

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FISIOTERAPIA  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA - GRAU LICENCIATURA**

CAETANO FELIPE SANTOS NASCIMENTO

**SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES DO ENSINO SUPERIOR**

UBERLÂNDIA – MG

2025

CAETANO FELIPE SANTOS NASCIMENTO

**SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES DO ENSINO SUPERIOR**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade de Educação Física e Fisioterapia da Universidade Federal de Uberlândia, como parte dos requisitos para obtenção do diploma de graduação em Educação Física, grau Licenciatura.

Orientador: Prof. Dr. Angelo Piva Biagini

UBERLÂNDIA – MG

2025

## **SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES DO ENSINO SUPERIOR**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade de Educação Física e Fisioterapia da Universidade Federal de Uberlândia, como parte dos requisitos para obtenção do diploma de graduação em Educação Física, grau Licenciatura.

Uberlândia, 28 de agosto de 2025.

Banca Examinadora:

---

Prof. Dr. Angelo Piva Biagini, FAEFI/UFU - Presidente

---

Prof. Dr. Sérgio Inácio Nunes, FAEFI/UFU

---

Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Érica Carolina Campos, FAEFI/UFU

## AGRADECIMENTOS

Quero agradecer à minha amada vovó Neusa, que, com poucas palavras no sofá da sua sala, me mostrou qual curso escolher. Obrigado pelo amor e por ter permitido que eu fosse amado como seu netinho.

Agradeço à minha mãe, que, sendo mãe solo, conseguiu manter o sustento da casa sozinha e nunca deixou faltar sequer um grão de arroz. Ela sempre me mostrou – e ainda mostra – a importância dos estudos na vida das pessoas. Quando abriu mão do seu sonho para cuidar do “menino das perguntas desafiadoras”, não imaginava que um novo sonho nasceria: ver seu filho conquistar o diploma da tão sonhada universidade.

Agradeço ao meu pai, por ser um homem íntegro, alegre e trabalhador.

Sou grato também aos amigos e à minha namorada, que tornaram minha trajetória mais leve, prazerosa e enriquecedora. Sem as risadas, os conselhos e as ajudas, eu não teria chegado até aqui.

À equipe Uai São Jorge, meu muito obrigado por mostrarem que o trabalho vai além das tarefas diárias. Vocês me ensinaram o valor de um minuto, o valor de uma vida e a importância de trabalhar ao lado de pessoas boas.

Meu agradecimento a todos os docentes que fizeram parte da minha trajetória, por todo o conhecimento transmitido e pela dedicação. Agradeço especialmente ao meu orientador, pela paciência, orientação e ensinamentos. Também agradeço à Universidade Federal de Uberlândia e à Faculdade de Educação Física, pela excelência e pela qualidade gratuita do ensino.

Às atléticas e equipes esportivas da UFU, agradeço por me proporcionarem experiências em esportes que nunca havia sonhado em competir e por me darem vitórias naqueles em que já estava acostumado a vencer.

Agradeço ao esforço pessoal dedicado ao longo da trajetória, às noites em claro entre estudos e trabalho, à renúncia de momentos de lazer e descanso, mas sem deixar de sorrir e ser feliz pela oportunidade de estar na UFU. E termino com um trecho da música *Sem Parar*, de Gabriel o Pensador: “*Pra saber o que é possível é preciso que se tente. Conseguir o impossível, então tente. Sempre alimente a esperança de vencer, só duvide de quem duvida de você.*”

# **SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFESSORES DO ENSINO SUPERIOR**

## **RESUMO**

A presente revisão de escopo teve como objetivo fornecer uma compreensão abrangente da literatura sobre a Síndrome de Burnout em professores do ensino superior nos últimos dez anos. Para alcançar este fim, buscou-se mapear os principais desafios enfrentados por esses profissionais e identificar práticas e políticas que possam contribuir para a melhoria de sua saúde mental e, consequentemente, da qualidade do ensino. Adotando as recomendações do checklist PRISMA-ScR, foram realizadas buscas nas bases de dados SciELO, LILACS e portal de periódicos da CAPES, resultando na inclusão de 10 estudos. Os resultados revelaram a alta prevalência da Síndrome de Burnout nessa categoria profissional, associada a fatores como carga de trabalho excessiva, pressão por produtividade e uso de tecnologias. A análise das palavras-chave destacou 'esgotamento profissional', 'docentes' e 'burnout' como termos centrais da literatura. Conclui-se que o Burnout é uma preocupação crescente que demanda atenção institucional e políticas de promoção de saúde mental para os docentes.

