

Relação entre síndrome de burnout e autoeficácia dos professores de educação física considerando variáveis sociodemográficas

Relationship between burnout syndrome and self-efficacy of physical education teachers

Saulo Testa¹  Jorge Both² 

¹Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia de Santa Catarina (IFSC), Canoinhas, Brasil

²Universidade Estadual do Oeste do Paraná (Unioeste), Marechal Cândido Rondon, Brasil

HISTÓRICO DO ARTIGO

Recebido: 30.03.2024
Revisado: 04.05.2025
Aprovado: 07.05.2025

PALAVRAS-CHAVE:

Burnout;
Autoeficácia Docente;
Educação Física.

KEYWORDS:

Burnout;
Teacher Self-Efficacy;
Physical Education.

PUBLICADO:

28.05.2025

AUTOR CORRESPONDENTE:

Saulo Testa
saulo.testa@ifsc.edu.br

COMO CITAR ESTE ARTIGO (HOW TO CITE):

TESTA, S.; BOTH, J. Relação entre síndrome de burnout e autoeficácia dos professores de educação física considerando variáveis sociodemográficas. **Caderno de Educação Física e Esporte**, v. 23, e33069, 2025. DOI: [10.36453/cefe.2025.33069](http://doi.org/10.36453/cefe.2025.33069).

RESUMO

INTRODUÇÃO: A Síndrome de Burnout tem impacto significativo sobre professores, afetando qualidade de trabalho, saúde mental e crenças de Autoeficácia.

OBJETIVO: Este estudo analisou os níveis de Burnout e Autoeficácia entre professores de Educação Física, investigando suas relações com variáveis sociodemográficas.

MÉTODOS: A pesquisa incluiu 30 professores da Rede Estadual de Educação de Maringá, utilizando Questionário Sociodemográfico, Escala de Caracterização do Burnout (ECB) e Escala de Autoeficácia de Professor de Educação Física. Foram aplicados testes estatísticos não-paramétricos, como Qui-Quadrado, Prova U de Mann-Whitney, Friedman, Wilcoxon e Correlação de Pearson (significância $p < 0,05$).

RESULTADOS: Os professores apresentaram níveis de Burnout entre baixos e moderados, sendo Exaustão Emocional a dimensão mais proeminente. Os valores de Autoeficácia foram altos. Correlações muito fortes surgiram entre Decepção no Trabalho e Exaustão Emocional, e entre Ação Docente e Manejo de Classe. Moderadas foram observadas entre Desumanização e Intencionalidade da Ação Docente, e entre Decepção no Trabalho e Desumanização. Burnout foi associado a variáveis como Pluriemprego, Renda, Deslocamento, Local de Atuação, Tempo de Carreira, Carga Horária de Trabalho e Número de Escolas (Exaustão Emocional); Carga Horária (Desumanização); Cidade de Residência, Deslocamento Pendular e Tempo de Carreira (Decepção).

CONCLUSÃO: Professores mais experientes e atuantes em uma única unidade escolar são mais propensos ao desenvolvimento de Burnout.

ABSTRACT

BACKGROUND: Burnout Syndrome is one of the main work-related dysfunctions and increasingly affects teachers. The impacts of burnout on educators compromise their work quality, relationships within the school community, mental health, and self-efficacy beliefs.

OBJECTIVE: This study aimed to assess burnout and self-efficacy levels among Physical Education teachers, examining relationships between burnout and self-efficacy constructs, as well as associations with participants' sociodemographic variables.

METHODS: The sample included 30 Physical Education teachers from the State Education Network in the Maringá Region (Brazil). Data collection instruments included a Sociodemographic Questionnaire, the Burnout Characterization Scale (ECB), and the Physical Education Teacher Self-Efficacy Scale. Non-parametric statistical tests were applied: Single-Group Chi-Square, Mann-Whitney U Test, Friedman Test, Paired Wilcoxon Test, and Pearson Correlation, with a 95% significance level ($p < 0.05$).

RESULTS: Teachers exhibited low/moderate burnout levels (highest in emotional exhaustion) and high self-efficacy. Strong correlations were found between work disillusionment and emotional exhaustion, as well as between teaching practice and classroom management. Burnout showed significant associations with multiple job-holding, workload, career length, and other sociodemographic variables.

CONCLUSION: Teachers with more experience and working in a single school unit showed higher susceptibility to burnout.

▼ INTRODUÇÃO

Profissões que atuam diretamente com relações entre pessoas, como Professores, Trabalhadores da Saúde e Professores, se apresentam como as principais atividades profissionais propensas ao desenvolvimento da síndrome de *burnout* (Makhmutova; Baranov; Ovechkin, 2017). Nestas profissões, pessoas motivadas, identificadas com sua tarefa laboral, empáticas e idealistas apresentam maior possibilidade de adoecimento (Benevides-Pereira, 2002), pelo envolvimento afetivo que desenvolvem com o trabalho e que encontra barreiras da realidade para o desenvolvimento das atividades.

A profissão professor vem se tornando uma das atividades profissionais com maior incidência de sujeitos com estresse decorrente do trabalho (Pereira; Ramos; Ramos, 2022). Esta constatação faz com que a docência seja reconhecida como profissão de risco pela Organização Internacional do Trabalho desde a década de 1980 (Frota; Teodósio, 2012).

Professores de Educação Física não estão apartados desta realidade material da docência, caracterizada como profissão de risco. Em escala global são observados os impactos da Síndrome de *Burnout* em professores desta área específica (Reyes-Oyola; Palomino-Devia; Aponte-López, 2019; Lee, 2019; Vousiopoulos et al., 2019) e, no Brasil, as condições estruturais dadas pela ausência de locais adequados à prática disciplinar, materiais adequados e suficientes aprofundam as condições para o adoecimento dos professores (Costa, 2018). Estas condições acarretam a desilusão para com o trabalho docente, as quais podem levar ao abandono da profissão (Favatto; Both, 2019) e/ou ao desenvolvimento da síndrome de *Burnout*.

A Síndrome de *Burnout* é o resultado da exposição crônica e prologada a fatores estressores que afetam as dimensões Exaustão Emocional, Despersonalização/Desumanização e Realização Profissional/Decepção no Trabalho (Tamayo; Tróccoli, 2009; Maslach; Leiter, 2016), sendo a Exaustão Emocional a dimensão mais representativa do estado de Esgotamento. De fato, a Exaustão Emocional está vinculada ao estresse desencadeado pela sobrecarga de trabalho em jornadas exaustivas ou em tarefas perniciosas, o que leva ao estado de exaustão física e emocional na realização do trabalho. A Despersonalização ou Desumanização estão relacionadas às dinâmicas de afastamento de relações interpessoais entre o sujeito e seus pares no ambiente de trabalho ou às pessoas atendidas em sua atividade profissional. Por fim, a baixa Realização Profissional, como também conhecida como a Decepção no Trabalho, vincula-se aos sentimentos de decepção para com sua atividade de trabalho, onde o sujeito não se sente competente ou produtivo, entendendo sua tarefa como dispensável (Maslach, 2017; Pereira; Ramos; Ramos, 2020).

