

CONTRIBUIÇÕES DO ENFERMEIRO PARA A SAÚDE DO DOCENTE UNIVERSITÁRIO EM CONTEXTOS DE ESGOTAMENTO PROFISSIONAL

NURSE'S CONTRIBUTIONS TO UNIVERSITY TEACHER HEALTH IN CONTEXTS OF PROFESSIONAL BURNOUT

Érica Motta Moreira de Souza¹

Erika Cristina da Silva²

Ricardo Henrique Lima da Silva³

Keila Neves do Carmo⁴

Fernanda Cardoso Corrêa Póvoa⁵

Wanderson Alves Ribeiro⁶

RESUMO: Introdução: O aumento da sobrecarga laboral e da pressão acadêmica tem favorecido o desenvolvimento do burnout entre docentes universitários, comprometendo a saúde mental e a qualidade de vida desses profissionais. Nesse contexto, destaca-se a importância da atuação do enfermeiro na promoção da saúde mental e na prevenção do esgotamento profissional no ambiente universitário. Objetivo: Analisar as contribuições do enfermeiro para a saúde do docente universitário em situações de esgotamento profissional. Metodologia: Trata-se de uma revisão bibliográfica de natureza descritiva, fundamentada em abordagem qualitativa. Análise e discussão dos resultados: A análise dos estudos evidenciou elevada prevalência de burnout entre docentes universitários, associada à sobrecarga laboral, pressão por produtividade, múltiplos vínculos e ausência de suporte institucional. Os principais sinais identificados incluíram exaustão emocional, ansiedade, despersonalização e baixa realização profissional, impactando negativamente a saúde e o desempenho docente. Observou-se que o enfermeiro contribui na identificação precoce do sofrimento psíquico, promoção da saúde mental e implementação de ações preventivas, educativas e assistenciais. Além disso, destacou-se a necessidade de políticas institucionais voltadas ao cuidado psicológico, reorganização das condições de trabalho e fortalecimento das redes de apoio para prevenção do burnout e promoção da saúde ocupacional. Conclusão: Conclui-se que o enfermeiro possui importante atuação na prevenção do burnout e na promoção da saúde mental de docentes universitários, contribuindo para o desenvolvimento de estratégias de cuidado, acolhimento e promoção da saúde no ambiente acadêmico.

1

Descritores: Burnout. Saúde Mental. Docentes Universitários. Enfermagem.

¹Discente do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Iguazu.

²Discente do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Iguazu.

³Discente do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Iguazu.

⁴Enfermeira. Mestre e Doutora em Enfermagem pela EEAN-UFRJ; Docente na Graduação em Enfermagem e coordenadora do curso de Pós-graduação em Enfermagem em Neonatologia e Pediatria da Universidade Iguazu (UNIG) (UNIG).

⁵Enfermeira. Mestre em Educação Em Saúde pela Universidade Federal Fluminense; Docente na Graduação em Enfermagem da Universidade Iguazu (UNIG).

⁶Enfermeiro. Mestre, Doutor com pós-doutorado pelo Programa Acadêmico em Ciências do Cuidado em Saúde pela Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa da UFF; Docente nos Cursos da Universidade Iguazu (UNIG) de Graduação em Enfermagem, Lato Sensu em Enfermagem em CTI e Emergência; Enfermagem em Neonatologia e Pediatria; Enfermagem em Obstetrícia; Fisioterapia em CTI com ênfase em Neonatologia, Pediatria e Adulto. Stricto Sensu: Mestrado Acadêmico em Vigilância em Saúde.