**Palavras-chave:** Síndrome de Burnout; Professor; Ensino.

## **BURNOUT SYNDROME IN HIGHER EDUCATION FACULTY**

### **ABSTRACT**

This scoping review aimed to provide a comprehensive understanding of the literature on Burnout Syndrome in higher education teachers over the last ten years. To this end, it sought to map the main challenges faced by these professionals and identify practices and policies that can contribute to the improvement of their mental health and, consequently, the quality of teaching. Guided by the PRISMA-ScR checklist, searches were conducted in the SciELO, LILACS, and CAPES journal portal databases, yielding ten eligible studies. Results indicated a high prevalence of Burnout Syndrome in this professional group, primarily associated with excessive workload, productivity pressures, and the demands of technology use. Keyword analysis identified occupational burnout, faculty, and burnout as central terms within the literature. The findings suggest that Burnout is an emerging concern requiring institutional strategies and health promotion policies to support faculty mental well-being.

**Keywords:** Burnout Syndrome; Faculty; Higher Education.

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO .....</b>	<b>8</b>
<b>2. METODOLOGIA.....</b>	<b>9</b>
<b>3. RESULTADOS .....</b>	<b>10</b>
<b>4. DISCUSSÃO .....</b>	<b>15</b>
<b>5. CONCLUSÃO.....</b>	<b>16</b>
<b>6. REFERÊNCIAS .....</b>	<b>17</b>

## 1. INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout, reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como uma condição relacionada ao trabalho, caracteriza-se por um estado de exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal, sendo prevalente na carreira docente (Bernardini; Barroshid; Murgo, 2022). Ela se manifesta como um esgotamento físico, emocional e mental que pode afetar indivíduos que lidam com estresse constante, como os professores universitários. A carga de trabalho excessiva, a pressão por produtividade e a falta de reconhecimento são fatores que contribuem para o desenvolvimento dessa síndrome, tornando-a uma preocupação crescente no meio acadêmico.

O interesse em estudar o tema, contudo, surgiu da minha vivência profissional. Durante minha graduação em Educação Física, trabalhei na área da saúde de Uberlândia e observei de perto a presença de Burnout em técnicos de enfermagem e enfermeiros. Essa experiência me motivou a aprofundar a investigação sobre o esgotamento profissional, direcionando o foco para a área acadêmica. A constatação de que o problema transcende uma única categoria profissional e se estende a campos de alta pressão, como o ambiente universitário, evidenciou a urgência de compreender seus fatores e impactos nos professores do ensino superior.

Além disso, o Burnout pode ter consequências graves para a saúde dos docentes, bem como para a qualidade do ensino e da pesquisa nas instituições de ensino superior. Compreender os sintomas, as causas e as possíveis estratégias de prevenção e enfrentamento dessa síndrome é fundamental para garantir o bem-estar e a produtividade dos professores universitários, assim como para promover um ambiente acadêmico saudável e estimulante para todos os envolvidos. Tais condições, muitas vezes exacerbadas por uma infraestrutura inadequada e pela falta de recursos, geram um ambiente propício ao surgimento do Burnout, colocando em risco não apenas a saúde dos educadores, mas também a qualidade do ensino (Cruz; Santos; Silva, 2022).

De acordo com Gomes et al. (2021), destaca-se a importância de investigar os fatores que contribuem para o adoecimento mental dos professores e apresentar estratégias de enfrentamento para a promoção da saúde mental no ambiente acadêmico.

Os desafios enfrentados por esses profissionais são multifacetados. A carga horária excessiva, que muitas vezes se estende para além das salas de aula, somada à pressão por pesquisas publicadas e à busca por reconhecimento, contribui para o desgaste físico e psicológico (Baima *et al.*, 2021). Além disso, a cobrança institucional e a expectativa de atender a uma gama diversificada de estudantes, com diferentes necessidades e perfis, intensificam ainda mais essa situação. Essa realidade aponta para a urgência de compreender as limitações

que permeiam a vida acadêmica dos professores e suas consequências para a saúde mental, evidenciando a necessidade de intervenções que promovam um ambiente de trabalho saudável.