Desde fevereiro de 2022, com a publicação da 11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11, 2022), o *Burnout* é caracterizado como fenômeno ocupacional ou, problema de saúde relacionado ao emprego ou desemprego, sendo reconhecido o impacto das atividades profissionais na saúde mental dos trabalhadores. No caso específico de professores, os impactos na saúde mental ocasionado pelo desenvolvimento do *burnout* levam o

sujeito a desenvolver a desmotivação em relação à sua atividade docente, acarretando o esgotamento mental e físico (Bartholomew et al., 2014; Reyes-Oyola; Palomino-Devia; Aponte-López, 2019). Em relação à Educação Física, o conjunto de fatores dados pela ausência de reconhecimento da disciplina como importante para o desenvolvimento do aluno, questões estruturais inadequadas, ausência de apoio institucional e indisciplina estudantil ocasionalmente levam ao aumento dos fatores estressores que contribuem para o desenvolvimento da Síndrome de *Burnout* (Santini; Molina Neto, 2005).

Estes fatores deletérios podem gerar no professor estados de saúde mental que o façam contestar sua capacidade de atuação, produzindo a Decepção com o Trabalho que gere Exaustão Emocional (dimensões da Síndrome de *Burnout*), bem como, impactar em seu sentimento de Autoeficácia profissional (Pereira; Ramos; Ramos, 2022). De fato, a literatura aponta relações entre a autoeficácia e *burnout* com os professores, sendo que os docentes com maiores índices de *Burnout* apresentaram menores índices de Autoeficácia (Çelik; Kahraman, 2018; Ozkara, 2019; Pereira; Ramos; Ramos, 2020).

As crenças de Autoeficácia, constructo de estudo da Teoria Social Cognitiva (TSC) elaborada por Albert Bandura, estão relacionadas à percepção que o indivíduo desenvolve sobre suas capacidades de organização e execução das atividades que resultem em realizações pessoais (Bandura, 1997). Neste constructo, o indivíduo é agente ativo capaz de interferir em seu próprio comportamento, agindo de forma consciente e não somente como produto de seu meio (Bandura, 2005). Logo, o comportamento humano é compreendido a partir da interrelação entre Ambiente, Comportamento e Indivíduo (Pereira; Ramos; Ramos, 2022).

No âmbito do trabalho docente, as crenças de autoeficácia estão vinculadas à capacidade do professor no planejamento, organização, execução e avaliação de sua prática didática, promovendo a reflexão destas tarefas no contexto escolar e no desenvolvimento de seus alunos (laochite, 2007). Especificamente, ao analisar o trabalho do professor de Educação Física, o impacto da estrutura física e organizacional, as características próprias da docência na área, o desenvolvimento dos alunos e as políticas públicas podem interferir no contexto das crenças de Autoeficácia deste professor de Educação Física (laochite, 2011).

Desta forma, pela falta de estudos que relacionem o estado de saúde do professor e sua crença na eficácia de seu trabalho, tem-se como objetivo desta investigação aferir: os níveis de *Burnout* e de Autoeficácia dos professores de Educação Física; as relações entre os constructos do *Burnout* e da Autoeficácia; e associar os constructos do *Burnout* e da Autoeficácia com as variáveis sociodemográficas dos professores.

▼ MÉTODOS

O estudo se caracteriza como uma pesquisa descritiva, de corte transversal e de abordagem quantitativa (Gil, 2002), sendo que a amostra deste estudo foi composta por 30 professores de Educação Física que atuavam em turmas de 6º ano do Ensino Fundamental até o 3º ano do Ensino Médio em 15 Escolas da Rede Estadual de

Educação do Paraná que estavam jurisdicionadas pelo Núcleo Regional de Educação de Maringá, região Noroeste do Paraná. Na coleta de dados foram utilizados três instrumentos: 1) Questionário Sociodemográfico; 2) Escala de Caracterização do *Burnout* – ECB (Tamayo; Tróccoli, 2009); 3) Escala de Autoeficácia de Professor de Educação Física (Polydoro *et al.*, 2004).

O questionário sociodemográfico foi elaborado para a pesquisa contendo as variáveis: Nome, Sexo, Estado Civil, Formação Acadêmica, Tempo de Carreira, Carga Horária de Trabalho Semanal, Número de Escolas que Trabalha, Pluriemprego, Local do Pluriemprego Externo, Principal Fonte de Renda, Renda Mensal como Professor, Cidade de Residência, Cidade(s) onde Trabalho como Professor, Local de Atuação, Trabalho em Região de Risco Social, onde a violência e a criminalidade da vizinhança da escola interferem na sua atuação pedagógica, Proximidade do Local de Trabalho, Meio de Locomoção para o Trabalho, Estágio Probatório.

A avaliação do estado de *Burnout* dos professores foi realizada por meio da Escala de Caracterização do *Burnout* (ECB) (Tamayo; Tróccoli, 2009), instrumento validade para aferição do *Burnout* na realidade brasileira. Este instrumento contém 35 questões que avaliam as dimensões Desumanização, Decepção no Trabalho e Exaustão Emocional. Para cada questão a forma de resposta se dá em Escala Likert de cinco pontos, onde “1” corresponde a “Nunca”, “2” a “Raramente”, “3” a “Algumas Vezes”, “4” a “Frequentemente”, e “5” a “Sempre”. Para a análise dos resultados, descarta-se que é necessário inverter as pontuações das questões 6 e 23 para normatização dos valores em relação aos índices da dimensão.

Para mensurar os níveis de Autoeficácia Docente dos professores foi utilizada a Escala de Autoeficácia de Professor de Educação Física (Polydoro *et al.*, 2004), instrumento validado para pesquisas no Brasil. Esta escala contém 24 questões que avaliam as dimensões Intencionalidade da Ação Docente e Manejo da Classe. Para cada questão, a resposta se dá em Escala Likert de seis pontos, onde “1” corresponde a “Pouco” e “6” a “Muito”.

A coleta de dados ocorreu de 16 de maio de 2022 a 17 de novembro de 2022, após autorização das unidades escolares para realização da pesquisa *in loco*, autorização do Núcleo Regional de Educação de Maringá, do parecer favorável dos Comitês de Ética e Pesquisa Envolvendo Seres Humanos da Universidade Estadual de Londrina (CAAE: 40760320.1.0000.5231) e da Universidade Cesumar – UNICESUMAR (CAAE: 40760320.1.3001.5539), procedeu-se o contato com as unidades, solicitando o envio da carta de apresentação da pesquisa aos professores de Educação Física atuantes na unidade a fim de solicitar a participação voluntária. Com a anuência dos professores, foi entregue o caderno com os instrumentos de pesquisa e Termo de Consentimento Livre e Esclarecido que, após respondidas, foram recolhidas e transcritas em uma planilha do Excel.

