



# Burnout no trabalho docente: análise das dimensões da síndrome entre professores e professoras da rede pública estadual de Mato Grosso

Burnout in teaching: an analysis of burnout dimensions among male and female teachers in the state public school system of Mato Grosso

Helvecio Pereira Lopes<sup>1\*</sup> , Evando Carlos Moreira<sup>2</sup> 

<sup>1</sup> Secretaria de Estado de Educação (SEDUC), Cuiabá, MT, Brasil

<sup>2</sup> Universidade Federal de Mato Grosso (UFMT), Instituto de Educação, Programa de Pós-Graduação em Educação, Cuiabá, MT, Brasil

**COMO CITAR:** LOPES, H. P.; MOREIRA, E. C. Burnout no trabalho docente: análise das dimensões da síndrome entre professores e professoras da rede pública estadual de Mato Grosso. **Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação**, Araraquara, v. 21, e20194, 2026. e-ISSN: 1982-5587. DOI: <https://doi.org/10.21723/riaee.v21i00.2019401>

## Resumo

O artigo investigou a prevalência da síndrome de burnout em docentes da rede pública de educação básica de Mato Grosso, com foco nas diferenças de adoecimento entre os gêneros, especialmente no desgaste psíquico. Trata-se de estudo quantitativo, transversal, com amostragem probabilística aleatória simples, que envolveu 3.627 professores e professoras. Os resultados indicaram que cerca de 63% dos participantes apresentaram indicativos de burnout em ao menos uma dimensão da síndrome. Observou-se associação estatisticamente significativa entre gênero e desgaste psíquico, com maior prevalência entre as professoras (21,7%) em comparação aos professores. Os achados evidenciam desigualdades de gênero no adoecimento psíquico docente, possivelmente relacionadas às condições de trabalho e às sobrecargas laborais e sociais atribuídas às mulheres. Conclui-se pela necessidade de estudos longitudinais e de revisão das políticas educacionais, visando à promoção da equidade de gênero e à prevenção do desgaste psíquico feminino no contexto educacional.

**Palavras-chave:** síndrome de *burnout*; docência pública; gênero; desgaste psíquico.

## Abstract

The article investigated the prevalence of burnout syndrome among teachers in the public basic education system in Mato Grosso, focusing on gender differences in illness, especially psychological exhaustion. This is a quantitative, cross-sectional study with simple random probability sampling, involving 3,627 teachers. The results indicated that approximately 63% of participants showed signs of burnout in at least one dimension of the syndrome. A statistically significant association was observed between gender and psychological exhaustion, with a higher prevalence among female teachers (21.7%) compared to male teachers. The findings highlight gender inequalities in teachers' psychological ill health, possibly related to working conditions and the work and social burdens attributed to women. It is concluded that there is a need for longitudinal studies and a review of educational policies, with a view to promoting gender equality and preventing female psychological exhaustion in the educational context.

**Keywords:** burnout syndrome; public teaching; gender; mental exhaustion.

## INTRODUÇÃO

O presente estudo tem como objetivo avaliar a prevalência e as dimensões da síndrome de burnout entre professores e professoras da rede pública estadual de Mato Grosso, buscando identificar possíveis diferenças significativas de acometimento entre os gêneros. A síndrome de burnout, reconhecida como um fenômeno ocupacional, tem se destacado como um importante problema de saúde entre profissionais da educação, em razão das exigências emocionais, organizacionais e sociais inerentes à docência.

### \*Autor correspondente:

helveciolopes@hotmail.com

**Submetido:** Abril 28, 2025

**Revisado:** Fevereiro 11, 2026

**Aprovado:** Fevereiro 12, 2026

### Fonte de financiamento:

Nada a declarar.

### Conflitos de interesse:

Não há conflitos de interesse.

### Aprovação do comitê de ética:

Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Mato Grosso, sob o parecer nº 4.240.068.

### Disponibilidade de dados:

Os dados de pesquisa estão disponíveis somente mediante solicitação. Trabalho realizado na Universidade Federal de Mato Grosso (UFMT), Cuiabá, MT, Brasil.



Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Attribution (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>), que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

A literatura científica tem reforçado de forma unânime a associação da síndrome de burnout ao ambiente de trabalho. Segundo Carlotto et al. (2015), trata-se de um problema social de grande relevância, pois está relacionado a disfunções pessoais diversas, incluindo sérios problemas físicos e psicológicos, podendo inclusive levar à incapacidade total para o trabalho.

O termo “burnout” foi inicialmente usado como uma gíria pelo médico Herbert Freudenberger, na década de 1970, ao tratar seus pacientes em Nova Iorque. No entanto, registros anteriores mostram seu uso em contextos semelhantes. Em 1953, Schwartz e Will relataram o caso de Mis Jones, uma enfermeira psiquiátrica que apresentava sintomas emocionais, físicos e psicológicos relacionados à sua função laboral — o que remete ao modelo tridimensional da síndrome descrito atualmente. Outro exemplo é o romance *A Burnt-Out Case*, de Graham Greene (1960), que narra a história de um arquiteto profissionalmente esgotado que abandona sua carreira. Segundo Carlotto e Câmara (2008), os sentimentos relatados nessas histórias são compatíveis com os sintomas atuais da síndrome de burnout, uma vez que envolvem exaustão emocional, distanciamento ou atitudes negativas em relação ao trabalho e comprometimento da realização profissional, elementos centrais do modelo conceitual contemporâneo da síndrome.

O reconhecimento científico do tema ganhou força em 1974, quando Freudenberger publicou o artigo *Staff Burn-out*, usando o termo de forma oficial ao destacar os efeitos do ambiente de trabalho na saúde dos profissionais da área da saúde. A partir de então, diversos estudos sobre o tema foram desenvolvidos. Destaca-se a contribuição de Christina Maslach e Susan Jackson (1981), com a criação do *Maslach Burnout Inventory (MBI)*, instrumento que avalia as dimensões da síndrome entre trabalhadores da enfermagem (Maslach; Jackson, 1981).