É fundamental destacar que a boa saúde mental do docente não apenas favorece seu bem-estar pessoal, mas também impacta diretamente no aprendizado e no desenvolvimento dos estudantes. Professores saudáveis são mais propensos a serem motivados e engajados, criando um ambiente de ensino mais estimulante e produtivo (Amorim *et al.*, 2023). Portanto, é imprescindível investigar as condições que levam ao Burnout e promover um espaço de reflexão sobre o papel do professor como agente de transformação na educação.

Dessa forma, o objetivo principal deste estudo é fornecer uma compreensão abrangente da literatura sobre a Síndrome de Burnout em professores do ensino superior nos últimos dez anos. Para alcançar este objetivo, este trabalho se propõe a abordar a Síndrome de Burnout por meio de uma revisão de escopo, examinando estudos recentes que discutem a relação entre as condições de trabalho e a saúde mental dos docentes. Através da análise de artigos publicados nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e o Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), buscou-se mapear os principais desafios enfrentados pelos professores e identificar práticas e políticas que possam contribuir para a melhoria de sua saúde mental e, consequentemente, da qualidade do ensino.

## 2. METODOLOGIA

A presente revisão de escopo teve como pergunta norteadora: Qual o panorama atual da produção científica sobre a Síndrome de Burnout em professores do ensino superior nos últimos dez anos? O estudo seguiu as recomendações do checklist PRISMA-ScR (PRISMA extension for Scoping Reviews) e foi conduzido em quatro fases principais: Identificação, Triagem, Elegibilidade e Inclusão.

Na fase de Identificação, foram realizadas buscas nas bases de dados SciELO, Portal de Periódicos da CAPES e LILACS. Pela necessidade de uma maior expansão dos resultados da busca optou-se por utilizar palavras-chaves, sendo os termos escolhidos Síndrome de Burnout, Professor e Ensino. O recorte temporal da pesquisa abrangeu o período de 2014 até 2024, considerando publicações disponíveis até o dia 15 de setembro de 2024.

Na fase de Triagem, as duplicatas foram removidas. Em seguida, na fase de Elegibilidade, os registros foram avaliados quanto à sua relevância para o estudo, sendo

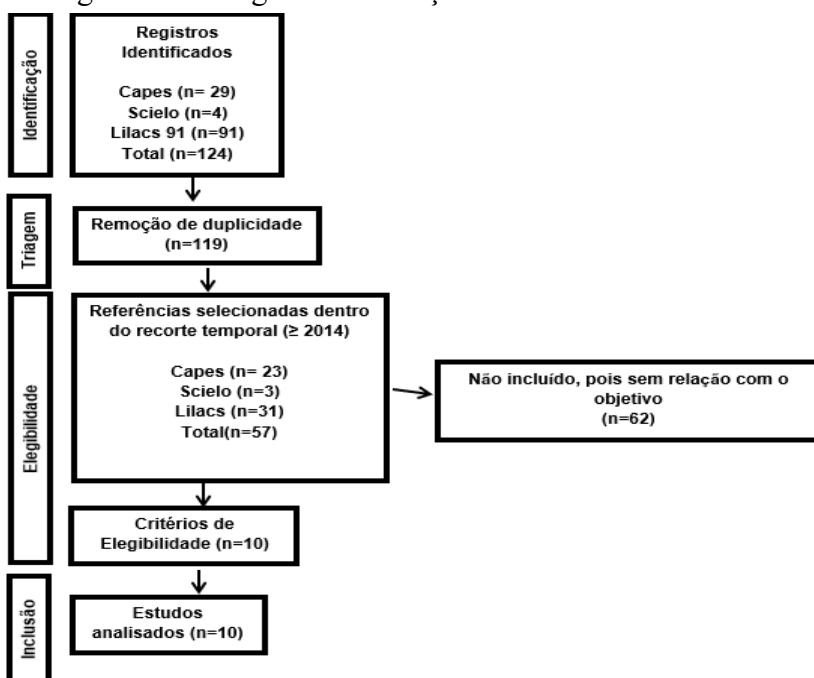
excluídos aqueles que não tinham relação com o objetivo da revisão ou que não se encaixavam no recorte temporal ( $\geq 2014$ ). A seleção final dos estudos baseou-se na leitura inicial dos títulos e resumos, para posterior leitura dos artigos na íntegra. Ao final do processo de seleção, um total de 10 estudos foram incluídos para análise. O fluxograma de seleção dos estudos é apresentado na Figura 1.

