de Educação em Moçambique têm afetado o ensino secundário geral (8^a a 12^a classes). Neste subsistema, além de se registrar a introdução de novas disciplinas (*e.g.*, Tecnologia de Informação e Comunicação, Agro-pecuária, Psicopedagogia e Noções de Empreendedorismo), assiste-se um aumento do número de alunos por turma, a insuficiência de recursos didáticos, fraca qualidade de aprendizagem dos alunos (Ministério da Educação de Moçambique [MINED], 2013). As inovações curriculares são raramente acompanhadas pela capacitação de professores, provisão e/ou melhoria das condições de trabalho, o que influencia na baixa qualidade de aprendizagem dos alunos. É nesse contexto que vem se fazendo críticas contundentes sobre a qualidade de ensino e aprendizagem dos alunos nas escolas públicas moçambicanas (Abacar, Roazzi, & Bueno, 2017).

Além disso, os professores moçambicanos da rede pública estão expostos a diversos estressores ocupacionais tais como: falta de concentração dos alunos às orientações para as tarefas, mau comportamento dos alunos, deficiente participação dos pais e/ou encarregados de educação (Abacar & Aliante, 2016), limitadas oportunidades de desenvolvimento e crescimento profissional (*i.e.* mudança de carreira, progressões e promoções), baixos salários e remunerações, precárias condições de trabalho, sobrecarga de trabalho, maior quantidade de alunos por turma, (Abacar et al., 2017; Abacar, Aliante, & Nahia, 2020; Aliante & Tittoni, 2017, 2018; Aliante, Abacar, & Pereira, 2020), falta de oportunidades para a continuação de estudo, atribuição de culpa pelo fracasso dos alunos, falta de apoio social, carência de planos de benefícios sociais e oscilação de datas de pagamento de salários (Aliante & Abacar, 2019), aspectos que, se persistentes, podem propiciar o surgimento de *Burnout*.

Cientificamente, o termo *Burnout* foi utilizado primeiramente em 1974 por Freudenberger que o descreveu como um sentimento de fracasso e exaustão causado por um excessivo desgaste de energia e de recursos, observado como sofrimento existente entre os profissionais que trabalhavam diretamente com pacientes dependentes de substâncias químicas (drogas). Atualmente, a definição mais consensual a nível internacional é da perspectiva psicossocial proposta pela psicóloga social Maslach e seus colaboradores. Na concepção de Maslach e Leiter (2016; 2017), *Burnout* é um fenômeno psicossocial que ocorre como uma resposta crônica aos estressores psicossociais nas situações de trabalho, quando o indivíduo lida contra as intensas demandas com recursos inadequados e é constituído por três componentes: Exaustão Emocional, Despersonalização e Baixa Realização Profissional.

A *Exaustão Emocional* (EE) caracteriza-se pela sensação de esgotamento emocional e físico. Trata-se da constatação de que não se dispõe mais de nenhum resquício de energia para levar adiante as atividades laborais. O cotidiano no trabalho passa a ser penoso e doloroso. A *Despersonalização* (DE) é marcada pelo desenvolvimento de atitudes e sentimentos negativos e de cinismo em relação a “clientes”, colegas e usuários. É caracterizada pela ausência de sensibilidade, manifestada pelo endurecimento afetivo, “coisificação” das relações interpessoais, levando o indivíduo a ter um contacto frio e impessoal com os usuários de seus serviços, passando a ter atitudes de ironia em relação às pessoas, mostrando-se indiferente ao que possa acontecer aos demais; o profissional passa a tratar os clientes, os colegas e a organização como objetos. E a *Baixa Realização Profissional* (BRP) é sentimento de insatisfação com as atividades laborais que vêm realizando e com seu desenvolvimento emocional, sentimento de insuficiência, de baixa auto-estima, de fracasso profissional e de desmotivação. Portanto, o trabalhador sente-se infeliz consigo mesmo e insatisfeito com as suas realizações no trabalho, sentindo algumas vezes o desejo de abandonar o emprego, caracterizando-se por uma auto-avaliação negativa.

Vários fatores do ambiente de trabalho podem contribuir para o desencadeamento de *Burnout*. Maslach & Leiter (1999) agrupam as causas de *Burnout* em seis áreas da vida profissional: excesso de trabalho, falta de controle, remuneração insuficiente, colapso da união, ausência de equidade e valores conflitantes. Assim, *Burnout* surge em situações de desequilíbrios ou descasamentos crônicos entre as pessoas e seu ambiente de trabalho em termos de algumas ou todas as áreas mencionadas. Portanto, aventa-se a ideia de que as causas de *Burnout* localizam-se mais no ambiente do trabalho do que no próprio indivíduo (Maslach & Leiter, 1999; Maslach, Schaufeli, & Leiter, 2001).

A literatura psicológica sugere a existência de múltiplos fatores de *Burnout* na atividade docente. Chang (2009) categoriza os preditores de *Burnout* em professores em fatores individuais, organizacionais e transacionais. Os fatores individuais incluem variáveis demográficas ou de personalidade (*e.g.*, idade, sexo, estado civil, nível de escolarização, anos de experiência no ensino, tipo personalidade, resiliência, estratégias de *coping*, auto-estima, auto-conceito), fatores organizacionais abrange características institucionais e do trabalho, (*e.g.*, demandas inadequadas do trabalho, *status* socioeconômico da escola, ambiguidade de papéis, fraca preparação dos professores, baixos salários, rígida cultura organizacional, falta de apoio administrativo, falta de suporte dos supervisores e pouca participação no processo decisivo) e, fatores transacionais incluem interações de fatores individuais com fatores organizacionais e/ou sociais, como a percepção de um funcionário sobre o estilo de liderança, atribuição dos professores aos comportamentos inadequados dos alunos e percepções dos professores sobre a troca de investimento e resultados.

Diversos estudos demonstram a presença de uma multiplicidade de estressores psicossociais associados ao *Burnout* e outros agravos à saúde mental em professores. O estudo de Badawy (2015) com professores egípcios revelou sete características do ambiente escolar predictoras do estresse e *Burnout*, nomeadamente: falta de envolvimento, ausência de coesão no trabalho, falta de apoio do supervisor, falta de autonomia, pressão no trabalho, desconforto físico e falta de inovação. Um estudo sul africano realizado por Zhuwao, Setati, Rachidi e Ukpere (2015) demonstrou também que, as características do trabalho, sobrecarga, pouca participação na tomada de decisões e a relação de trabalho foram os principais estressores ocupacionais.