Apesar do avanço nas pesquisas, houve um atraso científico inicial em relação ao reconhecimento da síndrome. Atualmente, observa-se uma variedade de termos associados ao burnout, como “síndrome do esgotamento profissional”, “desgaste profissional” ou “queimar-se pelo trabalho”. Esse reconhecimento institucional ocorreu apenas com a inclusão do burnout na 11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11), publicada pela Organização Mundial da Saúde em 2019 e em vigor desde janeiro de 2022, na qual a síndrome é definida como um fenômeno ocupacional resultante do estresse crônico no trabalho que não foi adequadamente gerenciado (Organização Mundial da Saúde, 2019).

Hoje, há uma variedade de termos associados ao burnout, como “síndrome do esgotamento profissional”, “desgaste profissional” ou “queimar-se pelo trabalho”, os quais refletem diferentes abordagens teóricas construídas ao longo do tempo para explicar um mesmo fenômeno relacionado ao adoecimento no contexto laboral (Freudenberger; Richelson, 1980; Maslach, 1993; França; Rodrigues, 1997; Schaufeli; Enzmann, 1998; Gil-Monte, 2006; Carlotto; Palazzo, 2006). Em comum, esses autores compreendem a síndrome como um processo diretamente vinculado às condições de trabalho e, sobretudo, ao esgotamento emocional decorrente da exposição prolongada a demandas ocupacionais intensas.

As primeiras conceituações, como a de Freudenberger e Richelson (1980), destacam o burnout como resultado do esgotamento, do desapontamento e da perda de motivação em profissionais que atuam em contato direto com outras pessoas — característica central da docência. Posteriormente, Maslach (1993) sistematiza esse entendimento ao propor o modelo tridimensional da síndrome, composto por esgotamento emocional, despersonalização e baixa realização pessoal, sendo o esgotamento emocional considerado o núcleo central do adoecimento.

Outras contribuições reforçam a natureza processual do burnout. França e Rodrigues (1997) compreendem a síndrome como consequência do fracasso das estratégias de enfrentamento do estresse ocupacional, enquanto Schaufeli e Enzmann (1998) a descrevem como um estado mental negativo persistente, marcado por exaustão, sensação de incompetência e atitudes disfuncionais no trabalho. Gil-Monte (2006), por sua vez, amplia a compreensão ao caracterizar o burnout como uma resposta ao estresse crônico laboral, envolvendo desgaste psíquico, baixa motivação e sentimento de culpa — aspectos que podem se manifestar de forma distinta entre homens e mulheres, conforme as condições e expectativas sociais associadas ao trabalho docente.

No contexto brasileiro, Carlotto e Palazzo (2006) reforçam essa perspectiva ao definirem o burnout como uma reação ao estresse emocional contínuo gerado pelo contato direto e exaustivo com o trabalho, resultando na perda de interesse e na percepção de inutilidade dos esforços pessoais. Tal compreensão é especialmente relevante para estudos com professores e professoras, uma vez que o desgaste emocional, elemento central nas diferentes definições da síndrome, constitui um dos principais indicadores para a análise de possíveis diferenças nos níveis de adoecimento por burnout entre os gêneros.

Na Classificação Internacional de Doenças (CID-10), a síndrome não possui definição objetiva, mas é mencionada no código Z73.0, referente ao esgotamento. Outros códigos relacionados incluem Z56.3 (ritmo de trabalho penoso) e Z56.6 (dificuldades físicas e mentais associadas ao trabalho). Somente na CID-11, em vigor desde 2022, a síndrome foi oficialmente conceituada sob o código QD85, como resultado do estresse crônico no local de trabalho que não foi gerenciado com sucesso. Ela é caracterizada por três dimensões: (1) esgotamento de energia, (2) distanciamento mental e sentimentos de negativismo ou cinismo, e (3) redução da eficácia profissional.

Carlotto e Câmara (2004) destacam que a docência é uma das profissões mais vulneráveis à síndrome de burnout, superando até mesmo as da área da saúde. De acordo com Oliveira et al. (2013), embora a docência seja uma das profissões mais antigas da história, ela não recebeu o devido reconhecimento, acumulando problemas crônicos que atravessam diferentes governos e contextos históricos. Para Oliveira et al. (2013), investigar o trabalho docente pode ser a chave para enfrentar desigualdades sociais e promover o crescimento do país, na medida em que permite compreender as condições reais de trabalho, os processos de adoecimento e as desigualdades que afetam os professores, subsidiando a formulação de políticas públicas mais justas, a valorização profissional e a melhoria da qualidade da educação oferecida à população.

O adoecimento no trabalho pode ocorrer tanto em nível físico quanto psíquico, e essas dimensões, embora distintas, estão interligadas. Quando as exigências laborais são elevadas e os recursos disponíveis são insuficientes, o trabalho deixa de ser fonte de prazer e passa a gerar sofrimento. Nesse contexto, o presente estudo analisa os níveis de adoecimento por burnout entre professores e professoras da rede pública estadual de Mato Grosso, evidenciando, a partir dos dados empíricos coletados, possíveis diferenças de acometimento entre os gêneros, com ênfase no desgaste emocional.

## PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Esta pesquisa adotou uma abordagem quantitativa, considerada adequada aos objetivos do estudo, especialmente em função do grande número de participantes. O delineamento foi transversal quanto ao tempo de execução, com amostragem probabilística aleatória simples. O estudo apresenta nível de confiança estatística de 99% e margem de erro de 1,97%.

Com a colaboração da Secretaria de Estado de Educação de Mato Grosso (SEDUC), por meio do setor de Tecnologia da Informação, a coleta de dados foi viabilizada eletronicamente, utilizando a plataforma SigEduca. O estudo foi realizado em 778 escolas estaduais, distribuídas pelos 141 municípios de Mato Grosso, no ano de 2020.

O acesso à pesquisa foi garantido exclusivamente a professores em exercício, por meio de um banner na página inicial do sistema SigEduca. Esse controle impediu a participação de profissionais afastados.

Três instrumentos foram utilizados para produção de dados:

1. Questionário socioeconômico/laboral – composto por 15 questões, voltadas à identificação do perfil social, econômico, laboral e nível de satisfação no trabalho dos participantes.
2. Instrumento de estressores em professores(as) – estruturado em dois blocos: o primeiro com 16 questões fechadas em escala *Likert*; e o segundo com uma questão aberta para relato de outros estressores percebidos.
3. CESQT – *Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo* – composto por 20 questões distribuídas em quatro dimensões: Ilusão pelo trabalho, Desgaste psíquico, Indolência e Culpa, com respostas em escala *Likert* de 0 (nunca) a 4 (diariamente). Esse instrumento foi validado no Brasil por Gil-Monte, Carlotto e Câmara (2010).