Após a extração, os dados foram organizados em uma tabela no Microsoft Excel, contendo os seguintes itens: título, autores, ano de publicação, periódico e principais resultados dos estudos incluídos. Adicionalmente, foi realizada uma análise de conteúdo dos termos mais frequentes extraídos das palavras-chave dos estudos. Para visualização da relevância dos temas abordados, foi criada uma nuvem de palavras a partir da coleta dessas palavras-chave dos 10 estudos selecionados, apresentada na figura 2.

### 3. RESULTADOS

A seleção dos estudos seguiu as etapas descritas no fluxograma PRISMA-ScR (Figura 1). Inicialmente, um total de 124 registros foram identificados nas bases de dados, sendo 29 da Capes, 4 da Scielo e 91 da Lilacs. Após a remoção de duplicatas, 119 registros únicos foram triados. Na fase de elegibilidade, 62 registros foram excluídos por não terem relação com o objetivo do estudo. Dos 57 registros remanescentes dentro do recorte temporal ( $\geq 2014$ ), mais 47 foram excluídos, resultando em 10 estudos incluídos para análise final.

Figura 1- Fluxograma de seleção dos estudos da revisão.



Fonte: Elaborado pelo autor (2025)

A Tabela 1 apresenta a caracterização dos 10 estudos incluídos na revisão de escopo. Foram detalhados o título, autor(es), ano de publicação, periódico e os principais resultados de cada pesquisa. Os artigos publicados abrangem um período de 2016 a 2023, demonstrando uma produção científica relevante e contínua sobre a Síndrome de Burnout em docentes do ensino superior nos últimos anos. Entre os periódicos, destacam-se a Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento, Arquivos Brasileiros de Psicologia e Fisioterapia Brasil, entre outros. Os principais resultados dos estudos variam desde a prevalência e fatores de risco da síndrome, associações com autoeficácia e qualidade do sono, até as consequências para o processo de ensino-aprendizagem e o papel das tecnologias.