No Brasil, Pinheiro, Pena & Lima (2018) constataram que falar com tom de voz mais alto; desentendimentos, ameaças e conflitos com os pais e encarregados de educação; falta de reconhecimento e valorização; pressão no ambiente do trabalho e baixa remuneração constituíram fatores de sofrimento psíquico e físico em professores. Por sua vez, Carlotto et al. (2018) identificaram cinco estressores de natureza psicossocial na classe docente: má relação interpessoal entre professor-alunos, falta de apoio de familiares de alunos, sobrecarga de papel, dificuldades de conciliar trabalho-família e trabalho-vida pessoal. Similarmente, a pesquisa de Olivera, Balk, Graup & Muniz (2020) mostrou os seguintes fatores que influenciam na degradação do estado de saúde mental de professores brasileiros: desvalorização profissional, baixos salários e mau relacionamento interpessoal. E outra pesquisa recentemente publicada (Lourenço, Valente, & Correa, 2020) apontou que a organização e ritmo do trabalho e, a falta da participação familiar no desenvolvimento

humano e, escolar dos alunos influencia diretamente o cotidiano dos profissionais estudados, bem como a sua saúde mental.

Por sua vez, o estudo de Pocinho & Capelo (2009) envolvendo uma amostra de professores portugueses indicou que o comportamento inadequado ou indisciplinado dos alunos, a pressão de tempo e o excesso de trabalho foram os principais estressores no trabalho. Na investigação de Correia, Gomes e Moreira (2010) foram demonstradas que a indisciplina dos alunos, as políticas disciplinares inadequadas e o trabalho burocrático contribuem para o mal-estar em professores portugueses. Santos, Teixeira & Queirós (2018) constataram o estatuto profissional, as pressões do tempo e o ritmo de trabalho como sendo as fontes que mais provocaram estresse nos participantes. E finalmente, a revisão de literatura de Aliante & Abacar (2018) sobre fatores de estresse ocupacional em professores do ensino básico e secundário em três países da língua portuguesa (Moçambique, Brasil e Portugal) revelou os seguintes estressores comuns e mais apontados para os três países: sobrecarga de trabalho, salários e remunerações baixos, condições inadequadas de trabalho, indisciplina e mau comportamento de alunos, maior número de alunos/sala, fraca aprendizagem e desmotivação de alunos, e deficiente relacionamento com os pais e família dos alunos.

Burnout gera diversas consequências na saúde física e mental dos trabalhadores. Tamayo & Trócoli (2009) aludem que desde o início da década de 1970 as investigações sobre a doença têm revelado entre seus correlatos, concomitantes e possíveis consequências, nos seguintes aspectos: *distúrbios individuais* (depressão, queixas psicossomáticas, problemas de saúde e uso de drogas), *atitudes inadequadas* (insatisfação no trabalho, falta de comprometimento organizacional e intenção de abandonar o trabalho) e *problemas no trabalho* (absenteísmo, licença médica, alta rotatividade, baixo desempenho e má qualidade dos serviços prestados).

Uma notável revisão sistemática da literatura de Salvagioni et al. (2017) relata que o *Burnout* é preditor significativo das seguintes consequências: *físicas* (hipercolesterolêmica, diabetes, doença de insuficiência cardíaca, doença cardiovascular, dor músculo-esquelético, alterações nas experiências de dor, fadiga prolongada, dores de cabeça, problemas gastrointestinais, problemas respiratórios, lesões graves e mortalidade); *psicológicas* (insônia, sintomas depressivos, uso de medicações psicotrópicas e antidepressivas, hospitalização por transtornos mentais) e *ocupacionais* (insatisfação no trabalho, absenteísmo, nova aposentadoria por invalidez, demanda por trabalho, recursos para o trabalho e presenteísmo).

No contexto escolar, *Burnout* pode afetar o ambiente educacional e interferir na negativamente na obtenção dos objetivos pedagógicos, levando o professor a um processo de

alienação, cinismo, apatia, problemas de saúde e intenção de abandonar a profissão (Guglielmi & Tatrow, 1998). Assim como estes autores, Youg & Yue (2007) consideram que *Burnout* afeta gravemente a saúde física e mental dos professores, reduz a qualidade de seu trabalho e, por sua vez, prejudica a saúde física e mental de seus alunos e compromete o desenvolvimento saudável da educação.

Os resultados e as conclusões das pesquisas empíricas sobre *Burnout* em professores realizadas a nível mundial são convergentes, independentemente do país e nível de desenvolvimento socioeconômico, tecnológico e cultural (Aliante, 2018). A título ilustrativo, os resultados obtidos no estudo de Gomes et al. (2006) com uma amostra de professores portugueses do ensino secundário sugerem um percentual assinalável de profissionais com elevados níveis de *Burnout*. Cerca de 14,0% dos docentes (n=127) evidenciaram problemas ao nível de Exaustão Emocional, 17,9% na Despersonalização, 6,0% demonstraram baixos índices de Realização Profissional. Os achados indicam que um número significativo de profissionais parece estar em estado de *Burnout*, marcado essencialmente por sentimentos de baixa RP e/ou elevados níveis de EE e de DE. A combinação simultânea dos resultados nas três dimensões aponta para uma percentagem média de 13% de professores que parecem encontrar-se claramente em situação de *Burnout*. E, Patrão (2016) evidenciou que 30,0% dos professores estudados (n=1000) apresentavam sinais de *Burnout*.

No Brasil, a pesquisa de Carlotto (2011) com 881 professores que exercem a atividade docente em escolas públicas e privadas de médio porte localizadas na zona urbana de três cidades localizadas na região metropolitana de Porto Alegre, evidenciou que 5,6% de professores com alto nível de EE, 0,7% em DE e 28,9% com baixa RP. Por seu turno, Almeida et al. (2011), concluíram que 34 professores pesquisados obtiveram índices medianos de sentimentos de DE, EE e RP. Resultados idênticos foram achados por Souza et al. (2016), em que 59 participantes (n=220) manifestaram níveis altos em EE. Quanto à DE, observou-se que 18 participantes revelaram níveis elevados e, na RP verificou-se que 34 professores apresentaram baixos níveis nesta dimensão.

Burnout é uma síndrome que atingi trabalhadores de diferentes países, o que leva a ser considerada uma epidemia mundial (Gil-Monte, 2008). No contexto escolar constitui um problema de saúde pública (Batista, 2010) e um dos grandes problemas sociais que tem ocasionado uma deterioração na saúde dos professores podendo acarretar graves perturbações físicas e mentais (Arraz, 2018).

Apesar disso e existirem inúmeros estudos empíricos sobre *Burnout* em professores, pouca sensibilização a respeito do assunto e pesquisa tem sido feita na África (Amimo, 2012),

como é o caso de Moçambique. Tanto quanto é do conhecimento a partir da revisão de literatura realizada, existem apenas dois estudos (e.g., Abacar, 2015; Aliante, 2018) que envolveram amostra de professores do ensino primário (i.e. fundamental), não tendo sido identificado qualquer pesquisa sobre o fenômeno em professores moçambicanos do ensino secundário. Levando em consideração que os resultados de pesquisas com amostras de professores de diferentes níveis de ensino evidenciam diferenças significativas entre os níveis de ensino no que diz respeito às dimensões de *Burnout* (e.g., Cemaloglu & Sahin, 2007; Diehl & Carlotto, 2020), pressupõe-se que *Burnout* pode estar a afetar os professores do ensino secundário. E devido ao desconhecimento da doença, os professores e os órgãos de gestão não têm consciência das suas manifestações, suas causas e seus efeitos (Abacar, 2015), bem como das estratégias de prevenção e intervenção.