ABSTRACT: Introduction: The increase in workload and academic pressure has favored the development of burnout among university professors, compromising the mental health and quality of life of these professionals. In this context, the importance of the nurse's role in promoting mental health and preventing professional burnout in the university environment is highlighted. Objective: To analyze the contributions of nurses to the health of university professors in situations of professional burnout. Methodology: This is a descriptive literature review, based on a qualitative approach. Analysis and discussion of results: The analysis of the studies showed a high prevalence of burnout among university professors, associated with workload, pressure for productivity, multiple employment relationships, and lack of institutional support. The main signs identified included emotional exhaustion, anxiety, depersonalization, and low professional accomplishment, negatively impacting health and teaching performance. It was observed that nurses contribute to the early identification of psychological distress, promotion of mental health, and implementation of preventive, educational, and care actions. Furthermore, the need for institutional policies focused on psychological care, reorganization of working conditions, and strengthening of support networks for burnout prevention and occupational health promotion was highlighted. Conclusion: It is concluded that nurses play an important role in preventing burnout and promoting the mental health of university professors, contributing to the development of care, support, and health promotion strategies in the academic environment.

Descriptors: Burnout. Mental Health. University Professors. Nursing.

INTRODUÇÃO

O cenário do ensino superior tem passado por transformações significativas na última década, impondo ao docente universitário a necessidade de adaptação constante a novas tecnologias, múltiplas demandas institucionais e intensificação do ritmo de trabalho. Nesse contexto, observa-se a ampliação das responsabilidades para além do ensino, incluindo atividades administrativas, exigências de produtividade científica e disponibilidade contínua em ambientes virtuais (Oliveira, 2024).

A expansão do ensino remoto e híbrido intensificou a necessidade de domínio tecnológico e ampliou o tempo de conexão dos docentes às plataformas digitais. Esse processo alterou a dinâmica de trabalho, exigindo maior flexibilidade e disponibilidade, o que contribui para a extensão da jornada laboral para além dos espaços institucionais formais e dos limites entre vida profissional e pessoal (Silva *et al.*, 2024).

Além disso, a multiplicidade de papéis exercidos pelo docente universitário tem exigido competências que extrapolam a formação pedagógica, envolvendo gestão, pesquisa, extensão e orientação acadêmica, tal acúmulo de funções tende a gerar desgaste progressivo, especialmente quando não há suporte institucional adequado para lidar com essas demandas acumuladas (Santos *et al.*, 2025).

Essa realidade tem sido associada ao aumento do sofrimento psíquico entre docentes, configurando-se como um importante fator de risco para o adoecimento mental. Nesse cenário, destaca-se a Síndrome de Burnout, compreendida como uma resposta ao estresse ocupacional crônico, caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional (Sobral *et al.*, 2025).

A presença contínua de demandas cognitivas elevadas e pressão por resultados contribui para o esgotamento emocional e para a diminuição da satisfação profissional, esse processo, quando não identificado precocemente, pode evoluir para quadros mais complexos de adoecimento mental que comprometem a capacidade de desempenho docente (Oliveira *et al.*, 2022).

Outro fator relevante refere-se à competitividade acadêmica, frequentemente estimulada por métricas de produtividade e avaliação institucional. Esse cenário favorece a comparação constante entre pares, intensificando sentimentos de inadequação e sobrecarga que afetam diretamente o bem-estar dos professores universitários (Moraes; Luna; Melo, 2025).

Diante desse quadro, insere-se a atuação do enfermeiro como elemento estratégico na promoção da saúde do trabalhador, incluindo o docente universitário. A prática do enfermeiro, especialmente no campo da saúde do trabalhador e da atenção psicossocial, possibilita a identificação precoce de sinais de esgotamento (Cao; Hassan; Omar, 2025).

A sistematização da assistência de enfermagem permite organizar o cuidado de forma estruturada, favorecendo o acompanhamento contínuo dos trabalhadores. Essa abordagem contribui para intervenções mais precisas e adequadas às necessidades identificadas no contexto ocupacional específico do ensino superior. No âmbito da saúde do trabalhador, o enfermeiro também desenvolve ações educativas voltadas à promoção do autocuidado e à conscientização sobre os riscos psicossociais. Essas práticas favorecem o fortalecimento da autonomia e da capacidade de enfrentamento dos profissionais diante das pressões laborais (Yildirim; Yesilbas; Kantek, 2023).