Para análise estatística dos dados foi utilizado programa estatístico IMB SPSS (Statistical Package for the Social Science) versão 20.0. Inicialmente foi realizado teste de normalidade de Kolmogorov-Smirnov, constatando a distribuição não-normal dos dados. Posteriormente, foi utilizado teste de Qui-Quadrado para Grupo Único para relacionar as variáveis sociodemográficas para descrição

da amostra. Para avaliação das dimensões do constructo do *Burnout*, foi realizado Teste de Friedman.

Para análise das dimensões do constructo de Autoeficácia Docente foi realizado Teste de Wilcoxon Pareado. A fim de verificar a correlação entre as dimensões do *Burnout* e da Autoeficácia Docente foi realizado teste de Correlação de Spearman. Para análise das variáveis sociodemográficas em função das dimensões do *Burnout* e da Autoeficácia docente, foi realizada a Prova U de Mann-Whitney. Salienta-se que em todas as análises foi adotado nível de significância de 95% ($p < 0,05$).

▼ RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados evidenciaram que a maioria dos docentes era do sexo Feminino (77,3%), viviam com companheiro (70%), possuíam pós-graduação (93,3%), possuíam pluriemprego (70%), mas, que possuíam como principal fonte de renda o trabalho escolar (93,3%). Ainda, utilizam de transporte passivo (carro, moto ou transporte público) (86,7%) como meio de locomoção para chegar ao trabalho (Tabela 1).

Tabela 1. Variáveis sociodemográficas dos professores de Educação Física participantes do estudo.

Variável	Categoria	Total n (%)	p*
Sexo	Masculino	8 (26,7)	0,011
	Feminino	22 (77,3)	
Estado Conjugal	Com Companheiro	21 (70,0)	0,028
	Sem Companheiro	9 (30,0)	
Formação Acadêmica	Graduação	2 (6,7)	<0,001
	Pós-graduação	28 (93,3)	
Pluriemprego	Não Possui	9 (30,0)	0,028
	Possui	21 (70,0)	
Principal Fonte de Renda	Como Docente	28 (93,3)	<0,001
	Outro	2 (6,7)	
Renda Atende às Necessidades	Sim	20 (66,7)	0,680
	Não	10 (33,3)	
Cidade de Residência	Maringá	15 (50,0)	1,000
	Outra Cidade	15 (50,0)	
Deslocamento Pendular	Não	20 (66,7)	0,068
	Sim	10 (33,3)	
Local de Atuação	Periferia	12 (40,0)	0,273
	Centro	18 (60,0)	
Escola em Local de Risco Social	Sim	14 (46,7)	0,715
	Não	16 (53,3)	
Distância do Trabalho	Perto	15 (50,0)	1,000
	Longe	15 (50,0)	
Meio de Locomoção	Passivo	26 (86,7)	<0,001
	Ativo	4 (13,3)	
Tempo de Carreira	Até 10 anos	13 (43,3)	0,465
	11 anos ou Mais	17 (56,7)	
Carga Horária de Trabalho Semanal	Até 39 horas	10 (33,3)	0,068
	40 horas ou mais	20 (66,7)	
Número de Escolas que Trabalha	1 Escola	11 (36,7)	0,144
	2 Escolas ou mais	19 (63,3)	

* Probabilidade estimada pelo Teste de Qui-Quadrado para Grupo Único

As características sociodemográficas da amostra apresentam similaridades com o panorama nacional dos professores, conforme o Censo da Educação Básica (BRASIL, 2022). Ainda que a Educação Física apresente uma distribuição equivalente entre professores do sexo masculino e feminino, a amostra seguiu a tendência geral da docência nacional.

Em relação à situação conjugal, conforme apresentou Franciosi (2020), a questão cultural exerce forte impacto no desenvolvimento da vida conjugal, uma vez que a amostra de professores apresentou uma carreira consolidada, com a maioria possuindo acima de 11 anos na docência, e com idade média acima dos 35 anos, o que se espera que, culturalmente, esses indivíduos constituam laços familiares. Ainda, a amostra majoritariamente feminina e em situação conjugal com companheiro acompanha a tendência da docência exposta por Favatto (2022), que identificou na literatura a feminização da profissão docente e o impacto do casamento e filhos no desenvolvimento da carreira.

Em relação ao meio de transporte, a pesquisa de Testa et al. (2023) com docentes da mesma região encontrou valores similares para uso de transporte passivo por professores como meio de locomoção para o trabalho. Esta condição se dá pelas distâncias moderadas a grandes, percorridas pelos professores para se deslocarem até suas unidades de atuação, sendo mais efetivo e rápido o uso de ônibus, carros e/ou motos.

Em relação aos constructos do *Burnout* e a Autoeficácia Docente, constatou-se que as dimensões Exaustão Emocional e de Intencionalidade da Ação Docente apresentaram os maiores índices em seus respectivos constructos (Tabela 2).

Tabela 2. Análise das dimensões dos Constructos de *Burnout* e Autoeficácia Docente.

Constructo	Dimensões	Total Md (Q1-Q3)	p
Burnout	Exaustão Emocional	2,54 (1,90-3,08)	0,031 ^a
	Desumanização	2,10 (1,68-2,43)	
	Decepção no Trabalho	2,00 (1,54-2,64)	
Autoeficácia	Intencionalidade da Ação Docente	4,85 (4,10-5,43)	0,001 ^b
	Manejo da Classe	4,60 (3,80-5,23)	

^a Probabilidade Estimada pelo Teste de Friedman;

^b Probabilidade Estimada pelo Teste de Wilcoxon Pareado.

O fato da dimensão Exaustão Emocional apresentar maior consistência interna em todos os estudos que validaram instrumentos para aferição da Síndrome de *Burnout* (Maslach, Jackson, 1986; Carlotto; Câmara, 2004; Lautert, 1997; Tamayo, 2003; Moreno-Jiménez et al., 1997; Tamayo; Tróccoli, 2009) pode auxiliar na compreensão desta dimensão ser a mais representativa para a caracterização da Síndrome de *Burnout*, uma vez que os indivíduos tendem a expressar mais as questões vinculadas ao impacto do desgaste no trabalho em sua expressão emocional, do que nas relações diretas entre as pessoas, ou pela presença de decepções ou ausência de sentimentos de realização com o trabalho.

Ainda, o baixo índice de Decepção no Trabalho corrobora os achados da literatura revisada por Montoya et al. (2021) com 19 produções realizadas entre 2003 e 2020, onde os professores brasileiros em geral, mesmo em níveis moderados ou altos de exaustão emocional e despersonalização, apresentam altos níveis de realização com seu trabalho. Destaca-se que este é um ponto curioso a ser investigado para verificar quais os motivos que levam a esta condição.