Feitas estas considerações, o objetivo deste artigo foi de investigar a incidência de *Burnout* em professores moçambicanos do ensino secundário, verificando possíveis associações com variáveis sociodemográficas e laborais. Para alcançar o objetivo proposto foi formulada a seguinte hipótese de estudo: a incidência de *Burnout* difere entre os professores em função das variáveis sociodemográficas e laborais, nomeadamente idade, sexo, estado civil, tempo de serviço, nível de escolaridade e profissional, número de alunos, classe que leciona e carga horária semanal.

2. Metodologia

Este estudo é transversal, descritivo e de natureza quantitativa. Em métodos quantitativos faz-se a coleta de dados quantitativos ou numéricos por meio do uso de medições de grandezas e obtêm-se por meio da metrologia, números com suas respectivas unidades. Estes métodos geram conjuntos ou massas de dados que podem ser analisados por meio de técnicas matemáticas como é o caso das porcentagens, estatísticas e probabilidades, métodos numéricos, métodos analíticos e geração de equações e/ou fórmulas matemáticas aplicáveis a algum processo (Pereira, Shitsuka, Parreira, & Shitsuka, 2018). A sua natureza quantitativa justifica-se, por um lado, envolver uma amostra maior (n=250) e recorrer os questionários padronizados para a coleta de dados e, de outro lado, utilizar instrumentos de mensuração e técnicas estatísticas para a classificação e análise dos dados. Enquanto pesquisa descritiva estabeleceu-se correlações entre os níveis das dimensões de *Burnout* e variáveis sociodemográficas e laborais.

Este estudo envolveu uma amostra não probabilística por acessibilidade de 250 professores moçambicanos de duas escolas do ensino secundário, localizadas na cidade de Nampula, sendo 136 (54,4%) do sexo masculino e 114 (45,6%) feminino. Quanto ao nível de formação, 121 (48,4%) professores possuíam o nível de licenciatura, 83 (33,2%) nível médio profissional, 36 (14,4%) mestrado e apenas 10 (4%) o básico. A maior parte dos professores 173 (69,2%) lecionava o 1º ciclo (8ª a 10ª classe) e 77 (30,8%) lecionava no 2º ciclo (11ª a 12ª classe). Quanto à experiência profissional, a média foi de 10 anos (DP = 7,12 anos), num intervalo de 1 a 35 anos.

A média de idade dos professores foi aproximadamente de 39 anos (DP = 9,19 anos), numa variância de 25 a 67 anos. No quesito estado civil, 126 (50,4%) eram solteiros, 51 (20,4%) declararam ser casados ou em união de fato, 44 (17,6%) separados e 29 (11,6%) viúvos. O número médio de filhos foi de quatro (DP = 2,61).

A coleta dos dados da pesquisa foi por meio do questionário de dados sociodemográficos e laborais e, do inventário de *Maslach Burnout Inventory – Educador Survey* (MBI-ES), traduzido e validado para português do Brasil (Carlotto & Câmara, 2004; Roazzi, Carvalho, & Guimarães, 2000) e de Portugal (Gomes et al., 2006), adaptado para profissionais de educação no contexto moçambicano (Abacar, Tarcísio, & Aliante, 2017).

O MBI-ES comporta 22 itens cuja frequência de resposta varia de 0 a 6 pontos para cada ocorrência, como se segue: 0 (nunca), 1 (algumas vezes por ano), 2 (uma vez por mês), 3 (algumas vezes por mês), 4 (uma vez por semana), 5 (algumas vezes por semana) e 6 (todos os dias). O alpha de *Cronbach* da versão adaptada para professores moçambicanos, todas as dimensões do MBI-ES apresentaram boa consistência interna. A dimensão Exaustão Emocional apresentou alpha de *Cronbach* de 0,817; a de Despersonalização foi de 0,801 e 0,756 para a Realização Profissional (Abacar et al., 2017). Os participantes foram convidados a avaliar o que sentiam acerca do seu trabalho, assinalando a alternativa que melhor correspondia ao seu caso.

A coleta de dados do estudo foi realizada pelo último autor, entre os meses de abril e junho de 2018, em duas escolas secundárias do ensino geral, da cidade de Nampula. Inicialmente foram efetuados contatos com os gestores das escolas envolvidas no estudo tendo o mesmo sido formalizado por meio de carta que apresentava o objetivo da investigação e solicitava autorização para a sua execução. Após a autorização, foram contatados os professores e informados sobre os objetivos do estudo e, posteriormente, os que consentiram em participar voluntariamente da pesquisa, responderam individualmente o instrumento de pesquisa. O projeto de pesquisa teve aprovação da Direção de Pós-graduação, Pesquisa e

Extensão da Universidade Pedagógica - Delegação de Nampula, parecer nº 05/DPPE/UPN/2018.

A análise de dados foi feita com o auxílio do programa *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) versão 22.0. Foram feitas análises estatísticas descritivas (Média e Desvio-padrão), para o levantamento dos dados do questionário sociodemográfico e laboral. A frequência de *Burnout* analisou-se segundo o procedimento dos pontos de referência da escala de frequência de respostas, tendo o ponto de corte de três (algumas vezes ao mês). Foi aplicado o teste *T-student* para verificar a correlação entre os níveis de burnout de cada dimensão e as variáveis estudadas. E igualmente, foi usado o teste de Análise de Variância (ANOVA) para comparar as médias das três subescalas em relação às variáveis “nível de formação”, “estado civil” e “classe lecionada”.

3. Resultados

Nesta parte são apresentados e discutidos os resultados obtidos. Os resultados estão dispostos em forma de tabelas, acompanhadas de descrição e discussão.

Médias das dimensões de *Burnout*

Com objetivo de avaliar a incidência de *Burnout* em professores estudados foram calculadas as médias e desvio-padrão para cada dimensão, com base na frequência das respostas dos respondentes. A Tabela 1 ilustra os resultados encontrados.

Tabela 1: Médias das dimensões de *Burnout* nos professores.

Subescalas	Nº de itens	Média	DP
Exaustão Emocional (EE)	9	2,69	1,21
Despersonalização (DE)	5	2,51	1,27
Realização Profissional (RP)	8	3,26	1,26

Fonte: Resultados da pesquisa

A análise das médias da Tabela 1 permite observar a existência de diferenças significativas nas médias obtidas em cada dimensão. A dimensão de Realização Profissional - RP é a teve maior média, seguida da Exaustão Emocional - EE e Despersonalização - DE. Estes resultados indicam que os professores pesquisados apresentam nível moderado de EE e DE e alto nível de RP. As pontuações encontradas na análise realizada chamam especial

atenção, em virtude de os escores das dimensões Exaustão Emocional e Despersonalização situarem-se muito próximo do valor três.