Segundo Gil-Monte (2010), as três primeiras dimensões do CESQT permitem identificar o perfil 1 da síndrome de burnout, caracterizado por baixa “ilusão pelo trabalho” e altos níveis de “desgaste psíquico” e “indolência”. Caso o trabalhador apresente também alta pontuação em “culpa”, enquadra-se no perfil 2, mais grave.

Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva e testes não paramétricos, adequados à natureza das variáveis analisadas. Para a análise, foram utilizados os softwares Microsoft Excel, SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) e Iramuteq. Conforme Ulbricht, Beraldo e Ripka (2016), a escolha entre testes não paramétricos (baseados em ordens e categorias) é essencial na análise quantitativa.

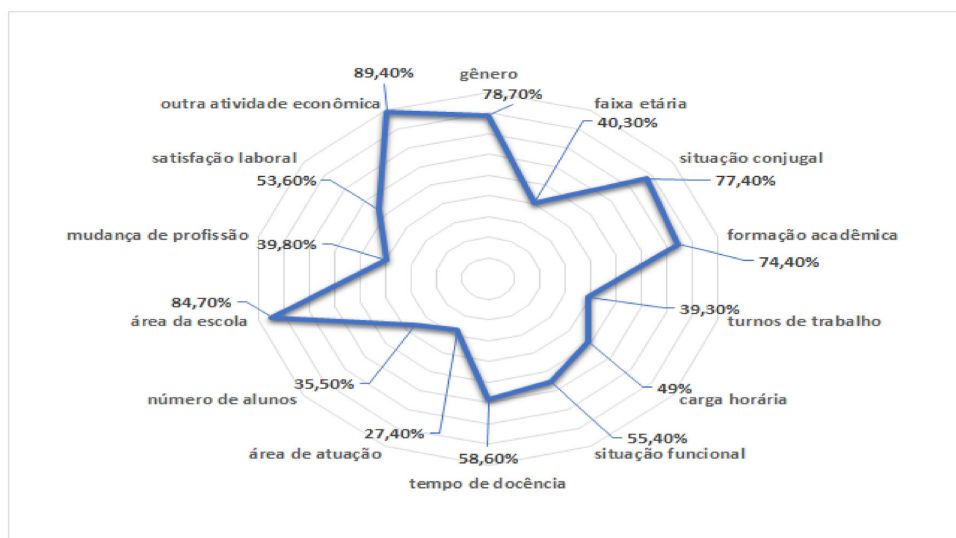
Esse conjunto de procedimentos possibilitou uma análise confiável sobre a prevalência e as características da síndrome de burnout entre os professores da rede pública estadual de Mato Grosso. A pesquisa seguiu todos os protocolos éticos exigidos para estudos com seres humanos e foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Mato Grosso, sob o parecer nº 4.240.068.

## RESULTADOS

A partir dos dados produzidos na pesquisa, o presente artigo tem como objetivo analisar o perfil dos professores e professoras da rede pública estadual de Mato Grosso como um recorte analítico para compreender a manifestação da síndrome de burnout no trabalho docente. Ao focalizar as condições sociais e laborais desses profissionais, o estudo aprofunda a análise das dimensões do burnout, especialmente o desgaste emocional, buscando evidenciar possíveis diferenças de prevalência e intensidade do adoecimento entre os gêneros.

É importante destacar que o perfil apresentado a seguir não contempla de forma absoluta todos os participantes da pesquisa, considerando a diversidade cultural, regional e socioeconômica presente em um estado de grande extensão territorial como Mato Grosso (Figura 1). Dessa forma, os dados devem ser interpretados como uma referência para análises comparativas, respeitando as especificidades e singularidades de cada docente participante.

Os dados levantados na pesquisa revelam um perfil marcadamente feminino entre os docentes da rede pública estadual de Mato Grosso, com aproximadamente (80%) dos participantes se identificando como mulheres. A maioria dos respondentes possui até 45 anos, vive com companheir@ e tem formação em nível de pós-graduação lato sensu (especialização). Os turnos de trabalho mais frequentes são matutino e vespertino, com carga horária semanal de até 30 horas. Predomina a atuação de servidores concursados, com tempo de docência entre 7 e 25 anos, majoritariamente na área de Linguagens.



**Figura 1.** Perfil socioeconômico-laboral dos(as) professores(as) da rede pública estadual de educação de Mato Grosso.

**Fonte:** Construção dos autores.

A maioria atende mais de 200 estudantes, em escolas localizadas na zona urbana. Quanto ao histórico profissional, observa-se poucas mudanças de carreira, e a maior parte dos docentes declara-se geralmente satisfeita com o trabalho e não exerce outra atividade profissional além da docência. Esses dados reforçam a forte presença feminina na profissão docente e apontam para um perfil estável, experiente e predominantemente urbano entre os participantes.

A literatura científica apresenta uma diversidade de abordagens e, muitas vezes, visões divergentes sobre as relações de gênero nos contextos laborais. Entretanto, algo que se evidencia de forma recorrente é a manutenção de estereótipos de gênero que associam certas profissões ao masculino e outras ao feminino. Esses estereótipos reforçam uma espécie de “apartheid laboral”, no qual as mulheres são frequentemente direcionadas a atividades que reproduzem características atribuídas ao ambiente doméstico e familiar.

Nesse sentido, Purvanova e Muros (2010) destacam que as mulheres tendem a ser selecionadas para funções culturalmente marcadas como femininas — reflexo de padrões históricos e sociais que ainda persistem. Isso é particularmente visível nas profissões que exigem cuidado, empatia e proximidade emocional, traços tradicionalmente associados ao papel da mulher.

Além disso, Araújo et al. (2006, p. 1118) chamam atenção para um “privilegio científico” em favor dos homens, especialmente nas pesquisas relacionadas à saúde no trabalho. Segundo os autores:

Verifica-se clara limitação no que se refere aos aspectos relacionados ao gênero, com o predomínio, quase exclusivo, de estudos sobre o trabalho e a saúde dos homens. Esse privilégio parece tecer, por sua vez, conexões com as questões de gênero, uma vez que os postos de trabalho nas indústrias e fábricas são, em sua maioria, ocupados por homens e, em contrapartida, na prestação de serviços predominam amplamente as mulheres.