**Tabela 1-** Caracterização dos estudos da Revisão de escopo.

<b>Título</b>	<b>Autor(es)</b>	<b>Ano</b>	<b>Periódico</b>	<b>Principais Resultados</b>
A Síndrome de Burnout em docentes do ensino superior durante a pandemia da covid-19	Cruz, Santos e Silva	2022	Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação- REASE	As propostas de intervenção e controle da Síndrome de Burnout em docentes do ensino superior durante a pandemia ainda são subjetivas. Isso é influenciado pelo reconhecimento tardio da síndrome como doença e pelo fato de que a maioria das pesquisas ainda busca entender suas proporções e características nesse contexto específico. O artigo também aborda a prevalência, os fatores de risco, as principais causas durante a pandemia, possíveis tratamentos e as consequências para o professor e a instituição.
Associações entre autoeficácia e burnout em docentes do ensino superior	Bernardini (in memorian), Barroshid e Murgo	2022	Arquivos Brasileiros de Psicologia	Embora os professores apresentaram níveis consideráveis de autoeficácia, uma parcela significativa deles (41,6%) manifesta algum nível de burnout. Além disso, o estudo identificou que o burnout é mais prevalente entre mulheres e docentes com menor titulação, e que existe uma relação inversa e significativa entre autoeficácia e burnout, sugerindo que uma maior crença na própria capacidade está associada a menores níveis da síndrome.
Burnout e educação no ensino superior na saúde: análises, modelos e possibilidades	Amorim, Ramalho e Desidério <i>et al.</i>	2023	Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento	A articulação da complexa relação entre burnout, as demandas específicas da educação superior na área da saúde e a influência das Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs), além da discussão de diversas possibilidades de intervenção para mitigar o problema e melhorar a qualidade de vida dos docentes. Por ser um ensaio, ele não apresenta resultados empíricos, mas sim uma análise reflexiva e propositiva.
Burnout em docentes de enfermagem: ensaio teórico sobre as tecnologias em saúde	Amorim, Ramalho e Melo <i>et al.</i>	2023	Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento	A análise da potencial influência do uso crescente de tecnologias em saúde no ensino de enfermagem como um fator que pode contribuir para o aumento do estresse e do risco de desenvolvimento da Síndrome de Burnout entre os docentes dessa área, ressaltando a necessidade de um uso consciente e de suporte institucional para mitigar esses riscos.
Burnout em professores moçambicanos do ensino superior público e privado	Abacar, Tarcísio e Aliante	2017	Saúde e Pesquisa, Maringá (PR)	O estudo identificou altos níveis de despersonalização e baixa realização pessoal em professores do ensino superior em Nampula, Moçambique. Docentes da rede pública foram os mais afetados, especialmente os mais velhos, contratados e do sexo feminino. Os dados indicam sinais de burnout e apontam a necessidade de ações para cuidar da saúde mental dos professores.
Ocorrência da síndrome de burnout em professores do ensino superior em instituição privada	Silva, Justino e Viana <i>et al.</i>	2018	Fisioterapia Brasil	O estudo revelou que 78,4% dos docentes da instituição privada investigada apresentaram um escore de moderado a alto para desenvolver a Síndrome de Burnout. Foram encontradas associações significativas entre o Burnout e variáveis como sexo, área de atuação, carga horária de trabalho, número de dias trabalhados por semana e tempo de atuação na docência.

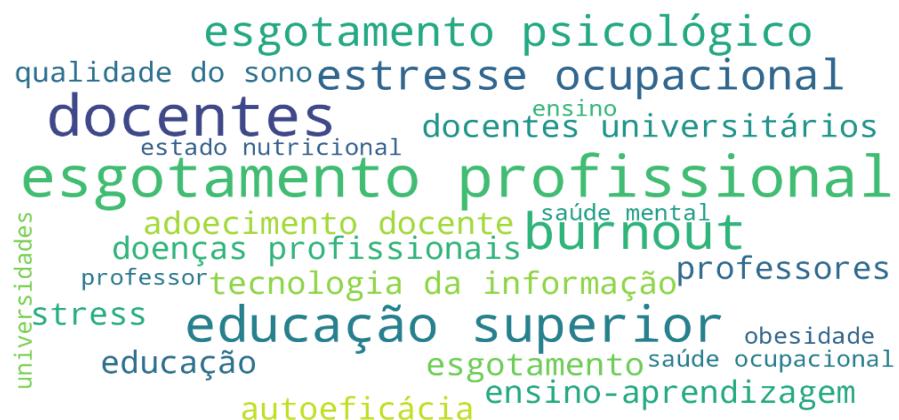
Processos de Ensino-Aprendizagem e a Síndrome de Burnout: Reflexões sobre o Adoecimento do Professor e suas Consequências Didáticas	Simões, Maranhão e Sena	2016	Revista ADM.MADE	A demonstração de como a Síndrome de Burnout em professores pode impactar negativamente os processos de ensino-aprendizagem e a qualidade da educação, através da exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal do docente, afetando sua prática pedagógica em diversos níveis. O artigo não apresenta dados empíricos, mas sim uma análise reflexiva sobre essa relação.
Qualidade do sono e burnout em docentes do ensino superior	Barbosa, Mallagoli e Okuno <i>et al.</i>	2023	Rev Rene	Uma alta proporção dos docentes (66,4%) apresentou má qualidade do sono, e uma boa qualidade subjetiva do sono esteve associada a níveis significativamente mais baixos de Exaustão Emocional e Despersonalização, componentes centrais da Síndrome de Burnout. O estudo sugere uma relação importante entre a qualidade do sono e o bem-estar emocional dos professores universitários.
Síndrome de Burnout e composição corporal de docentes de uma Universidade Pública do Oeste do Pará	Baima, Moraes e Morais <i>et al.</i>	2021	Brazilian Journal of Development	O estudo identificou uma alta prevalência de Burnout e inadequações no estado nutricional entre os docentes da universidade pesquisada, mas não encontrou uma relação estatisticamente significativa entre essas duas condições.
Síndrome de Burn-out: um olhar para o esgotamento profissional do docente universitário	Ferreira e Pezuk	2021	Revista da Avaliação da Educação Superior (Campinas)	As tendências e os aspectos relevantes identificados na literatura científica sobre a Síndrome de Burnout em docentes universitários nos últimos cinco anos, com foco na compreensão do adoecimento, seus fatores causais e a identificação de grupos de risco e estratégias de enfrentamento.