Correlações entre as dimensões de *Burnout* e variáveis sociodemográficas e laborais quantitativas

Com intuito de avaliar a relação entre as dimensões de *Burnout* e dados sociodemográficos e laborais dos professores, inicialmente optou-se em averiguar se haveria diferença da incidência da doença em função das variáveis laborais quantitativas, nomeadamente: idade, número de filhos e experiência profissional. Os resultados das análises realizadas são ilustrados na Tabela 2.

Tabela 2: Correlações entre as dimensões de *Burnout* e variáveis sociodemográficas e laborais quantitativas.

Variáveis	Dimensões de <i>Burnout</i>		
	EE	DE	RP
Idade	0,341**	0,199**	-0,082
Número de filhos	0,380**	0,334**	-0,154*
Experiência profissional	0,371**	0,276**	-0,102

*p < 0,05 **p < 0,01

Fonte: Resultados da pesquisa.

Os valores dos coeficientes de correlação (Tabela 2) mostram que a subescala “Exaustão Emocional” apresentou correlações positivas e significativas com as variáveis “idade”, “número de filhos” e “anos de experiência profissional”, com a proporção de variância entre 11,6% a 14,4%. Igualmente, a subescala de Despersonalização teve correlação positiva e significava com as três variáveis sociodemográficas examinadas. A proporção da variância foi de 4,0% a 11,2%. A dimensão de Realização Profissional correlacionou-se inversamente com as três variáveis, sendo a única diferença estatisticamente significativa observada com a variável “número de filhos”. Ou seja, os professores com filhos tendem a apresentar maior EE e DE, por conseguinte, menor RP. Esta situação pode estar associada ao sistema de gratificações que são mediante o nível acadêmico e categoria do professor. Assim, professores com mais filhos, pouco escolarizados, tendem a ser menos realizados profissionalmente. Uma explicação possível para este achado pode ser pelo fato destes necessitarem de mais recursos financeiros para fazer face às despesas básicas de casa e da família (*e.g.*, luz, água, produtos alimentícios, renda de casa), bem como despesas de saúde, educação e de transporte.

Associações das dimensões do *Burnout* com variáveis sociodemográficas e laborais qualitativas

A Tabela 3 apresenta os resultados das análises das associações entre dimensões de *Burnout* e variáveis sociodemográficas e laborais qualitativas (sexo, estado civil, habilitações literárias e classe lecionada).

Tabela 3: Associações das dimensões de *Burnout* com variáveis sociodemográficas e laborais qualitativas.

Dimensões de <i>Burnout</i>		Variável										
		Masculino		Feminino								
M	DP	M	DP	DP	<i>t</i>	<i>D</i>						
EE	2,69	2,70	1,20	-0,04	-0,01							
DE	2,44	2,60	1,18	-0,92	-0,12							
RP*	3,42	3,08	1,16	2,11	0,27							
Estado civil												
		Solteiros		Casados		Separados		Viúvos				
	M	DP	M	DP	M	DP	MD	DF	F	η^2		
EE*	2,26	0,95	2,80	1,36	3,30	1,20	3,40	1,25	9,84	0,11		
DE*	2,14	1,14	2,56	1,45	3,30	1,24	2,84	0,94	10,70	0,12		
RP*	3,56	1,27	3,14	1,37	3,1	11,03	2,45	0,85	7,16	0,08		
Habilitações literárias												
		Básico		Médio		Licenciatura		Mestrado				
	M	DP	M	DP	M	DP	M	DP	F	η^2		
EE	3,70	1,50	2,96	1,11	2,26	1,06	3,28	1,30	17,70	0,14		
DE*	3,84	0,82	2,87	1,17	1,99	1,17	3,06	1,24	3,22	0,18		
RP*	2,96	0,62	3,18	1,22	3,43	1,35	3,02	1,12	1,42	0,02		
Classe que leciona												
		8ª classe		9ª classe		10ª classe		11ª classe		12ª classe		
	M	DP	M	DP	M	DP	M	DP	M	DP	F	η^2
EE	2,64	1,22	2,72	1,11	2,66	1,25	2,68	1,35	2,82	1,23	0,147	0,002
DE	2,30	1,26	2,63	1,17	2,43	1,21	2,90	1,38	2,49	1,29	1,47	0,01
RP	3,26	1,30	3,26	1,21	3,23	1,28	3,27	1,29	3,35	1,26	0,064	0,002

Fonte: Dados da pesquisa.

Verifica-se na Tabela 3, que o teste de correlação entre a variável “sexo” com as três dimensões de *Burnout* apenas revelou diferença significativa na dimensão RP ($t(248) = 2.11, p = 0.036$). A média dos professores é relativamente maior ($M = 3.42$; $DP = 1.31$) que a das professoras ($M = 3.08$; $DP = 1.16$), embora o tamanho de efeito dessa diferença esteja entre pequeno e moderado ($DP = 0.27$). Portanto, as mulheres tendem a revelar menor RP que os homens.

Em relação à variável “estado civil” e sua relação com as dimensões de *Burnout*, o teste de comparações múltiplas mostrou que as diferenças foram significativas entre os indivíduos solteiros e separados e viúvos para a EE e DE e, apenas solteiros e viúvos para a RP. Os profissionais solteiros apresentaram baixos níveis de EE ($M = 2,26$; $DP = 0,95$) e D ($M = 2,14$; $DP = 1,14$) em relação aos separados e viúvos cujas médias foram respectivamente de ($M = 3,30$ e $DP = 1,20$; $M = 3,40$ e $DP = 1,25$) em EE e ($M = 3,30$ e $DP = 1,24$; $M = 2,84$ e $DP = 0,94$) em DE. Na subescala RP os solteiros apresentaram elevadas pontuações ($M = 3,56$; $DP = 1,27$) que os viúvos ($M = 2,45$; $DP = 0,85$). Esses achados sugerem que em comparação com os solteiros, os professores casados estão mais propensos em desenvolver *Burnout*. Mas na comparação entre os professores solteiros, viúvos ou separados, estes últimos são os vulneráveis em sofrer de *Burnout*.

No que diz respeito à correlação entre as três dimensões de *Burnout* analisadas com a variável “nível de escolaridade” apenas foram encontradas diferenças significativas nas subescalas EE [$F(3, 246) = 13.22, p = 0.000$] e DE [$F(3, 246) = 17.70, p = 0.000$]. Os testes de comparações múltiplas para as subescalas EE e DE permitem observar diferenças significativas entre os indivíduos com o básico, médio e superior (Licenciatura) e pós-graduação (Mestrado). Em termos gerais, os licenciados apresentaram níveis mais baixos de EE ($M=2,26$; $DP=1,06$) e DE ($M=1,99$; $DP=1,17$) e nível alto em RP ($M=3,43$; $DP=1,35$). Pelo contrário, professores com nível básico de escolaridade mostraram-se mais propensos em desenvolver a síndrome de *Burnout*, pois apresentaram pontuações elevadas nas dimensões EE ($M=3,70$; $DP=1,50$) e DE ($M=3,84$; $DP=0,82$) e baixas na dimensão RP ($M=2,96$; $DP=0,62$).