Esse desequilíbrio metodológico leva à generalização indevida dos achados científicos, em que dados oriundos de estudos com homens são utilizados como referência também para as mulheres, sem considerar as especificidades de gênero. Tal prática, ainda frequente em áreas como a saúde ocupacional, compromete a validade e a aplicabilidade dos resultados para o público feminino (Araújo et al., 2006).

No caso brasileiro, esse cenário é particularmente evidente no setor da educação, amplamente marcado pela predominância feminina. Diversos estudos explicam esse processo como resultado de uma construção histórica e social que associou a docência, sobretudo nos níveis iniciais da escolarização, ao ato de cuidar e educar, funções tradicionalmente vinculadas ao papel materno. Guacira Lopes Louro (1997) destaca que a feminização do magistério está diretamente relacionada à naturalização de atributos como afeto, paciência e sensibilidade como “competências femininas”, socialmente produzidas e reforçadas ao longo do tempo. Nesse mesmo sentido, Almeida (1998) aponta que a docência foi historicamente legitimada como uma extensão do trabalho doméstico e do cuidado familiar, o que contribuiu para sua desvalorização social e salarial. Vianna (2001) reforça que essa associação simbólica entre mulher, maternidade e ensino consolidou a presença feminina na profissão docente, ao mesmo tempo em que produziu desigualdades de gênero nas condições de trabalho e no reconhecimento profissional. Assim, a exigência de habilidades afetivas e relacionais no trabalho educativo — culturalmente atribuídas ao universo feminino — constitui um elemento central para a compreensão da feminização da carreira docente no Brasil.

Estudos realizados em diferentes regiões do país evidenciam que a docência é majoritariamente composta por mulheres, o que tem implicações diretas na análise do adoecimento ocupacional. Gil-Monte et al. (2010), ao investigarem a síndrome de burnout em professores brasileiros por meio do CESQT, identificaram que 86,6% da amostra era composta por mulheres, reforçando a centralidade do gênero feminino nos estudos sobre saúde docente. Resultados semelhantes foram encontrados por Carlotto et al. (2014, 2015), cujas pesquisas apontam percentuais de participação feminina variando entre 67,7% e 83,9%, indicando que essa predominância se mantém em distintos contextos institucionais e níveis de ensino. Dalagasperina e Monteiro (2014) corroboram esses achados ao demonstrarem que aproximadamente dois terços dos docentes investigados eram mulheres, o que reforça a necessidade de considerar o gênero como variável estruturante nas análises sobre burnout.

No contexto específico do estado de Mato Grosso, essa configuração se repete de forma ainda mais acentuada. Pesquisas conduzidas por Ferrari et al. (2010) e Giovelli et al. (2017) evidenciam que entre 76% e 84% dos participantes de estudos sobre burnout docente no estado eram mulheres, indicando que a feminização da docência é uma característica persistente também no âmbito regional. Tavares (2018), ao analisar o ensino fundamental, identificou uma participação feminina ainda mais expressiva (92,1%), enquanto Ferrari et al. (2019) confirmou essa tendência ao apontar que 86,6% dos docentes investigados eram do sexo feminino.

Mais do que um dado descritivo, a feminização da carreira docente revela um contexto marcado por sobrecarga emocional, múltiplas jornadas de trabalho e expectativas sociais diferenciadas entre homens e mulheres, aspectos que influenciam diretamente as condições de trabalho e os impactos na saúde mental e emocional dos professores e professoras. Assim, considerar o recorte de gênero não apenas qualifica a análise da prevalência da síndrome de burnout, como também permite compreender de forma mais aprofundada as desigualdades que atravessam o trabalho docente.

No conjunto de docentes que participaram da pesquisa, observa-se uma expressiva predominância de mulheres, que correspondem a aproximadamente 78,7% da amostra, enquanto os homens representam 21,3%. Esse dado revela que, a cada cinco professores(as) da rede pública estadual de Mato Grosso que responderam ao estudo, cerca de quatro se identificam com o gênero feminino, evidenciando a continuidade do processo de feminização da docência já amplamente descrito na literatura nacional.

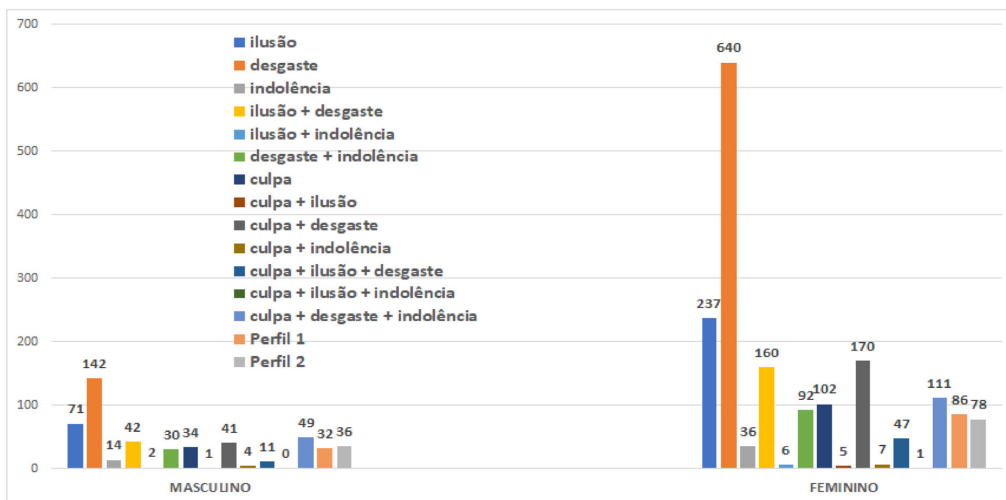
Essa configuração de gênero não constitui apenas um dado descritivo do perfil da amostra, mas um elemento estrutural que orienta a análise do trabalho docente e de seus impactos sobre a saúde mental. A elevada participação feminina reforça a necessidade de compreender a docência como uma atividade socialmente marcada por expectativas de cuidado, envolvimento afetivo e responsabilidade emocional, atributos historicamente associados ao feminino e que influenciam tanto as condições de trabalho quanto as formas de vivenciar o sofrimento psíquico no exercício profissional.