No que concerne à autopercepção de eficácia dos professores participantes, a dimensão Intencionalidade da Ação Docente apresentou índices superiores ao Manejo de Classe. Esta característica apresenta-se como tendência geral na literatura que estuda a autoeficácia docente e, em especial a de professores de Educação Física, como apresenta o trabalho de laochite et al. (2011). Assim, entende-se que os professores de Educação Física da amostra se sentiam mais eficazes em organizar sua ação docente, mobilizar alunos e transmitir conhecimentos do que lidando com fatores cotidianos de intercorrência da classe durante suas aulas, como indisciplina, falta de participação dos alunos e engajamento discente.

A partir do resultado da análise isolada de cada dimensão dos instrumentos aplicados, buscou-se verificar a existência de correlação entre as dimensões das duas escalas (Tabela 3), sendo que os resultados evidenciaram a existência de forte correlação entre as dimensões Decepção no Trabalho e Exaustão Emocional, ambas do constructo de *Burnout*, bem como existiu correlação muito forte entre Intencionalidade da Ação Docente e Manejo de Classe, ambas do constructo de Autoeficácia Docente.

Tabela 3. Correlação entre as dimensões dos constructos de *Burnout* e Autoeficácia Docente.

Variáveis	Correspondente				
	1	2	3	4	5
Exaustão Emocional (1)	-				
Desumanização (2)	0,30	-			
Decepção no Trabalho (3)	0,82*	0,40*	-		
Intencionalidade da Ação Docente (4)	-0,10	-0,40*	-0,29	-	
Manejo da Classe (5)	-0,13	-0,35	-0,27	0,93*	-

*Probabilidade Estimada pelo Teste de Correlação de Spearman.

Com estas evidências é possível compreender que o estado de exaustão emocional que o professor se encontra pode ser consequência de um contexto de decepção no trabalho, de baixas realizações profissionais na ação docente ou, vice-versa. Esta condição é característica e clássica na literatura, pois, trabalhos que investigam a síndrome de *burnout* em médicos encontram relações positivas e diretamente proporcionais entre o estado de exaustão emocional e decepção no trabalho ou, reduzidas realizações pessoais no trabalho (Esteve; Larraz; Jiménez, 2006; Lima et al. 2013). De fato, no estudo de validação da ECB apresentou informações que corroboram esta correlação, compreendendo, portanto, que a amostra estudada segue os padrões para caracterização do *Burnout* (Tamayo; Tóccoli, 2009).

Ainda, verificou-se que existe correlação moderada negativa entre as dimensões de Desumanização e Intencionalidade da Ação Docente. Considerando que a intencionalidade da ação docente está vinculada à crença do professor em sua capacidade de mediar o ensino e mobilizar o estudante para realizar as atividades da aula (Iaochite, 2007), é compreensível que exista relação com a dimensão de Desumanização, caracterizada pela dureza emocional e trato desinteressado com os alunos (Tamayo; Tróccoli, 2009), pois, uma vez que o professor tende a tratar os alunos com afastamento, atitudes negativas, ele deixa de se sentir eficaz na ação de mobilização dos discentes para as tarefas da aula.

Por fim, observou-se uma correlação moderada entre as dimensões Decepção no Trabalho e Desumanização, ambas do constructo do *Burnout*. Tamayo e Tróccoli (2009) afirmaram que no âmbito da avaliação do *Burnout* é mais fácil o indivíduo relacionar o sentimento de desgaste em relação ao trabalho do que as atitudes de Desumanização no trato com os demais. Assim, infere-se que a moderada correlação entre as variáveis se dá pelo fato de ser mais fácil compreender as questões de Decepção no Trabalho com a exaustão emocional do que com o trato com os pares.

Quando analisadas as variáveis sociodemográficas do estudo em função das dimensões do constructo do *Burnout* (Tabela 4), observou-se que a Exaustão Emocional apresentou associação significativa com: o Pluriemprego, a Renda, o Deslocamento Pendular, o Local de Atuação, o Tempo de Carreira, a Carga Horária de Trabalho Semanal, e o Número de Escolas que o docente trabalha.

Ao considerar os resultados, observou-se que os professores que apresentaram maiores índices de exaustão emocional são aqueles que atuam em apenas uma escola, localizada em periferias, que atua somente na Educação

Física Escolar, que reside e trabalha na mesma cidade, com renda que não atende suas necessidades, com carreira superior a 11 anos de docência e, com carga horária de trabalho de 40 horas semanais ou mais.

Tais evidências se destacam, sendo que o primeiro ponto que chama atenção é o fato dos professores com mais tempo de carreira apresentarem índices mais elevados de Exaustão Emocional. Este resultado é sustentado pela literatura, sendo que conforme a idade aumenta e o tempo de experiência acompanha o desgaste emocional, pois a tendência é de que o indivíduo crie estratégias para lidar com as adversidades do trabalho e, conseqüentemente, não seja tão impactado pela exaustão emocional (Santini, 2004; Sinott *et al.*, 2014; Dallacosta; Antonello; Lopes, 2015). Ainda que estes professores, por possuírem mais tempo de carreira, tendem a fixar o padrão de trabalho em uma unidade, não possuem pluriemprego externo e diminuírem seu tempo de deslocamento, fatores que poderiam contribuir para menores índices de exaustão (Guerreiro *et al.*, 2016).

Entretanto, a amostra estudada contraria estas evidências, pois os professores mais velhos, com maior tempo de carreira, fixados em uma unidade, sem pluriemprego, que trabalham 40 horas ou mais, apresentaram maiores índices de Exaustão Emocional. Esta condição similar em professores mais velhos e fixados há mais tempo na unidade foi encontrada por Carlotto (2011), Foresto-Del Col, Real e Lupatini (2018) e Campos (2019), os quais vincularam o estado de exaustão às particularidades do trabalho docente, como horas ininterruptas em pé falando, e com grande número de alunos.

Considerando o impacto da localização das escolas enquanto fator de influência para a Exaustão Emocional, no estudo ressalta-se que a amostra de professores é composta inteiramente por trabalhadores da Educação

Tabela 4. Associação entre as variáveis sociodemográficas dos professores de Educação Física com as dimensões da Síndrome de Burnout.