Quanto à associação entre as três dimensões de *Burnout* (EE, DE e RP) com a variável classe lecionada, o teste de análise de variância não revelou qualquer diferença estatisticamente significativa entre os grupos que lecionam distintas classes. Ademais, a magnitude de efeito em todas as subescalas é quase nula.

4. Discussão

De acordo com os critérios referidos na publicação de Maslach e Jackson (1981), os resultados obtidos com relação aos índices de *Burnout* não sugerem a presença da síndrome nos professores estudados. Segundo os autores, altas médias em EE e DE ($M \geq 3$) e baixas pontuações em RP ($M < 3$) são indicativas de *Burnout*, numa variação de 0 a 6 pontos. Assim, há indícios de *Burnout* caso se alcance o limite estabelecido em pelo menos duas dimensões, sendo uma delas a EE. Desse modo, verificou-se um índice moderado em EE ($M=2,69$) e DE ($M=2,51$) e, alto em RP ($M=3,26$). Os resultados deste estudo são similares aos de Almeida et al. (2011) e Souza et al. (2016) com amostras de professores. Almeida et al. (2011) revelaram os seguintes resultados: a média do fator EE foi de 2,80; para RP a média foi de 3,65; e, contrariamente, a média do fator DE foi 1,98 ($DP = 0,72$). Já Souza et al. (2016), acharam uma média da dimensão de EE de 2,05; e escores baixos na DE e RP igual a 1,49 e 1,57 respectivamente.

Quanto à análise da provável influência das variáveis quantitativas (idade, número de filhos e anos de experiência profissional), as subescalas de EE e DE apresentaram uma correlação positiva e significativa com as variáveis “idade”, “número de filhos” e “anos de experiência profissional”. Enquanto a dimensão de RP correlacionou-se inversamente com as três variáveis, sendo a única diferença estatisticamente significativa observada com a variável “número de filhos”. Estes resultados corroboram parcialmente com os achados de Tiburcio e Moreno (2009), ao verificarem que a variável tempo de serviço total apresentou correlação positiva e significativa com a dimensão DE, indicando desgaste na relação professor-aluno como avanço do tempo de serviço na função de professor. Já o estudo de Carlotto (2011) evidenciou que professores com filhos possuíam menor realização no trabalho, o que não encontra respaldo com o argumento de Maslach et al. (2001), segundo o qual a paternidade equilibra o profissional, permitindo melhores estratégias de enfrentamento das situações conflituosas e dos agentes geradores de estresse no trabalho.

Quanto à variável “idade”, os resultados deste estudo mostram que esta se relacionou diretamente com duas dimensões de *Burnout* (EE e DE), sendo que quanto maior for a idade maior é a tendência dos professores experienciar a EE e a DE e menor realização no trabalho. Carlotto (2011) obteve resultados semelhantes ao constatar que quanto maior for a idade dos professores, maior é o sentimento de distanciamento e menor é a realização no trabalho. Por fim, muitos anos de experiência profissional associam-se positivamente com a síndrome de *Burnout*. Abacar et al. (2017) demonstraram igualmente que a mesma variável

(anos de experiência profissional) apresentou correlação positiva com EE e DE, pois à medida que os professores vão tendo mais anos de serviço, também aumenta o nível de EE e de DE. No mesmo sentido, Betoret e Artiga (2010) identificaram que à medida que professores espanhóis ganhavam mais experiência, revelavam auto-percepção de menor eficácia no trabalho.

Quanto à correlação entre a variável “sexo” com as três dimensões de *Burnout*, os resultados evidenciaram diferença significativa na dimensão RP, em que as mulheres tendem a ser menos realizadas profissionalmente que os homens. Um estudo anterior (Abacar et al., 2017), identificou maior tendência de incidência de *Burnout* em professoras moçambicanas que os seus colegas do sexo masculino.

Farber (1999) argumentou que embora sejam mais abertas para lidar com as várias pressões presentes na profissão de ensino, professores do sexo feminino são mais vulneráveis ao *Burnout*, pois revelam menor flexibilidade que seus pares do sexo masculino. Sobre isso, McMurray et al. (2000), concluíram que profissionais do sexo feminino relatavam menor controle do trabalho, maior pressão de tempo e tiveram 1,6 vezes mais chances de relatar esgotamento profissional do que seus colegas do sexo masculino.

Não se verificou nenhuma correlação entre ao “estado civil” e as três dimensões de *Burnout*, especialmente entre os solteiros (sem cônjuge, viúvos e separados) e casados. Na comparação das médias entre casados e solteiros, os casados apresentaram maior vulnerabilidade de sofrer *Burnout* por estes apresentarem médias relativamente altas nas dimensões de EE e DE e, baixa na RP quando comparado com os solteiros. Uma possível explicação do porquê de o ser casado torna as pessoas mais vulneráveis ao *Burnout* é o fato destes terem responsabilidades acrescidas na gestão da vida familiar. Além disso, ter cônjuge pode ser um fator de risco para a saúde mental, quando existir tensão e conflitos interpessoais e menos capacidade de lidar e geri-los.

Importa lembrar que a família pode constituir um estressor quando há uma incompatibilidade entre os papéis do trabalho e da família. Todavia, Abacar e Amade (2018) revelaram o ser divorciado como perfil de professores que tendem a ser mais estressados, estando em desacordo com os achados desta pesquisa. Outras pesquisas anteriores apontam que trabalhadores solteiros apresentam maiores níveis de *Burnout*, comparativamente aos seus colegas casados (Abacar, 2015; Abacar et al. 2017; Aydemir & Icelli, 2013).

Em termos gerais, na análise de diferenças entre a variável “nível de escolaridade” e as dimensões de *Burnout*, os professores com nível superior (licenciados e pós-graduados) foram os menos vulneráveis a este fenômeno, por estes apresentarem níveis mais baixos de

EE e DE e nível alto em RP. Pelo contrário, professores com nível básico de escolaridade mostraram-se mais propensos em desenvolver *Burnout*, pois obtiveram pontuações elevadas nas dimensões EE e DE e, baixas na dimensão RP. Isso se deve, provavelmente, pelo fato de que a divisão da carga horária e a gratificação serem mediante o nível de escolaridade do professor.