Os resultados apresentados a seguir na Figura 2, dialogam diretamente com uma das dimensões de gênero propostas por Scott (1990), que compreende o gênero como um elemento constitutivo das relações sociais, fundamentado nas diferenças observáveis entre os sexos. A partir dessa perspectiva, os dados obtidos nesta pesquisa sobre a síndrome de burnout foram organizados de forma a evidenciar possíveis distinções entre os gêneros, permitindo uma análise mais sensível às especificidades vivenciadas por professores e professoras. Dessa forma, o resultado geral das dimensões do burnout foi estratificado por gênero, buscando compreender como essas diferenças impactam a experiência do esgotamento profissional no contexto da docência.

A análise comparativa dos dados estratificados por gênero evidencia diferenças relevantes na distribuição das dimensões da síndrome de burnout entre professores e professoras. Ainda que os valores absolutos sejam maiores no grupo feminino — o que reflete a maior participação das mulheres na amostra. A leitura analítica da Figura 2 revela padrões distintos na manifestação do esgotamento profissional quando se observa a composição das dimensões avaliadas pelo CESQT. Em ambos os gêneros, o desgaste psíquico se destaca como a dimensão mais frequente, configurando-se como o principal eixo do burnout docente. No entanto, entre as professoras, essa dimensão apresenta uma expressividade significativamente superior, tanto de forma isolada quanto associada a outras dimensões, como ilusão pelo trabalho e indolência. Esse achado indica que o esgotamento emocional assume maior centralidade na experiência feminina da docência, sugerindo maior sobrecarga afetiva e emocional no cotidiano de trabalho.

Entre os professores, embora o desgaste psíquico também seja predominante, observa-se uma distribuição relativamente mais equilibrada entre as dimensões e suas combinações, com menor concentração nas formas mais complexas da síndrome. As combinações que envolvem simultaneamente desgaste, culpa e indolência aparecem com menor frequência no segmento masculino, o que pode indicar diferentes estratégias de enfrentamento, expectativas profissionais ou modos de vivenciar as exigências emocionais do trabalho docente.

Outro aspecto relevante diz respeito aos perfis 1 e 2 da síndrome de burnout. O perfil 2, considerado mais grave por incluir a dimensão da culpa, apresenta maior incidência entre as professoras, reforçando a hipótese de que as mulheres não apenas experimentam maior



**Figura 2.** Distribuição: *per capita burnout* x dimensões por gênero.

**Fonte:** dados da pesquisa.

desgaste emocional, mas também internalizam de forma mais intensa o sofrimento relacionado ao trabalho, frequentemente atribuindo a si mesmas a responsabilidade pelo fracasso, pela exaustão ou pela incapacidade de atender às múltiplas demandas institucionais e sociais.

Esses resultados, analisados em relação ao gênero, indicam que o burnout docente além de se manifestar como um fenômeno individual, atinge um processo socialmente condicionado. A maior incidência e complexidade do desgaste psíquico entre as mulheres pode ser compreendida em articulação com a feminização da docência, a intensificação do trabalho pedagógico e a sobreposição entre responsabilidades profissionais e domésticas, elementos que ampliam a vulnerabilidade feminina ao esgotamento emocional.

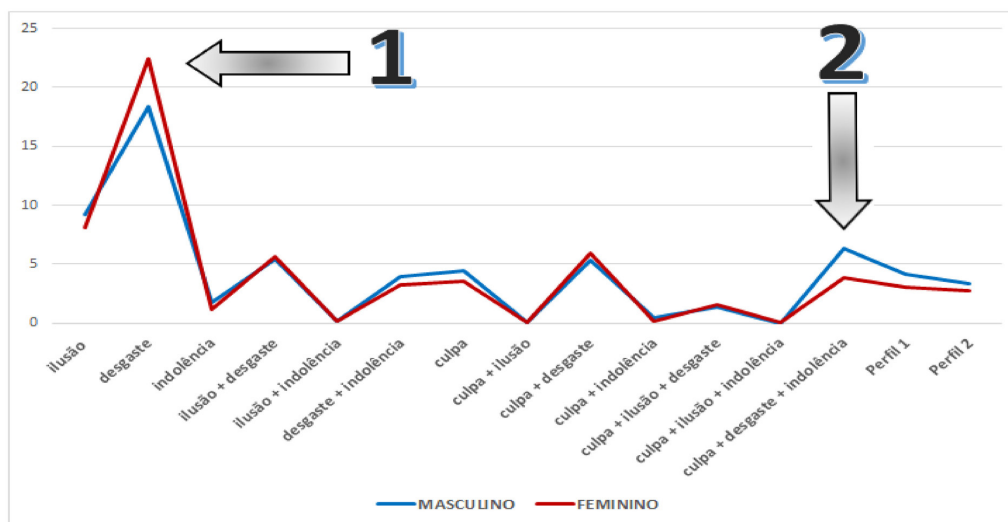
Os resultados indicam que professores e professoras apresentam padrões semelhantes de distribuição nas dimensões da síndrome de burnout, uma vez que, na maioria delas, as diferenças percentuais entre os gêneros não se mostraram estatisticamente significativas. Esse dado sugere que o burnout constitui um fenômeno amplamente disseminado na docência, atravessando homens e mulheres de forma relativamente homogênea em aspectos como ilusão pelo trabalho, indolência e culpa.

Entretanto, a dimensão do desgaste psíquico se destaca como uma exceção relevante. As professoras apresentaram percentual significativamente superior ao dos professores, sendo a única dimensão com diferença estatisticamente significativa entre os gêneros. Esse achado indica que, embora o burnout acometa ambos os grupos, o esgotamento emocional incide de maneira mais intensa sobre as mulheres, configurando-se como um elemento central para a análise de gênero no adoecimento docente.

Do ponto de vista teórico, esse resultado pode ser compreendido mediante a feminização da docência e da atribuição socialmente construída de responsabilidades emocionais às mulheres no exercício do trabalho educativo. A intensificação das demandas afetivas, a expectativa de disponibilidade permanente e a sobreposição entre trabalho profissional e responsabilidades domésticas tendem a ampliar a exposição das professoras ao desgaste emocional, sem que isso se traduza, necessariamente, em diferenças equivalentes nas demais dimensões da síndrome.