Dimensão do Burnout	Variáveis Sociodemográficas	Categorias	Md (Q1-Q3)	ρ^*	
Exaustão Emocional	Pluriemprego	Não Possui	3,08 (2,63–3,55)	0,017	
		Possui	2,42 (1,63–2,88)		
	Renda Atende às Necessidades	Sim	2,38 (1,56–2,71)	0,002	
		Não	3,21 (2,75–3,48)		
	Deslocamento Pendular	Sim	2,25 (1,65–2,62)	0,035	
		Não	2,75 (2,29–3,33)		
	Local de Atuação	Periferia	2,75 (2,50–3,52)	0,050	
			Centro		2,29 (1,69–3,02)
		Tempo de Carreira	Até 10 anos		2,33 (1,63–2,67)
			11 anos ou mais		3,00 (2,30–3,38)
	Carga Horária de Trabalho	Até 39h semanais	2,09 (1,44–2,50)	0,024	
		40h ou mais	2,75 (2,44–3,27)		
	Número de Escolas	1 escola	3,08 (2,50–3,42)	0,009	
		2 escolas ou mais	2,33 (1,50–2,75)		
Desumanização	Carga Horária de Trabalho Semanal	Até 39h semanais	2,35 (2,05–2,53)	0,050	
		40h ou mais	2,00 (1,60–2,20)		
Decepção no Trabalho	Carga Horária de Trabalho Semanal	Até 39h semanais	2,35 (2,05–2,53)	0,050	
		40h ou mais	2,00 (1,60–2,20)		

* Probabilidade Estimada pelo Teste de Prova U de Mann-Whitney.

Pública. Assim, é importante ressaltar que as escolas de periferia, seja em grandes centros, cidades médias ou pequenas, são ambientes relegados pela administração pública, com estruturas deficitárias, materiais escassos, sendo que os alunos, em sua maioria, vivem em um contexto de segregação social que impacta em grande medida em sua atitude disciplinar. Ao avaliar este contexto laboral, observa-se que o ambiente de trabalho impacta diretamente no trabalho do professor, gerando fatores estressores que impactam em seu estado de exaustão (Morais; Souza; Santos, 2018; Santana, 2021).

Por fim, o fato de que professores que declararam não ter suas necessidades atendidas pela remuneração apresentarem maiores índices de exaustão emocional foi evidenciado nas investigações de Santos e Sobrinho (2011), Silva et al. (2017) e Cardoso et al. (2019).

O fato da remuneração não permitir que as necessidades básicas da pessoa sejam atendidas gera sentimento de frustração com o trabalho, contestação de suas capacidades e impossibilidade de planejamentos futuros que não sejam a mera sobrevivência. Este estado pode ter influenciado nos professores participantes da pesquisa a declararem maiores níveis de exaustão emocional, o que pode levar ao desenvolvimento de *Burnout*, depressão e até mesmo afastamento da docência. De fato, a questão de remuneração é rotineira no contexto da docência, uma vez que a profissão ainda é vista como uma atividade de voluntarismo, de dom, não visualizada como Trabalho, o que gera desvalorização subjetiva e objetiva relacionada aos salários (Morais; Souza; Santos, 2018).

Em relação as variáveis sociodemográficas em função da dimensão de Desumanização, constatou-se apenas diferenças significativas somente na Carga Horária de Trabalho Semanal (Tabela 4), sendo que professores que atuavam até 39 horas semanais apresentaram maiores índices de desumanização. Sobre esta situação, Vieira (2022) discutiu que professores com menor carga horária semanal e, também, com contratos temporários, tendem a estabelecer menos vínculos, por terem menos tempo de trabalho, não fixarem padrão em um local e, por conseguinte, atuarem em mais de uma unidade, não se envolverem com as atividades da unidade. Assim, a ausência de envolvimento pode impactar em índices maiores de desumanização.

Esta realidade de maior desumanização em professores que atuam menos horas, contraria os resultados apresentados por Krug et al. (2021) que afirmou que, quanto maior a carga horária, menor é o distanciamento das relações pessoais. Entretanto, o envolvimento em um ambiente de trabalho pode gerar maior sentimento de pertencimento, envolvimento com questões que transcendem a prática docente como, o qual, em condições que sejam deletérias ao convívio social e prática pedagógica, pode ser um fator estressor que pode levar ao afastamento do trabalho (Both et al., 2016).

Em relação à análise das variáveis sociodemográficas em função da dimensão Decepção no Trabalho, constatou-se que as variáveis Cidade de Residência, Deslocamento Pendular e Tempo de Carreira apresentaram associação significativa (Tabela 4), sendo que os professores que residiam em Maringá, que não realizavam Deslocamento Pendular para trabalhar, e possuíam 11 anos ou mais de carreira apresentam maiores índices de Decepção no Trabalho.

Destaca-se que os professores que possuíam maior nível de decepção no trabalho estavam nos ciclos de Afirmação e Renovação na Carreira (Farias, 2018). Ou seja, espera-se que estes docentes agrupem características de domínio dos conhecimentos específicos da área, sejam mais autoconfiantes, apresentem maior motivação e dinâmica profissional, sejam críticos e atuantes na comunidade escolar, possuam domínio das rotinas escolares, expertise na transmissão de conhecimentos até para os professores mais jovens, criticidade e atuação ainda maiores na defesa da carreira e engajamento comunitário.

Além disso, é natural que professores que apresentam mais de uma década de carreira na profissão tendam a fixar sua atividade profissional próximos à suas residências, pois, o desenvolvimento da carreira e o tempo de experiência colocam o docente em posições iniciais na classificação de distribuição de aulas, permitindo a este professor concentrar sua escolha onde ele deseja trabalhar, normalmente, próximo à sua residência, a fim de reduzir o tempo de deslocamento. Esta organização é a usual na rede pública estadual do Paraná, onde a pesquisa foi realizada. Entretanto, para o grupo investigado, trabalhar em cidades menores e realizar o deslocamento pendular favorece o docente a não possuir a Decepção no Trabalho.

Ainda, é esperado que os professores com mais tempo de carreira, que atuam somente em uma unidade escolar, residindo e trabalhando na mesma cidade tendam a se sentirem mais satisfeitos com seu trabalho, apresentando menores índices de Decepção no Trabalho (Sinott et al., 2014; Dallacosta; Antonello; Lopes, 2015). Entretanto, os professores participantes que possuíam mais tempo de carreira e atuavam em uma única unidade escolar apresentavam maiores índices de Decepção no Trabalho, o que pode ser também explicado pelo fato do docente conhecer melhor como funciona a estrutura administrativa da profissão e os impedimentos ao desenvolvimento com maior autonomia do seu trabalho, desvalorização do trabalho docente, estrutura escolar comprometida e relações sociais com os alunos estarem prejudicadas (Carlotto, 2011, Foresto-Del Col; Real; Lupatini, 2018).

Em relação às dimensões do constructo da autoeficácia docente, apenas o Deslocamento Pendular apresentou diferenças significativas com a Intencionalidade da Ação Docente e o Manejo da Classe (Tabela 5), sendo que os docentes que trabalhavam em municípios diferentes daqueles que residiam possuíam maiores índices de autoeficácia docente. Ou seja, os docentes acreditavam ser mais eficazes na organização, planejamento e execução das atividades educativas, bem como creditavam quem conseguiam lidar melhor com os múltiplos aspectos do cotidiano da sala de aula do que professores que trabalhavam na mesma cidade que residiam.