Os professores que lecionam no 1º ciclo do ensino secundário geral (8ª, 9ª e 10ª classe) cumprem 24 aulas semanais e os do 2º ciclo (11ª e 12ª classe) têm a carga horária equivalente a 20 aulas semanais, independentemente da disciplina lecionada. E normalmente, o segundo ciclo do ensino secundário é lecionado com professores que terminaram o nível superior de escolaridade. Além do mais, professores habilitados com o nível superior recebem maior salário relativamente aos seus colegas com nível básico ou médio de escolaridade. Isso coincide com a ideia segundo a qual, a educação pode influenciar a realização pessoal, o que significa maior nível educacional poder ser interpretado como um fator de proteção contra o *Burnout* (Milićević-Kalašić, 2013).

Enfim, os resultados alcançados indicam que os professores pesquisados com algumas características pessoais (*e.g.*, maior idade, ter filhos, ser do sexo masculino) e laborais (ter nível baixo de escolaridade e maior tempo de serviço) são os de maior risco de desenvolver *Burnout*, o que sugere uma atenção especial à sua saúde física e mental, assim como a implantação de programas de intervenção a este grupo-alvo. Por exemplo, professores com filhos, com maior tempo de serviço e mais velhos em termos de idade, podem estar a desenvolver sentimentos de frustração e insatisfação pelo fato de, durante os anos de trabalho não terem conseguido criar condições dignas para si e sua família tais como: moradia condigna, plano de saúde, seguro de vida e meio de transporte. Somando-se a esses aspectos, o sistema de aposentadoria em Moçambique é considerado precário por não incluir benefícios sociais favoráveis, o que pode afetar negativamente o nível de qualidade de vida e bem-estar dos professores.

5. Considerações Finais

Este estudo investigou a incidência de *Burnout* em professores moçambicanos do ensino secundário geral, verificando possíveis associações com variáveis sociodemográficas e laborais. O maior mérito do estudo é por ser o pioneiro na avaliação do fenômeno, tendo como amostras professores moçambicanos do ensino secundário. Além disso, fornece informações para melhor compreensão de *Burnout* em professores desse nível de ensino.

Os resultados sugerem a presença de um processo de *Burnout* em desenvolvimento, pois as médias das dimensões Exaustão Emocional e Despersonalização são mais aproximadas ao ponto de corte de três. Quanto aos níveis de *Burnout*, estes diferem entre os professores, em função das variáveis: sexo, idade, grau de escolaridade, anos de experiência, “estado civil” e número de filhos, como previsto na hipótese da pesquisa. Para sustentar esta posição, as análises realizadas da relação das variáveis sociodemográficas e laborais mencionadas com as dimensões de *Burnout* evidenciaram diferentes resultados.

De forma geral, pode-se mencionar que alguns participantes deste estudo apresentaram sintomas de *Burnout*. Cabe apontar o estudo de Suñer-Soler et al. (2014), o qual encontrou a dimensão Exaustão Emocional (manifestação central de *Burnout*), associada positivamente com o absentismo, intenção de abandono da profissão e a deterioração das relações pessoais e familiares. Daí que os resultados deste estudo remetem à implementação de medidas de prevenção primária e secundária por forma a reduzir, ou de preferência, a eliminar precocemente a doença. As intervenções em *Burnout* no contexto escolar são benéficas para ampliação do conhecimento sobre o fenômeno (sintomas, causas, manifestações, efeitos e estratégia de enfrentamento), bem como auxiliam na redução significativa no desgaste ou mudanças positivas em relação aos fatores de risco de *Burnout* (Carlotto, 2014; Dalcin & Carlotto, 2018). Igualmente, é desejável a existência de serviços de aconselhamento psicológico no contexto de trabalho dos professores, com vista a ajudá-los a lidar com situações estressantes.

Há de se considerar que este estudo apresenta algumas limitações. A pesquisa é de natureza transversal, foi realizada num contexto sociocultural distinto e envolveu amostra não probabilística de professores do ensino secundário em Moçambique, o que não permite a generalização dos resultados para toda a população docente desse nível de ensino. Também, os resultados encontrados não fornecem qualquer prova de causalidade.

Tais lacunas constituem objetos para futuras pesquisas do construto. Assim, em última análise, sugere-se a realização de pesquisas baseadas em amostras diversificadas, do tipo quantitativo e descritivo visando verificar a correlação entre os níveis de *Burnout* com fatores organizacionais e situacionais, o que pode auxiliar na compreensão da síndrome e na implementação de programas de prevenção e intervenção. E mais, a realização dessas investigações poderá ser útil na identificação de fatores de trabalho adversos à saúde mental dos professores, bem como no delineamento de estratégias de *coping* mais eficazes.

Referências

Abacar M. (2015). *Burnout em docentes do ensino básico em escolas moçambicanas e brasileiras*. (Tese de Doutorado). Programa de Pós-graduação em Psicologia Cognitiva, Universidade Federal de Pernambuco, Recife.

Abacar M & Aliante G. (2016). Fontes de stress ocupacional em professores moçambicanos do ensino secundário geral do 1º ciclo, cidade de Nampula. [Comunicação oral]. *Jornadas Científicas do MINEDH*. Maputo: 21 a 23 de setembro.

Abacar M, Aliante, G & Nahia IAA. (2020). Fontes de estresse ocupacional e estratégias de enfrentamento em professores moçambicanos do ensino básico. *Saúde e Pesquisa*, 13(1), 41-52. <https://doi.org/10.17765/2176-9206.2020v13n1p41-52>

Abacar M & Amade FT. (2018). Trabalho, prazer e colapso do professor: *Stress* ocupacional e estratégias de gestão em profissionais do ensino primário público em Moçambique. In: JN. dos Bastos & M Abacar (Org.). *Educação em Moçambique: Políticas, Concepções e Práticas* (pp. 271-284). Maputo: Educar.

Abacar M, Roazzi A & Bueno JMH. (2017). Estresse ocupacional: Percepções dos professores. *Revista Amazônica*, 19(1), 430-72. Acesso em: https://www.researchgate.net/publication/326579051_Estresse_ocupacional_Percepcoes_dos_professores_Occupational_stress_Teachers%27_perceptions

Abacar M, Tarcísio L & Aliante G. (2017). *Burnout* em professores moçambicanos do ensino superior público e privado. *Revista Saúde e Pesquisa*, 10(3), 567-77. <http://dx.doi.org/10.177651/1983-1870.2017v10n3p567-577>

Aliante G. (2018). *Síndrome de Burnout e trabalho*: Um estudo junto a professores do ensino fundamental das escolas da rede pública na cidade de Nampula. (Dissertação de Mestrado). Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.