No que se refere aos perfis clínicos do burnout, os dados não apontaram diferenças estatisticamente significativas entre professores e professoras, indicando que a gravidade global da síndrome se distribui de forma semelhante entre os gêneros. Ainda assim, a maior incidência de desgaste psíquico entre as mulheres reforça a necessidade de considerar o gênero como categoria analítica fundamental, sobretudo quando o foco recai sobre os processos de esgotamento emocional no trabalho docente.

A Figura 3 ilustra visualmente os dados da análise estatística, destacando duas diferenças relevantes entre os gêneros. O ponto 1 representa a diferença observada na dimensão do desgaste psíquico, com maior acometimento entre as professoras. Já o ponto 2 indica a combinação das dimensões culpa, desgaste e indolência, que apresentou maior incidência entre os professores.



**Figura 3.** Burnout e suas dimensões por gênero.  
**Fonte:** construção dos autores.

Embora os professores homens tenham apresentado percentuais mais elevados em quase todas as dimensões e nos Perfis 1 e 2 do CESQT, a única dimensão com diferença estatisticamente significativa entre os gêneros foi o desgaste psíquico, predominante entre as mulheres. Esse achado não indica uma associação causal direta entre gênero e burnout, mas aponta para a necessidade de análises qualitativas que aprofundem a compreensão das experiências subjetivas e socioculturais envolvidas no adoecimento docente.

A maior vulnerabilidade das professoras ao desgaste psíquico pode ser compreendida a partir de fatores socioculturais. Conforme destaca Barros (2008), a docência historicamente carrega valores como sensibilidade, afeto e solidariedade, características socialmente associadas ao feminino. Esse envolvimento emocional intenso com os alunos e com o processo educativo tende a ampliar a sobrecarga afetiva, favorecendo níveis mais elevados de esgotamento emocional entre as mulheres.

Por outro lado, os professores homens, culturalmente condicionados a evitar o envolvimento afetivo no trabalho, enfrentam desafios distintos. Segundo Carlotto et al. (2014), esse comportamento masculino, mais racional e distanciado, frequentemente entra em tensão com as exigências emocionais da docência, profissão socialmente percebida como feminina. Gil-Monte (2006) reforça essa compreensão ao afirmar que:

Socialmente, o homem não é estimulado a desenvolver habilidades ligadas à docência, levando-o a ter maior dificuldade em lidar com determinados estressores de natureza cognitiva e emocional presentes no cotidiano docente.

Esse distanciamento pode contribuir para explicar os menores níveis de ilusão pelo trabalho observados entre os homens. Conforme apontam Carlotto et al. (2014), muitos professores não se reconhecem no modelo tradicional da profissão, o que pode gerar frustração e desencanto. Em contrapartida, Gil-Monte (2006) observa que as mulheres tendem a apresentar maior satisfação no trabalho, por se sentirem motivadas a alcançar metas que consideram social e pessoalmente significativas.

Nesse contexto, torna-se possível compreender os maiores índices de culpa e indolência entre os professores, bem como a elevação nos Perfis 1 e 2 da síndrome de burnout. A sociedade ainda impõe elevadas expectativas de desempenho aos homens e, diante da dificuldade de corresponder a essas expectativas em um espaço profissional socialmente feminizado, podem emergir sentimentos de inadequação, frustração e sofrimento psíquico. Zaffari et al. (2009, p. 12) complementam essa análise ao afirmarem que:

Tais comportamentos podem auxiliar na compreensão da elevação do Perfil 2 em homens, sendo que estes tendem a utilizar estratégias de evitação e se tornam mais propensos ao desgaste laboral e à síndrome de burnout.

Os relatos dos(as) participantes da pesquisa corroboram essas interpretações, evidenciando como o burnout se manifesta de forma concreta no cotidiano docente. O(a) Professor(a) 844 expressa o peso emocional associado ao sentimento de culpa: "*A culpa pelo fracasso escolar do aluno.*" Outros depoimentos revelam o impacto cumulativo do esgotamento físico e emocional ao longo da carreira:

Ver a idade chegando, seu corpo não responder da mesma forma, as crianças ficando cada dia mais indisciplinadas e pais e gestão alheios a isso. É muito estranho, angustiante saber que você está sozinha e responsável por tudo. Sem ter qualidade de serviço e obrigada a dar conta, mesmo com o corpo não lhe oferecendo condições. E se você se autoavalia, aí sim acaba com o que restou: o psicológico. Amo o que faço, mas não considero uma profissão fácil e me culpo por não conseguir. Mesmo sozinha, faz parte do meu dia e da minha profissão atualmente, depois de 23 anos de profissão. (Professor(a) 1741).

Outro participante reforça a associação entre sobrecarga, culpa e desgaste emocional:

A culpa por não conseguir desempenhar minhas atividades rotineiras com 100% de eficácia. O cansaço extremo e a falta de compromisso de algumas pessoas acabam por nos sobrecarregar, pois acabamos tentando desempenhar funções além de nossa competência para que o trabalho na escola não seja prejudicado. (Professor(a) 1516).

Esses relatos evidenciam que o burnout docente ultrapassa a dimensão estatística e expressa um sofrimento humano, marcado por frustrações, pressões institucionais e exigências emocionais que se manifestam de maneira distinta entre homens e mulheres. Assim, a articulação entre dados quantitativos e narrativas qualitativas reforça a importância de considerar o recorte de gênero como elemento central na compreensão do adoecimento psíquico no trabalho docente.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados apresentados evidenciam nuances relevantes sobre a manifestação da síndrome de burnout entre docentes da rede pública, analisados a partir das quatro dimensões e dos dois perfis clínicos definidos pelo instrumento CESQT. Embora, de modo geral, não tenham sido observadas diferenças estatisticamente significativas entre os gêneros nas dimensões de Ilusão pelo trabalho, Indolência e Culpa, é importante destacar que os professores homens apresentaram percentuais ligeiramente superiores em todas essas três dimensões. Tais variações, no entanto, não configuram evidências robustas o suficiente para afirmar a existência de um padrão influenciado pelo fator gênero nesses aspectos específicos.