Fonte: Elaborado pelo autor (2025)

A análise dos resultados desta revisão revela uma preocupação central com o esgotamento profissional e o bem-estar dos docentes no contexto da educação superior. A relevância desses temas é visualmente corroborada pela nuvem de palavras gerada a partir dos artigos analisados (vide figura 2), onde os termos 'esgotamento profissional' e 'docentes' se destacam, refletindo sua alta frequência nos estudos. Especificamente, o termo 'esgotamento' foi mencionado 4 vezes, assim como 'docentes', indicando uma ênfase significativa na saúde ocupacional desses profissionais. Além disso, o conceito de burnout, intimamente ligado ao esgotamento psicológico e ao estresse ocupacional, também se mostrou relevante, com 'burnout' aparecendo 3 vezes e 'esgotamento psicológico' e 'estresse ocupacional' 2 vezes cada.

Outros termos que surgiram nas palavras-chave, embora com menor frequência (1 vez cada), expandem a compreensão dos fatores que influenciam o bem-estar dos docentes universitários. Conforme ilustrado na nuvem de palavras, termos como ‘autoeficácia’, ‘tecnologia da informação’, e ‘educação’ também marcam presença, ainda que com menor destaque. Questões de saúde física também emergem, como ‘doenças profissionais’, ‘qualidade do sono’, ‘estado nutricional’ e ‘obesidade’, ao lado de preocupações com a ‘saúde mental’ e o ‘adoecimento docente’. O papel do ‘professor’ no ‘ensino-aprendizagem’ dentro das ‘universidades’ também é um ponto de discussão recorrente. Com base na nuvem de palavras e nos dados quantitativos de frequência dos termos, evidencia-se uma complexa rede de fatores interconectados que afetam a saúde e o bem-estar dos educadores no ambiente acadêmico. O ‘esgotamento’, o ‘burnout’ e o ‘estresse ocupacional’ emergem como preocupações centrais, demandando atenção e estratégias de intervenção para promover um ambiente de trabalho mais saudável para os docentes.

**Figura 2-** Nuvem de palavras com base nas palavras-chaves dos estudos.



Fonte: Elaborado pelo autor (2025)

#### 4. DISCUSSÃO

A presente revisão buscou mapear a produção científica sobre a Síndrome de Burnout em professores do ensino superior, revelando um panorama que corrobora a crescente preocupação com a saúde mental e ocupacional desses profissionais. Os 10 estudos selecionados, publicados entre 2016 e 2023, demonstram a relevância e a contemporaneidade do tema, com pesquisas abordando diversas facetas do Burnout em diferentes contextos geográficos e tipos de instituições de ensino.

Os resultados apontam para uma alta prevalência da Síndrome de Burnout ou de seus componentes em docentes universitários. Estudos como os de Silva, Justino e Viana et al. (2018) e Abacar, Tarcísio e Aliante (2017) revelaram escores significativos para o desenvolvimento da síndrome, indicando que uma parcela considerável de professores está em risco ou já apresenta o problema. Essa exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal são frequentemente associadas a fatores como a elevada carga horária de trabalho, a pressão por produtividade acadêmica, a burocratização, a falta de reconhecimento e as condições de trabalho precárias. A transição para modalidades de ensino híbrido ou remoto, muitas vezes impulsionada pela pandemia de COVID-19, como abordado por Cruz, Santos e Silva (2022), também se apresenta como um fator estressor adicional, demandando adaptação e uso intensivo de tecnologias, o que pode exacerbar o Burnout.