O maior sentimento de autoeficácia em docentes que atuavam em cidades diferentes às que residiam pode estar ligado ao fato de, por não conviverem em outros ambientes do município, que não seja o escolar com os alunos, os professores acabam por se sentirem mais eficazes ao realizar um trabalho de "ter a turma na mão" mesmo sem conhecê-los de outros ambientes ou por um tempo maior. Ainda, normalmente o deslocamento pendular ocorre nas situações em que a localidade da escola é menor que da

residência do professor. Desta forma, a proximidade que o docente possui com a comunidade escolar pode ser maior, pelo fato de trabalhar no interior, que na maioria das vezes, é mais acolhedor.

Tabela 5. Associação da variável sociodemográfica deslocamento pendular com a autoeficácia docente de professores de Educação Física.

Dimensão da Autoeficácia	Categorias	Md (Q1-Q3)	p*
Intencionalidade da Ação Docente	Sim	5,40 (4,73-5,53)	0,015
	Não	4,50 (3,90-5,15)	
Manejo de Classe	Sim	5,20 (4,58-5,43)	0,005
	Não	4,30 (3,55-4,90)	

* Probabilidade Estimada pelo Teste de Prova U de Mann-Whitney.

Este fator de maior sentimento de Autoeficácia no docente que atua em comunidade diferente da sua de residência aparece na pesquisa de Mota e Razera (2017), ao analisar aspectos motivacionais de professores de Biologia de um pequeno distrito da Bahia, onde foi reportado que o fato do professor ser conhecido na comunidade como professor e que este faz diferença no conjunto social, enquanto na cidade grande o docente é apenas mais um elemento da multidão e tais situações impactam no julgamento de autoeficácia do professor.

Evans (2017) e Kotluk e Kocakaya (2018), também discutiram a relação entre deslocamento pendular para o trabalho como positivo em alguns casos, pois, espera-se que trabalhar em cidades diferentes e ter alunos culturalmente diferentes influencie positivamente na visão dos professores em seu engajamento para o trabalho, fato que pode justificar esta percepção de autoeficácia dos professores que se deslocam para trabalhar.

▼ CONCLUSÃO

Os resultados evidenciaram que os professores investigados possuíam níveis baixos e moderados de *Burnout* e apresentam valores altos de Autoeficácia. A dimensão que apresentou maior preocupação foi a Exaustão Emocional, pois, esta é a dimensão mais representativa do estado de Esgotamento que leva ao *Burnout* e, aparece na investigação como a mais elevada na análise do constructo do *Burnout*, além de apresentar um maior número de associações significativas com as variáveis sociodemográficas, demonstrando que certas características da vida do docente impactam diretamente no desenvolvimento da Síndrome.

Em relação à Autoeficácia, os docentes evidenciaram melhor Intencionalidade da Ação Docente do que Manejo de Classe. Embora os professores relatem altos índices de autoeficácia em ambas as dimensões, é importante destacar que aqueles com níveis baixos e moderados de *burnout* – sendo estes últimos ainda considerados preocupantes – são os que apresentam as pontuações mais elevadas de Autoeficácia. Isso indica que, mesmo em situações de desgaste profissional, a percepção de capacidade para exercer a docência mantém-se alta entre esses profissionais.

Algumas questões sociodemográficas impactaram de forma significativa nas dimensões do *Burnout*, principal-

mente aquelas relacionadas ao tempo de carreira, local de atuação, deslocamento, renda e carga horária de trabalho. A análise pormenorizada destas questões e seu impacto nas dimensões pode elucidar formas de ação direta com os docentes que vise proteger o indivíduo do adoecimento relacionado ao *Burnout*. Em relação à Autoeficácia, apenas a questão de diferenças de cidade de residência e trabalho impacta na autopercepção de eficácia dos professores. Esta questão pode estar relacionada ao fato de que sair de sua realidade para atuar em outra impacta no intercâmbio cultural entre professores e alunos, faz com que o professor se sinta mais eficiente ao atuar com uma turma de pessoas que não façam parte de seu cotidiano.

Frente às limitações do estudo, principalmente àquelas relacionadas aos instrumentos de coleta de dados psicométricos quantitativos que impedem análises sociais amplas, sugere-se a realização de pesquisas de cunho qualitativo associada aos instrumentos psicométricos, para melhor avaliação das questões vinculadas a sentimentos e realidades sociais que interferem na saúde mental dos docentes. Ainda, sugere-se pesquisas que trabalhem amostras maiores de professores, que investiguem docentes em estado elevado de *Burnout*, recorte este que não apareceu nos professores investigados.

► AGRADECIMENTOS

Nada a declarar.

► CONFLITO DE INTERESSE

Os autores do estudo declaram não haver conflito de interesses.

► FINANCIAMENTO

Este estudo não teve apoio financeiro.

■ REFERÊNCIAS

- BANDURA, A. *Self-efficacy: the exercise of control*. New York: Freeman, 1997.
- BANDURA, A. The evolution of Social Cognitive Theory. In: SMITH, K. G.; HITT, M. A. *Great minds in management*. Oxford: University Press, 2005, p. 9-35.
- BARTHOLOMEW, K. J.; NTOUMANIS, N.; CUEVAS, R.; LONSDALE, C. Job pressure and ill-health in physical education teachers: The mediating role of psychological need thwarting. *Teaching and Teacher Education*, v. 37, p. 101-7, 2014. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2013.10.006>
- BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. O processo de adoecer pelo trabalho. In: BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. (Org.). *Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.
- BOTH, J.; BORGATTO, A. F.; SONOO, C. N.; LEMOS, C. A. F.; CIAMPOLINI, V.; NASCIMENTO, J. V. D. Multiple jobholding associated with the wellbeing of physical education teachers in Southern Brazil. *Educación Física y Deporte*, v. 35, n. 1, p. 117-40, 2016. <http://doi.org/10.17533/udea.efyd.v35n1a05>
- BRASIL. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep). *Censo Escolar 2021*. 2022. Disponível em: <http://portal.inep.gov.br/web/guest/censo-escolar> Acesso em: 26/12/2022.
- CAMPOS, L. C. S. Ocorrência da síndrome de burnout em professores do município de Paulista-Pernambuco. *Revista*

- Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento, v. 7, n. 8, p. 74-85, 2019. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao/burnout-em-professores> Acesso em: 10/01/2023.
- CARDOSO, A. M.; LIRA, D. C.; DE SOUSA, T. J.; PINHO, A. M. Síndrome de Burnout e docência: uma revisão integrativa. *Revista Expressão Católica*, v. 8, n. 2, p. 7-14, 2019. <http://doi.org/10.25190/rec.v8i2.3236>
- CARLOTTO, M. S. Síndrome de burnout em professores: prevalência e fatores associados. *Psicologia: teoria e Pesquisa*, v. 27, p. 403-10, 2011. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722011000400003>
- CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Análise fatorial do Maslach Burnout Inventory (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. *Psicologia em Estudo*, v. 9, n. 3, p. 499-505, 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/sqhs5pPk4QBspW3DKXrmxnP/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 14/03/2023.
- ÇELİK, O. T.; KAHRAMAN, Ü. The relationship among teachers' general self-efficacy perceptions, job burnout and life satisfaction. *Universal Journal of Educational Research*, v. 6, n. 12, p. 2721-9, 2018. <http://doi.org/10.13189/ujer.2018.061204>
- CID-11. International Classification of Diseases 11th Revision. The global standard for diagnostic health information. Disponível em: <https://icd.who.int/en/> Acesso em: 28/12/2022.
- COSTA, M. C. S. Trabalho docente na educação básica: as condições e a jornada de trabalho na educação física na educação de jovens e adultos trabalhadores no município de Belém do Pará. *Revista Trabalho Necessário*, v. 16, n. 2, p. 138-55, 2018. <https://doi.org/10.22409/tn.16i29.p4558>
- DALLACOSTA, F. M.; ANTONELLO, I. F.; LOPES, M. H. I. Síndrome de burnout: os professores estão em perigo? *Revista Interdisciplinar de Estudos em Saúde*, p. 128-39, 2015. Disponível em https://repositorio.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/13012/2/Sindrome_de_Burnout_Os_Professores_estao_em_perigo.pdf Acesso em: 19/03/2023.
- ESTEVA, M.; LARRAZ, C.; JIMÉNEZ, F. La salud mental en los médicos de familia: efectos de la satisfacción y el estrés en el trabajo. *Revista Clínica Española*, v. 206, n. 2, p. 77-83, 2006. <https://doi.org/10.1157/13085357>
- EVANS, K. Examining the culturally responsive teaching self-efficacy of teacher candidates in Hawaii. 2017. 169f. Tese (Doutorado em Educação) - Walden University, Minneapolis, Minnesota 2017. Disponível em: <https://www.proquest.com/openview/74d6da75bb6d098caa06b0ce52f3df80/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750> Acesso em: 22/12/2022.
- FARIAS, G. O.; BATISTA, P. M. F.; GRAÇA, A.; NASCIMENTO, J. V. do Ciclos da trajetória profissional na carreira docente em educação física. *Movimento*, v. 24, n. 2, p. 441-54, 2018. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.75045>
- FAVATTO, N. C. Ciclos de vida dos professores de educação física. 2022. 222f. Tese (Doutorado em Educação Física) - Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2022. Disponível em: https://sucupira.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTrabalhoConclusao.jsf?popup=true&id_trabalho=11444433 Acesso em 29/03/2024.
- FAVATTO, N. C.; BOTH, J. Motivos para abandono e permanência na carreira docente em educação física. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v. 41, n. 2, p. 127-34, 2019. <https://doi.org/10.1016/j.rbce.2018.05.004>
- FORESTO-DEL COL, D. R.; REAL, A. C. P.; LUPATINI, I. M. Síndrome de burnout em professores do ensino fundamental de uma escola pública. *Revista Funec Científica*, v. 7, n. 9, p. 1-16, 2018. <https://doi.org/10.24980/rfcm.v7i9.3354>
- FRANCIOSI, A. P. Satisfação no trabalho e síndrome de burnout em professores de educação física da educação básica. 2020. 138f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Estadual de Londrina, Londrina. Disponível em: https://sucupira.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTrabalhoConclusao.jsf?popup=true&id_trabalho=9308321 Acesso em: 29/03/2024.
- FROTA, G. B.; TEODÓSIO, A. S. S. Profissão docente, profissão decente? Estratégias de professores frente ao sofrimento no trabalho em um ambiente de inovação pedagógica. In: XXXVI Encontro da ANPAD. *Anais... ANPAD*, Rio de Janeiro, 2012. p. 1-16. Disponível em: https://arquivo.anpad.org.br/diversos/downloads/63/2012_GPR2020.pdf Acesso em: 12/02/2024.
- GIL, A. C. *Como elaborar projetos de pesquisa*. 4.ed. São Paulo: Atlas, 2002.
- GUERREIRO, N. P.; NUNES, E. D. F. P. D. A.; GONZÁLEZ, A. D.; MESAS, A. E. Perfil sociodemográfico, condições e cargas de trabalho de professores da rede estadual de ensino de um município da região sul do Brasil. *Trabalho, Educação e Saúde*, v. 14, p. 197-217, 2016. <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00027>
- IAOCHITE, R. T. Auto-eficácia de docentes de educação física. 2007. 175f. Tese (Doutorado em Educação) - Universidade Estadual de Campinas, Campinas. Disponível em: <https://repositorio.unicamp.br/Busca/Download?codigoArquivo=458707> Acesso em: 12/02/2024.
- IAOCHITE, R. T.; AZZI, R. G.; POLYDORO, S. A. J.; WINTERSTEIN, P. J. Autoeficácia docente, satisfação e disposição para continuar na docência por professores de educação física. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v. 33, n. 4, p. 825-39, 2011. <https://doi.org/10.1590/S0101-32892011000400003>
- KOTLUK, N.; KOCAKAYA, S. Culturally relevant/responsive education: What do teachers think in Turkey? *Journal of Ethnic and Cultural Studies*, v. 5, n. 2, p. 98-117, 2018. <https://doi.org/10.29333/ejecs/123>
- KRUG, M. R.; KRUG, H. N.; GARCES, S. B. B.; NUNES, V. Síndrome de Burnout: um estudo com professores da educação básica. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, v. 25, n. 273, p. 58-70, 2021. <https://doi.org/10.46642/efd.v25i273.2181>
- LAUTERT, L. O desgaste profissional: estudo empírico com enfermeiras que trabalham em hospitais. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, v. 18, n. 2, p. 133-44, 1997. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10183/251918> Acesso em: 28/12/2022.
- LEE, Y. H. Emotional labor, teacher burnout, and turnover intention in high-school physical education teaching. *European Physical Education Review*, v. 25, n. 1, p. 236-53, 2019. <https://doi.org/10.1177/1356336X17719559>
- LIMA, R. A. D. S.; SOUZA, A. I. D.; GALINDO, R. H.; FELICIANO, K. V. D. O. Vulnerabilidade ao burnout entre médicos de hospital público do Recife. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 18, p. 1051-8, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/csc/v18n4/18.pdf> Acesso em: 07/01/2023.
- MAKHMUTOVA, R. K.; BARANOV, A. A.; OVECHKIN, V. P. Physical education specialists' mental burnout versus personality development and professional mastery rates. *Teoriya i Praktika Fizicheskoy Kultury*, 2017. Disponível em <http://www.teoriya.ru/ru/node/5938> Acesso em: 19/03/2023.
- MASLACH, C. Finding solutions to the problem of Burnout. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, v. 69, n. 2, p. 143-52, 2017. <https://doi.org/10.1037/cpb0000090>
- MASLACH, C.; LEITER, M. P. Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, v. 15, n. 2, p. 103-11, 2016. <https://doi.org/10.1002/wps.20311>
- MASLACH, C.; SUSAN, E. *Manual for Maslach Burnout Inventory*. Palo Alto: Consulting Psychologists Press, 1986.
- MONTOYA, N. P.; GLAZ, L. C.; PEREIRA, L. A.; LOTURCO, I. Prevalence of Burnout Syndrome for public schoolteachers in the Brazilian context: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 18, n. 4, e1606, 2021. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041606>
- MORAIS, L.; SOUZA, K. R.; SANTOS, G. B. Intensificação e precarização social do trabalho de professores de escola pública: um estudo exploratório na região da baixada fluminense (RJ). *Revista Trabalho Necessário*, v. 16, n. 29, p. 218-36, 2018. <https://doi.org/10.22409/tn.16i29.p4641>
- MORENO-JIMÉNEZ, B. M.; RODRÍGUEZ, R. B.; ALVAREZ, A. M.;