O dado que mais se destaca nesta análise, tanto em termos percentuais quanto de significância estatística, refere-se à dimensão do desgaste psíquico, em que as professoras apresentaram índices substancialmente mais elevados em comparação aos professores. A significância estatística encontrada ( $p = 0,0063$ ) reforça que essa diferença não é aleatória, mas sim indicativa de uma maior vulnerabilidade emocional das mulheres docentes frente às exigências da atividade profissional. Esse achado sugere que, embora homens e mulheres estejam sujeitos ao burnout, o gênero feminino enfrenta, de forma mais intensa, as pressões emocionais e cognitivas que caracterizam o cotidiano escolar, especialmente no contexto da educação pública, marcada por sobrecarga de tarefas, recursos escassos e alta demanda emocional no relacionamento com estudantes, famílias e gestores.

Além disso, é importante considerar que essa maior suscetibilidade pode estar associada a fatores que extrapolam o ambiente escolar, como a dupla ou tripla jornada de trabalho que muitas mulheres enfrentam, conciliando a carreira docente com responsabilidades familiares e domésticas. Somam-se a isso elementos estruturais, como desigualdade de gênero nas relações de poder, ausência de redes de apoio efetivas e a naturalização da sobrecarga emocional feminina dentro das instituições. Esses fatores tornam a experiência do trabalho docente ainda mais extenuante para as mulheres, contribuindo diretamente para os altos níveis de desgaste psíquico observados.

É preciso reconhecer que o fenômeno do burnout é multifacetado e que sua compreensão exige uma abordagem que considere as especificidades do ambiente laboral, os contextos sociais e as intersecções entre gênero e trabalho. A partir dos achados desta pesquisa, evidencia-se a necessidade de ações mais direcionadas à saúde mental das professoras, sobretudo no que diz respeito ao enfrentamento do desgaste emocional no exercício da docência.

Apesar da heterogeneidade observada entre os resultados dos docentes do sexo masculino e feminino nas diferentes dimensões avaliadas, os dados estatísticos não indicaram associação significativa entre gênero e os perfis clínicos de burnout definidos pelo instrumento CESQT. Tanto no Perfil 1, quanto no Perfil 2, as diferenças percentuais entre homens e mulheres não foram estatisticamente significativas. Isso sugere que no esgotamento total, o fator gênero não se mostrou determinante na amostra estudada, reforçando a ideia de que o avanço do burnout, pode afetar indistintamente profissionais de ambos os sexos.

Esse achado contribui para uma compreensão mais abrangente do fenômeno, indicando que, embora existam variações entre os gêneros em determinadas dimensões específicas — como o desgaste psíquico, que apresentou relevância estatística entre as mulheres —, a progressão para o adoecimento pela síndrome parece ocorrer de maneira mais equitativa entre os docentes. Dessa forma, fica evidente que políticas públicas voltadas à prevenção e ao enfrentamento do burnout no ambiente educacional devem considerar tanto as especificidades de gênero quanto as demandas universais da profissão docente, promovendo intervenções amplas e direcionadas à melhoria das condições de trabalho e ao fortalecimento da saúde mental de todos os profissionais da educação. Recomenda-se cautela na interpretação dos dados apresentados, uma vez que a coleta foi realizada por meio de um delineamento transversal, o que limita a possibilidade de estabelecer relações causais entre as variáveis investigadas. Esse tipo de estudo oferece um retrato pontual da realidade dos participantes, refletindo suas condições e percepções no momento específico da coleta, sem considerar variações ao longo do tempo. Por esse motivo, os resultados devem ser entendidos como indicativos e não como determinantes das relações entre gênero e a manifestação da Síndrome de burnout no contexto docente.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, J. S. **Mulheres na educação: missão, vocação e profissão**. Campinas: Autores Associados, 1998. Disponível em: <https://pt.scribd.com/document/629559254/ALMEIDA-Jane-Mulheres-na-educacao>. Acesso em: 4 fev. 2026.
- ARAÚJO, T. M. *et al.* Diferenciais de gênero no trabalho docente e repercussões sobre a saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 11, n. 4, p. 1117-1129, 2006. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232006000400032>.
- BARROS, A. M. Cidadania, relações de gênero e relações de trabalho. **Revista do Tribunal Regional do Trabalho**, Florianópolis, v. 47, n. 77, p. 67-83, 2008. Disponível em: [http://www.trt3.jus.br/escola/download/revista/rev\\_77/Alice\\_Barros.pdf](http://www.trt3.jus.br/escola/download/revista/rev_77/Alice_Barros.pdf). Acesso em: 25 maio 2020.
- CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Análise fatorial do Maslach Burnout Inventory (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 9, n. 3, p. 499-505, 2004. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-73722004000300018>.
- CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Análise da produção científica sobre a síndrome de burnout no Brasil. **PSICO**, Porto Alegre, v. 39, n. 2, p. 152-158, 2008. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/1461/3035>. Acesso em: 28 abr. 2020.
- CARLOTTO, M. S.; PALAZZO, L. S. Síndrome de burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 5, p. 1017-1026, 2006. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2006000500014>. PMID:16680354.
- CARLOTTO, M. S. *et al.* Burnout em professores: diferença e análise de gênero. **Contextos Clínicos**, São Leopoldo, v. 7, n. 1, p. 86-93, 2014. DOI: <https://doi.org/10.4013/ctc.2014.71.08>.
- CARLOTTO, M. S. *et al.* O papel mediador da autoeficácia na relação entre a sobrecarga de trabalho e as dimensões de burnout em professores. **Psico-USF**, Campinas, v. 20, n. 1, p. 13-23, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psuf/a/vshqHYK7xgXRkMtxj7DDPYL/?lang=pt>. Acesso em: 5 abr. 2020.
- DALAGASPERINA, P.; MONTEIRO, J. K. Preditores da síndrome de burnout em docentes do ensino privado. **Psico-USF**, Campinas, v. 19, n. 2, p. 263-150, 2014. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-82712014019002011>.
- FERRARI, D. C. *et al.* **Síndrome de burnout em professores da rede pública no município de Rio Branco-MT**. Cáceres: Universidade do Estado de Mato Grosso, 2010.
- FERRARI, R. *et al.* **Síndrome de burnout: análise do esgotamento profissional em professores de um colégio no interior de Mato Grosso**. Cáceres: Universidade do Estado de Mato Grosso, 2019.