A análise da nuvem de palavras, gerada a partir das palavras-chave dos estudos, reforça essa centralidade da problemática. Termos como 'esgotamento profissional', 'docentes' e 'burnout' figuram com alta frequência, evidenciando que a pesquisa tem focado diretamente no reconhecimento e nas consequências do esgotamento em professores. A presença de termos como 'esgotamento psicológico' e 'estresse ocupacional' sublinha a dimensão psicológica e o caráter laboral da síndrome. Essa convergência terminológica demonstra uma consolidação na compreensão do fenômeno e na identificação do grupo de risco.

Além dos fatores diretamente ligados à carga de trabalho, outros elementos que emergem na literatura e na nuvem de palavras são cruciais para a compreensão do Burnout. A 'autoeficácia', por exemplo, foi associada a níveis menores da síndrome, como demonstrado por Bernardini, Barroshid e Murgo (2022), sugerindo que a crença na própria capacidade pode ser um fator protetivo. A 'qualidade do sono' também se mostrou intimamente ligada ao bem-estar docente, com Barbosa, Mallagoli e Okuno et al. (2023) identificando má qualidade do sono em muitos professores e sua associação com a exaustão emocional. A incorporação da 'tecnologia da informação' e das 'tecnologias em saúde' no ensino, discutida por Amorim, Ramalho e

Desidério *et al.* (2023) e Amorim, Ramalho e Melo *et al.* (2023), embora essencial para a modernização do ensino, também pode adicionar uma camada de estresse se não houver suporte adequado.

O impacto do Burnout em professores transcende o indivíduo, afetando diretamente a qualidade do 'ensino-aprendizagem' e o ambiente acadêmico, conforme reflexões de Simões, Maranhão e Sena (2016). Docentes exaustos e despersonalizados tendem a ter sua prática pedagógica comprometida, o que pode resultar em menor engajamento discente e em um ambiente menos produtivo. Nesse sentido, a compreensão da síndrome não é apenas uma questão de saúde individual, mas também uma demanda institucional e social. A 'saúde mental' e o 'adoecimento docente' devem ser vistos como questões urgentes que exigem ações coordenadas das universidades, incluindo programas de apoio psicológico, promoção de ambientes de trabalho mais humanizados e revisão de políticas de gestão da carga de trabalho.

Ainda que esta revisão forneça um panorama atual valioso, é importante reconhecer que a heterogeneidade dos estudos impede uma síntese mais aprofundada ou uma metanálise dos dados. Muitos estudos são de natureza descritiva ou ensaios teóricos, o que limita a generalização dos achados e a identificação de relações causais. Futuras pesquisas poderiam focar em estudos longitudinais para acompanhar a progressão do Burnout e seus impactos a longo prazo, bem como em intervenções para avaliar a eficácia de estratégias de prevenção e tratamento, com abordagens metodológicas mais robustas que permitam comparações e inferências mais diretas sobre a eficácia das medidas propostas.

## 5. CONCLUSÃO

A presente revisão evidenciou que a Síndrome de Burnout é uma preocupação central na saúde dos professores do ensino superior, afetando o bem-estar docente e a qualidade do ensino. Os estudos analisados apontam para fatores como alta carga de trabalho, pressão e o uso de tecnologias como contribuintes para a síndrome, além de associações com autoeficácia e qualidade do sono.

Diante desse cenário, é fundamental que as instituições e políticas públicas priorizem a saúde mental dos docentes, implementando programas de apoio e promovendo ambientes de trabalho saudáveis. Reconhecemos as limitações deste estudo, inerentes a uma revisão de escopo com predominância de pesquisas descritivas e ensaios teóricos. Para o futuro, sugere-se a realização de revisões sistemáticas e estudos longitudinais para aprofundar a compreensão e avaliar a eficácia de intervenções.