- CABALLERO, T. M. La evaluación del burnout. Problemas y alternativas: El CBB como evaluación de los elementos del proceso. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, v. 13, n. 2, p. 185-20, 1997. Disponível em: https://infogerontologia.com/documents/burnout/articulos_uam/validacion_cbb.pdf Acesso em: 19/03/2023.
- MOTA, B. J. B.; RAZERA, J. C. C. Dinâmica motivacional entre alunos e professores de biologia que também lecionam outra disciplina: uma análise à luz da teoria de auto-eficácia de Bandura. *Enseñanza de las Ciencias: Revista de Investigación y Experiencias Didácticas*, Numero Extra, p. 1177-82, 2017. Disponível em: <https://raco.cat/index.php/Ensenanza/article/view/335896> Acesso em 19/03/2023.
- ÖZKARA, B. An Investigation into the relationship between Turkish EFL teachers' self-efficacy and burnout level. *Journal of Family Counseling and Education*, v. 4, n. 1, p. 12-24, 2019. <https://doi.org/10.32568/jfce.504499>
- PEREIRA, E. C. C. S.; RAMOS, M. F. H.; RAMOS, E. M. L. S. Associação entre os níveis de autoeficácia e burnout em professores de educação física. *Revista Práxis Educacional*, v. 16, n. 41, p. 543-66, 2020. <https://doi.org/10.22481/praxisedu.v16i41.6520>
- PEREIRA, E. C. C. S.; RAMOS, M. F. H.; RAMOS, E. M. L. S. Síndrome de burnout e autoeficácia em professores de educação física. *Revista Brasileira de Educação*, v. 27, e270045, 2022. <https://doi.org/10.1590/s1413-24782022270045>
- POLYDORO, S.; WINTERSTEIN, P. J.; AZZI, R. G.; CARMO, A. D.; VENDITTI JUNIOR, R. Escala de auto-eficácia docente de educação física. In: MACHADO, C. (Orgs). *Avaliação psicológica: formas e contextos*. Volume 10. Porto: U.Porto, 2004. p. 330-7.
- REYES-OYOLA, F. A.; PALOMINO-DEVIA, C.; APONTE-LÓPEZ, N. W. Síndrome de quemarse por el trabajo, índice de masa corporal y otros factores asociados a la labor de los profesores de educación física colombianos. *Biomédica*, v. 39, n. 3, p. 537-46, 2019. <https://doi.org/10.7705/biomedica.4282>
- SANTANA, G. S. Síndrome de burnout e a docência no ensino básico: uma análise comparativa entre docentes de escolas públicas e privadas. 2021. 82f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade Federal do Maranhão, São Luís, 2021. Disponível em: <https://tede2.ufma.br/jspui/handle/tede/3747> Acesso em: 19/03/2023.
- SANTINI, J. Síndrome do esgotamento profissional: revisão bibliográfica. *Movimento*, v. 10, n. 1, p. 183-209, 2004. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.2832>
- SANTINI, J.; MOLINA NETO, V. A síndrome do esgotamento profissional em professores de educação física: um estudo na rede municipal de ensino de Porto Alegre. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, v. 19, n. 3, p. 209-22, 2005. <https://doi.org/10.1590/S1807-55092005000300004>
- SANTOS, A. A. dos; NASCIMENTO SOBRINHO, C. L. Revisão sistemática da prevalência da Síndrome de Burnout em professores do ensino fundamental e médio. *Revista Baiana de Saúde Pública*, v. 35, n. 2, p. 299-319, 2011. <https://doi.org/10.22278/2318-2660.2011.v35.n2.a307>
- SILVA, A. F.; DE MATOS MAIA, M. D. F.; LIMA, C. A. G., GUEDES; I. T.; PEDREIRA, K. C.; SILVA, D. A. S.; PETROSKI, E. L. Fatores que prevalecem ao esgotamento profissional em professores. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, v. 25, n. 2, p. 333-9, 2017. <https://doi.org/10.4322/0104-4931.ctoAO0822>
- SINOTT, E. C.; DA ROSA AFONSO, M.; RIBEIRO, J. A. B.; FARIAS, G. O. Síndrome de burnout: um estudo com professores de educação física. *Movimento*, v. 20, n. 2, p. 519-39, 2014. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/1153/115330607006.pdf> Acesso em: 19/03/2023.
- TAMAYO, M. R. Validação do Inventário de Burnout de Maslach. In: III Congresso Norte-Nordeste de Psicologia. *Anais...* UFPB: João Pessoa, 2003. p. 392-393.
- TAMAYO, M. R.; TRÓCCOLI, B. T. Construção e validação fatorial da Escala de Caracterização do Burnout (ECB). *Estudos de Psicologia*, v. 14, n. 3, p. 213-21, 2009. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2009000300005>
- TESTA, S.; CÂNDIDO, F. P.; VIEIRA, S. V.; BOTH, J. Saúde e estilo de vida de docentes considerando a atividade física no lazer na pandemia de Covid-19. *Educere et Educare*, v. 18, n. 45, p. 293-315, 2023. <https://doi.org/10.48075/educare.v18i45.28137>
- VIEIRA, S. V. *Preocupações dos professores de educação física*. 2022. 293f. Tese (Doutorado em Educação Física) - Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2022. Disponível em: https://sucupira.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTrabalhoConclusao.jsf?popup=true&id_trabalho=11547052 Acesso em: 29/03/2024.
- VOUSIHOPOULOS, S.; KOULI, O.; KOURTESSIS, T.; TSITSKARI, E.; TSITSKARI, D. Job satisfaction and burnout among Greek teachers and physical education teachers. A comparison in minority and public sector schools in thrace. *Annals of Applied Sport Science*, v. 7, n. 4, p. 52-60, 2019. <http://doi.org/10.29252/aassjournal.786>

✉ E-MAIL DOS AUTORES

Saulo Testa

✉ saulo.testa@ifsc.edu.br

Jorge Both

✉ jorge.both@unioeste.br