Aliante G & Abacar M. (2018). Fontes de stress ocupacional em professores do ensino básico e médio em Moçambique, Brasil e Portugal: Uma revisão sistemática de literatura. *Revista*

Internacional de Língua Portuguesa, 4(33), 95-110. <https://doi.org/10.31492/2184-2043.RILP2018.33/pp.95-110>

Aliante G & Abacar M. (2019). Fontes de estresse em professores moçambicanos do ensino primário. In *Anais do XVI Encontro Nacional da Associação Brasileira de Estudos de Trabalho* (ISSN: 2318-9517, GT09). Salvador/BA, 3 a 6 de setembro. Disponível em: <http://www.abet2019.sinteseeventos.com.br/simposio/public>

Aliante G, Abacar M & Pereira AM. (2020). Estresse ocupacional em professores de educação inclusiva. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 11(1), 162-81. <http://dx.doi.org/10.5433/2236-6407.2020v11n1p162>

Aliante G & Tittoni J. (2018). Fatores psicossociais no trabalho docente: Concepção de professores moçambicanos do ensino básico na cidade de Nampula. In *Anais do XVII Encontro Regional Sul da Associação Brasileira de Psicologia Social*, (p. 28201), Porto Alegre. Disponível em: <http://www.inscrcoes.fmb.unesp.br/fcl>

Aliante G & Tittoni J. (2017). Saúde mental relacionado ao trabalho: Percepção dos professores do ensino fundamental da rede pública em Angoche sobre fatores de risco psicossocial no trabalho docente. [Resumo]. In *Anais do XIX Encontro Nacional da Associação Brasileira de Psicologia Social*, (p. 787), Uberlândia/MG, 1 a 4 de Novembro. Disponível em: www.abrapso.org.br

Almeida CV, Silva C, Centurion, P & Chiuzi RM. (2011). Síndrome de Burnout em professores: Um estudo comparativo na região do Grande ABC Paulista. *Rev. Elet. Gestão e Serviços*, 2(1), 276-91. <http://dx.doi.org/10.15603/2177-7284/regs.v2n1p276-291>

Amimo CA. (2012). Are you experiencing teacher burnout? A synthesis of research reveals conventional prevention and spiritual healing. *Education Research Journal*, 2(11), 338-44. Disponível em: <http://www.resjournals.com/ERJ>

Arraz FM. (2018). A Síndrome de Burnout em docentes. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*, 7(6), 34-47. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/saude/burnout-em-docentes>

Aydemir O & Icelli I. (2013). *Burnout: Risk factors*. In S. Bährer-Kohler (Ed.). *Burnout for Experts: Prevention in the Context of Living and Working* (pp. 119-43), Basel, Switzerland: Springer.

Badawy SM. (2015). Egyptian Teachers' Burnout: The Role of Work Environment Characteristics and Job Stress. *Journal of Business and Management Sciences*, 3(4), 101-10. Disponível em: <http://pubs.sciepub.com/jbms/3/4/1>

Batista JBV. (2010). *Síndrome de Burnout em professores do ensino fundamental: Um problema de saúde pública não percebido*. (Tese de Doutorado). Programa de Pós-graduação em Saúde Pública, Centro de Pesquisas Aggeu Magalhães, Fundação Oswaldo Cruz, Recife.

Borges LO, Argolo JCT & Baker MCS. (2006). Os Valores organizacionais e a Síndrome de Burnout: Dois momentos em uma maternidade pública. *Psicologia: Reflexão & Crítica*, 19(1), 34-43. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722006000100006>

Betoret FD & Artiga AG. (2010). Barriers perceived by teachers at work, coping strategies, self-efficacy and burnout. *Spanish Journal of Psychology*, 13, 637-54. <https://doi.org/10.1017/s1138741600002316>

Carlotto MS. (2011). Síndrome de Burnout em professores: Prevalência e fatores associados. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 27(4), 403-10. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722011000400003>

Carlotto MS. (2014). Prevenção da síndrome de *burnout* em professores: um relato de experiência. *Mudanças – Psicologia da Saúde*, 22 (1), 31-9. <http://dx.doi.org/10.15603/2176-1019/mud.v22n1p31-39>

Carlotto MS & Câmara SG. (2004). Análise fatorial do Maslach Burnout Inventory (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. *Psicologia em Estudo*, 9(3), 499-505. <https://doi.org/10.1590/S1413-73722004000300018>

Carlotto MS, Câmara, SG, Diehl L, Ely K, Freitas IM & Schneider GA. (2018). Estressores ocupacionais e estratégias de enfrentamento. *Rev. Subjetividades*, 18(1), 92-105.

<http://dx.doi.org/10.5020/23590777.rs.v18i1.6462>

Cemaloglu, N., & Sahin, E. D. (2007). Öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi. *Kastamonuün.EğitimFak. Dergisi*, 15(2), 465-484.

Chang ML. (2009). An Appraisal Perspective of Teacher Burnout: Examining the Emotional work of teachers. *Educ Psychol Rev*, 21, 193-218. <https://doi.org/10.1007/s10648-009-9106-y>

Correia T, Gomes AR & Moreira S. (2010). Stresse ocupacional em professores do ensino básico: Um estudo sobre as diferenças pessoais e profissionais. In C. Nogueira, I. Silva, L. Lima, A. T. Almeida, R. Cabecinhas, R. Gomes, C. Machado, A. Maia, A. Sampaio, M. C. Taveira (Eds.). *Actas do VII Simpósio de Investigação em Psicologia* (pp. 1477-93). Lisboa: Associação Portuguesa de Psicologia.

Cruz RM, Lemos JC, Welter MM & Guisso L. (2010). Saúde docente, condições e carga de trabalho. *Revista Electrónica de Investigación y Docencia*, 4, 147-60. Disponível em: https://www.academia.edu/27991122/Sa%C3%BAde_Docente_condi%C3%A7%C3%B5es_e_carga_de_trabalho

Dalcin L & Carlotto MS. (2018). Avaliação de efeito de uma intervenção para a Síndrome de *Burnout* em professores. *Psic. Escol. Educ.*, 22(1), 141-50. <https://doi.org/10.1590/2175-35392018013718>

Diehl L & Carlotto MS. (2020). Síndrome de Burnout em professores: Diferenças entre níveis de ensino. *Research, Society and Development*, 9(5), 1-15. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i5.2623>

Farber BA. (1999). Inconsequentiality - the key to understanding teacher burnout. In R. Vanderberche & A. M. Huberman. *Understanding and Preventing Teacher Burnout: A Sourcebook of international research and practice*. Cambridge University Press.

Freudenberger HJ. (1974). Staff burnout. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159-163.

<https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>

Gasparini SM, Barreto SM & Assunção AA. (2006). Prevalência de transtornos mentais comuns em professores da rede municipal de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, 22(12), 2679-91. <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2006001200017>

Gil-Monte PR. (2008). El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout) como fenómeno transcultural. *Informació Psicologia*, 91-2, 4-11.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2551783>

Gomes AR, Silva MJ, Mourisco S, Silva S, Mota A & Montenegro N. (2006). Problema e desafios no exercício da actividade docente: Um estudo sobre o stresse, burnout, saúde física e satisfação profissional em professores do 3o ciclo e ensino secundário. *Revista Portuguesa de Educação*, 19(1), 67-93. Disponível em:

http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0871-91872006000100004

Guglielmi, R. S., & Tatrow, K. (1998). Occupational stress, burnout, and health in teachers: A methodological and theoretical analysis. *Review of Educational Research*, 68(1), 61-69.