## 6. REFERÊNCIAS

- ABACAR, M.; TARCÍCIO, L.; ALIANTE, G. Burnout em professores mocambicanos do ensino superior público e privado. *Saúde e Pesquisa*, Maringá, v. 10, n. 3, p. 567-577, set./dez. 2017. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-880350>. Acesso em: 15 set. 2024.
- AMORIM, E. H. et al. Burnout e educação no ensino superior na saúde: análises, modelos e possibilidades. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*, [S. l.], v. 8, n. 5, p. 71-81, maio 2023. DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/saude/burnout-e-educacao. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/saude/burnout-e-educacao>. Acesso em: 15 set. 2024.
- AMORIM, E. H. et al. Burnout em docentes de enfermagem: ensaio teórico sobre as tecnologias em saúde. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*, [S. l.], v. 8, n. 5, p. 91-104, maio 2023. DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/saude/docentes-de-enfermagem. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/saude/docentes-de-enfermagem>. Acesso em: 15 set. 2024.
- BAIMA, M. L. et al. Síndrome de Burnout e composição corporal de docentes de uma Universidade Pública do Oeste do Pará. *Brazilian Journal of Development*, [S. l.], v. 7, n. 12, p. 126939-126954, 2021. DOI: 10.34117/bjdv7n12-607. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/42360>. Acesso em: 15 set. 2024.
- BARBOSA, I. E. B. et al. Qualidade do sono e burnout em docentes do ensino superior. *Revista Rene (Online)*, São Paulo, v. 24, p. e85136, 2023. Disponível em: <http://www.revistarene.ufc.br/revista/index.php/revista/article/view/85136>. Acesso em: 15 set. 2024.
- BERNARDINI, P.; BARROSHID, L. O.; MURGO, C. S. Associações entre autoeficácia e burnout em docentes do ensino superior. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, Rio de Janeiro, v. 74, n. 3, out. 2022. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1425949>. Acesso em: 15 set. 2024.
- CRUZ, E. E. de A.; SANTOS, J. D. P.; SILVA, R. P. da. A Síndrome de Burnout em docentes do ensino superior durante a pandemia de COVID-19. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, Umuarama, v. 25, n. 1, p. 11-18, jan./abr. 2021. Disponível em: <https://www.revistas.unipar.br/index.php/saude/article/view/8512>. Acesso em: 15 set. 2024.
- FERREIRA, E. C.; PEZUK, J. A. Síndrome de burnout: um olhar para o esgotamento profissional do docente universitário. *Avaliação (Campinas)*, Campinas, v. 26, n. 2, p. 483-502, maio 2021. DOI: 10.1590/S1414-40772021000200008. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1414-40772021000200008>. Acesso em: 15 set. 2024.
- GOMES, N. P. et al. Saúde mental de docentes universitários em tempos de covid-19. *Saúde e Sociedade*, [S. l.], v. 30, e200605, jun. 2021. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/sausoc/2021.v30/e200605/>. Acesso em: 15 set. 2024.

MATTOS, S. M. et al. Recomendações de atividade física e exercício físico durante a pandemia Covid-19: revisão de escopo sobre publicações no Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, [S. l.], v. 25, e0176, 2020. DOI: 10.12820/rbafs.v25e0176. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/14353>. Acesso em: 15 set. 2024.

SILVA, R. J. S. da et al. Ocorrência da Síndrome de Burnout em professores do ensino superior em instituição privada. **Fisioterapia Brasil**, São Paulo, v. 19, n. 4, p. 490-499, set. 2018. Disponível em: <https://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/1335>. Acesso em: 15 set. 2024.

SIMÕES, J. A.; MARANHÃO, C. M. S. A.; SENA, R. C. de. Processos de Ensino-Aprendizagem e a Síndrome de Burnout: Reflexões sobre o Adoecimento do Professor e suas Consequências Didáticas. **MAGES - Mestrado em Administração e Desenvolvimento Empresarial**, [S. l.], v. 19, n. 3, 2016. Disponível em: <http://www.revistas.unp.br/index.php/MAGES/article/view/1138>. Acesso em: 15 set. 2024.

TRICCO, A. C. et al. PRISMA Extension for Scoping Reviews (PRISMA-ScR): Checklist and Explanation. **Annals of Internal Medicine**, v. 169, n. 7, p. 467-473, 2018. DOI: 10.7326/M18-0850. Disponível em: <https://www.acpjournals.org/doi/10.7326/M18-0850>. Acesso em: 15 set. 2024.