- FRANÇA, A. C. L.; RODRIGUES, A. L. **Stress e trabalho: uma abordagem psicossocial**. São Paulo: Atlas, 1997.
- FREUDENBERGER, H. J.; RICHELSON, G. **Burnout: the high cost of high achievement**. New York: Doubleday, 1980. Disponível em: <https://openlibrary.org/books/OL4404240M/Burn-out>. Acesso em: 10 abr. 2019.
- GIL-MONTE, P. R. **El síndrome de quemarse por el trabajo**. Madrid: Pirámide, 2006.
- GIL-MONTE, P. R. Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo (CESQT) em professores. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 44, n. 1, p. 140-147, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0034-89102010000100015>. PMID:20140338.
- GIL-MONTE, P. R.; CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Validação da versão brasileira do Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo em professores. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 44, n. 1, p. 140-147, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0034-89102010000100015>. PMID:20140338.
- GIOVELLI, R. *et al.* Síndrome de burnout em professores das escolas municipais situadas na região leste do município de Sorriso. **Revista Científica Cultural**, v. 1, n. 2, 2017.
- GREENE, G. **A burnt-out case**. London: Penguin Books, 1960.
- LOURO, G. L. **Gênero, sexualidade e educação: uma perspectiva pós-estruturalista**. Petrópolis: Vozes, 1997. Disponível em: <https://bibliotecaonlinedahisfj.wordpress.com/wp-content/uploads/2015/03/genero-sexualidade-e-educacao-guacira-lopes-louro.pdf>. Acesso em: 4 fev. 2026.
- MASLACH, C.; JACKSON, S. E. The measurement of experienced burnout. **Journal of Organizational Behavior**, Hoboken, v. 2, n. 2, p. 99-113, 1981. DOI: <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>.
- MASLACH, C. Burnout: a multidimensional perspective. In: SCHAUFELI, W. B.; MASLACH, C.; MAREK, T. (org.). **Professional burnout: recent developments in theory and research**. Washington, DC: Taylor & Francis, 1993. p. 19-32. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/263847970\\_Burnout\\_A\\_Multidimensional\\_Perspective](https://www.researchgate.net/publication/263847970_Burnout_A_Multidimensional_Perspective). Acesso em: 19 abr. 2019.
- OLIVEIRA, J. M. *et al.* Riscos e doenças ocupacionais do docente universitário de enfermagem: implicações na saúde do trabalhador. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, p. 3267-3275, 2013. Disponível em: [https://www.ssoar.info/ssoar/bitstream/handle/document/32816/ssoar-revpesquisa-2013-1-oliveira\\_et\\_al-Occupational\\_risks\\_and\\_diseases\\_of.pdf?sequence=1](https://www.ssoar.info/ssoar/bitstream/handle/document/32816/ssoar-revpesquisa-2013-1-oliveira_et_al-Occupational_risks_and_diseases_of.pdf?sequence=1). Acesso em: 13 jul. 2020.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Classificação estatística internacional de doenças e problemas relacionados à saúde: CID-11**. Genebra: OMS, 2019. Disponível em: <https://icd.who.int/>. Acesso em: 3 fev. 2026.
- PURVANOVA, R.; MUROS, J. Gender differences in burnout: a meta-analysis. **Journal of Vocational Behavior**, Philadelphia, v. 77, n. 2, p. 168-185, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2010.04.006>.
- SCHAUFELI, W. B.; ENZMANN, D. **The burnout companion to study and practice: a critical analysis**. London: Taylor & Francis, 1998. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/257397570\\_The\\_Burnout\\_Companion\\_to\\_Study\\_and\\_Practice\\_A\\_Critical\\_Analysis](https://www.researchgate.net/publication/257397570_The_Burnout_Companion_to_Study_and_Practice_A_Critical_Analysis). Acesso em: 19 abr. 2019.
- SCOTT, J. W. **Gênero: uma categoria útil para a análise histórica**. Tradução SOS Corpo e Cidadania. Recife: SOS Corpo, 1990.
- TAVARES, G. E. B. **Prática docente associada à síndrome de burnout**. 2018. 42 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Farmácia) – Universidade Federal de Mato Grosso, Barra do Garças, MT, 2018. Disponível em: <http://bdm.ufmt.br/handle/1/1239>. Acesso em: 11 abr. 2020.
- ULBRICHT, L.; BERALDO, L. M.; RIPKA, W. L. Análise de dados quantitativos. In: BERTOLINI, S. M. M. G. *et al.* (Org.). **Pesquisa científica: do planejamento à divulgação**. Jundiaí, SP: Paco Editorial, 2016.
- VIANNA, C. P. O sexo e o gênero da docência. **Cadernos de Pesquisa**, São Paulo, n. 113, p. 81-103, 2001. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cpa/a/hQFDykQmWnPvj4TYTYWYmkZb/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 4 fev. 2026.
- ZAFFARI, N. T. *et al.* Síndrome de burnout e estratégias de coping em professores: diferença entre gêneros. **Revista de Psicologia IESB**, Brasília, v. 1, n. 2, p. 1-12, 2009. Disponível em: <https://revista.iesb.br/revista/index.php/regeco/issue/archive>. Acesso em: 4 de fev. 2020.

---

### Contribuições dos autores

HPL: Conceitualização (idealização do estudo, definição de perguntas e objetivos), Metodologia (delineamento metodológico da pesquisa), Gerenciamento de dados (gestão de dados e metadados, manutenção de dados para uso inicial e posterior), Coleta de dados (execução de experimentos e aplicação de procedimentos de coleta de dados, como formulários/entrevistas, por exemplo), Análise estatística (realização do delineamento estatístico), Análise de dados (interpretação dos resultados e atribuição de significado a partir de quadros teóricos pré-determinados), Preparação visual dos dados (organização visual, elaboração de tabelas, quadros e outros elementos gráficos), Escrita (redação do manuscrito original). ECM: Conceitualização (idealização do estudo, definição de perguntas e objetivos), Metodologia (delineamento metodológico da pesquisa), Administração do projeto (orientação, supervisão ou coordenação), Revisão (revisão crítica do manuscrito original e aprovação da versão a ser submetida).

**Editor:** Prof. Dr. José Luís Bizelli