<https://doi.org/10.3102%2F00346543068001061>

Leiter MP & Maslach C. (2016). Latent burnout profiles: A new approach to understanding the experience. *Burnout Research*, 3, 89-100. <https://doi.org/10.1016/j.burn.2016.09.001>

Lhospital AS & Gregory A. (2009). Changes in teacher stress through participation in prereferred intervention teams. *Psychology in the schools*, 46(10), 1098-1112. Disponível em:

<https://eric.ed.gov/?id=EJ867133>

Lourenço VR, Valente GSC & Correa LV. (2020). Influências do trabalho na saúde mental docente da escola pública do Rio de Janeiro. *Research, Society and Development*, 9(6), 1-16.

<http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i6.3250>

Maslach C & Goldberg J. (1998). Prevention of burnout: New perspectives. *Applied &*

Preventive Psychology, 7, 63-74. [https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/S0962-1849\(98\)80022-X](https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/S0962-1849(98)80022-X)

Maslach C & Jackson SE. (1981). The measurement of experienced Burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, 2, 99-113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>

Maslach C & Leiter MP. (2016-june). Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2).103-11.
<https://dx.doi.org/10.1002%2Fwps.20311>

Maslach C & Leiter MP. (2017). New insights into burnout and health care: Strategies for improving civility and alleviating burnout. *Medical Teacher*, 39(2), 160-63.
<https://doi.org/10.1080/0142159X.2016.1248918>

Maslach C, Schaufeli WB & Leiter MP. (2001). Job burnout. *Ann Rev Psychol.*, 52, 397-422.
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>

McMurray JE, Linzer M, Konrad TR, Douglas J, Shugerman R & Nelson K. (2000). The Work Lives of Women Physicians. *J. Gen Intern Med.*, 15(6), 372-80.
<https://dx.doi.org/10.1111%2Fj.1525-1497.2000.im9908009.x>

Milićević-Kalašić A. (2013). Burnout Examination. In S. Bährer-Kohler (Ed). *Burnout for Experts: Prevention in the Context of Living and Working* (pp.169-183). Basel, Switzerland: Springer.

Ministério da Educação de Moçambique. (2013). *Plano Estratégico da Educação 2012-2016*. Maputo: MINED.

Olivera HLR, Balk RS, Graup S & Muniz AG. (2020). Percepções sobre saúde mental de professores e professoras de uma escola pública da fronteira oeste do Rio Grande do Sul. *Research, Society and Development*, 9(4), 1-16. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i4.3060>

Patrão I. (2016). Stress na profissão docente. In *Conferência Portuguesa sobre Stresse na Profissão Docente: causas, consequências e medidas a tomar*. Lisboa, FENPROF, 2 de fevereiro.

Pereira AS, Shitsuka DM, Parreira FJ, Shitsuka R. (2018). *Metodologia da pesquisa científica*. [e-book]. Santa Maria: Ed. UAB/NTE/UFSM. Disponível em: https://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/15824/Lic_Computacao_Metodologia-Pesquisa-Cientifica.pdf?sequence=1. Acesso em: 18 Abril de 2020.

Pinheiro ÂFS, Pena KA & Lima NTSR. (2018). Estresse ocupacional em professores do ensino médio: fatores que contribuem para o adoecimento. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*, 4(10), 106-21.

Pocinho M & Capelo MR. (2009). Vulnerabilidade ao stress, estratégias de coping e autoeficácia em professores portugueses. *Educação e Pesquisa*, 35(2), 351-67. <https://doi.org/10.1590/S1517-97022009000200009>

Roazzi A, Carvalho AD & Guimarães PV. (2000). Análise da estrutura de similaridade de Burnout: Validação da escala Maslach Burnout Inventory em professores. In *Anais do V Encontro Mineiro de Avaliação Psicológica: Teorização e Prática, VIII Conferências Internacional de Avaliação Psicológica - Formas e Contexto e V Encontro Mineiro de Avaliação Psicológica: Teorização e Prática*, (pp. 89-115). Belo Horizonte: PUC.

Salvagioni DAJ, Melanda FN, Mesas AE, Gonzáñez AD, Gabani FL & Andrade SM. (2017). Physical, psychological and occupational consequences of job burnout: A systematic review of prospective studies. *PLOS ONE*, 4, 1-29. [10.1371/journal.pone.0185781](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0185781)

Santos A, Teixeira AR & Queirós C. (2018). *Burnout e stress em professores: um estudo comparativo 2013-2017*. *Psicologia, Educação e Cultura*, 22(1), 250-70. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/112287/2/269145.pdf>

Souza S, Souza FMT, Barbosa SC, Lopes IRS & Fernandes DG. (2016). Síndrome de *burnout* e valores humanos em professores da rede pública estadual da cidade de João Pessoa: Um estudo correlacional. *Análise Psicológica*, 1(34), 119-31. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/pdf/aps/v34n2/v34n2a02.pdf>

Suñer-Soler R, Grau-Martín A, Flichtentrei D, Prats M, Braga F, Font-Mayolas S & Gras MA. (2014) The consequences of burnout syndrome among healthcare professionals in Spain

and Spanish speaking Latin American countries. *Burnout Research*, 1(2), 82-89.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.burn.2014.07.004>

Tamayo MR & Tróccoli BT. (2009). Construção e validação fatorial da Escala de Caracterização do Burnout-ECB. *Estudos de Psicologia*, 14(3), 213-21.
<https://doi.org/10.1590/S1413-294X2009000300005>

Tibúrcio A & Moreno, CRC (2009). Síndrome de burnout em professores do ensino médio de escolas pertencentes à gerência regional de Educação e Inovação(GEREI) do Município de Tubarão (SC). *Revista de Gestão Integrada em Saúde do Trabalho e Meio Ambiente*, 4(1), 1-15. Disponível em: <http://www.interfacehs.sp.senac.br/>

Vasconcelos ACL & Neves MY. (2010). A saúde de professoras do ensino fundamental: relato de uma investigação. In M. Y. Neves et al. *Subjetividade e Trabalho: a vida não é só isso que vê* (pp. 27-50). João Pessoa.

Yong Z & Yue Y. (2007). Causes for burnout among secondary and elementary school teachers and preventive strategies. *Chinese Education and Society*, 40(5), 78-85.
<https://doi.org/10.2753/CED1061-1932400508>

Zhuwao S, Setati TS, Rachidi, MP & Ukpere, WI. (2015). Occupational stress and organisational commitment of employees at higher educational institution. *Journal of Governance and Regulation*, 4(4), 740-746. http://doi.org/10.22495/jgr_v4_i4_c6_p10

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Mussa Abacar - 35%

Gildo Aliante - 35%

Fernando António - 30%