Paralelamente, o modelo de gestão adotado por muitas instituições de ensino superior, frequentemente centrado em indicadores quantitativos de desempenho, intensifica a pressão sobre os docentes. Nesse contexto, o enfermeiro também atua como mediador na articulação entre trabalhadores e instituições, contribuindo para a construção de práticas de cuidado (Jahnke *et al.*, 2026),

A ausência de políticas institucionais voltadas à saúde mental dificulta a implementação de estratégias efetivas de prevenção. Dessa forma, torna-se necessário ampliar o debate sobre a responsabilidade das instituições na promoção de ambientes de trabalho mais saudáveis e

equilibrados para os docentes, com acesso a uma equipe que possa prestar os devidos cuidados, gerando oportunidade para inserção da enfermagem nesse manejo (Jahnke *et al.*, 2026).

Segundo a Organização Mundial da Saúde, o reconhecimento do Burnout como um fenômeno ocupacional reforça a necessidade de abordagens integradas para a promoção da saúde mental no trabalho (OMS, 2019). Assim, as contribuições do enfermeiro ultrapassam o cuidado individual, abrangendo ações educativas e estratégias de prevenção.

As repercussões do esgotamento profissional entre docentes não se restringem ao indivíduo, mas afetam a qualidade da educação e o funcionamento das instituições. Nesse sentido, a atuação do enfermeiro torna-se fundamental para o desenvolvimento de intervenções efetivas que promovam a saúde mental. A permanência de quadros de esgotamento pode resultar em afastamentos frequentes, redução do desempenho e prejuízos à continuidade das atividades acadêmicas. Esses impactos evidenciam a necessidade de intervenções precoces e sustentáveis para garantir o bem-estar dos profissionais do ensino superior (Alencar *et al.*, 2022).

A atuação do enfermeiro, especialmente na saúde do trabalhador, permite identificar precocemente sinais de adoecimento, além de desenvolver estratégias de cuidado que considerem tanto os aspectos individuais quanto as condições organizacionais do trabalho, contribuindo para a promoção da saúde mental e prevenção de agravo (Mendes *et al.*, 2024). Portanto, este estudo justifica-se pela necessidade de compreender o esgotamento profissional como um fenômeno que afeta diretamente a saúde do docente universitário e que demanda intervenções qualificadas no campo da enfermagem.

A relevância da pesquisa está na ampliação do olhar sobre o papel do enfermeiro na assistência à saúde do trabalhador docente, destacando sua contribuição na construção de ambientes laborais mais saudáveis. Ao abordar diagnósticos e intervenções em contextos de esgotamento profissional, o estudo favorece a implementação de práticas baseadas em evidências, fortalecendo ações de promoção da saúde, prevenção de transtornos mentais e melhoria da qualidade de vida no trabalho.

O estudo será orientado pelas seguintes questões norteadoras: “De que forma a atuação do enfermeiro contribui para a promoção da saúde do docente universitário em contextos de esgotamento profissional?” e “Quais intervenções de enfermagem são mais eficazes na prevenção e no manejo do burnout nesse grupo?”

Diante disso, estabeleceu-se como objetivo geral analisar as contribuições do enfermeiro para a saúde do docente universitário em situações de esgotamento profissional; e, como objetivos específicos, identificar os principais sinais e fatores associados ao burnout em docentes

universitários e descrever as intervenções de enfermagem voltadas à promoção da saúde mental e à prevenção de agravos nesse contexto.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão bibliográfica de natureza descritiva, fundamentada em abordagem qualitativa, cuja escolha decorre da necessidade de compreender, de forma aprofundada e interpretativa, a produção científica acerca das contribuições do enfermeiro para a saúde do docente universitário em contextos de esgotamento profissional. Nessa perspectiva, a revisão bibliográfica ultrapassa a leitura dos estudos, exigindo análise crítica e síntese do conhecimento existente, possibilitando a problematização do tema sob diferentes enfoques e a construção de inferências teóricas consistentes (Marconi; Lakatos, 2017).

Para a elaboração desta revisão, adotou-se o método de levantamento de produções científicas já publicadas, conforme proposto por Gil (2022), o que permite ampliar o olhar analítico sobre as práticas de enfermagem voltadas à saúde do trabalhador docente.

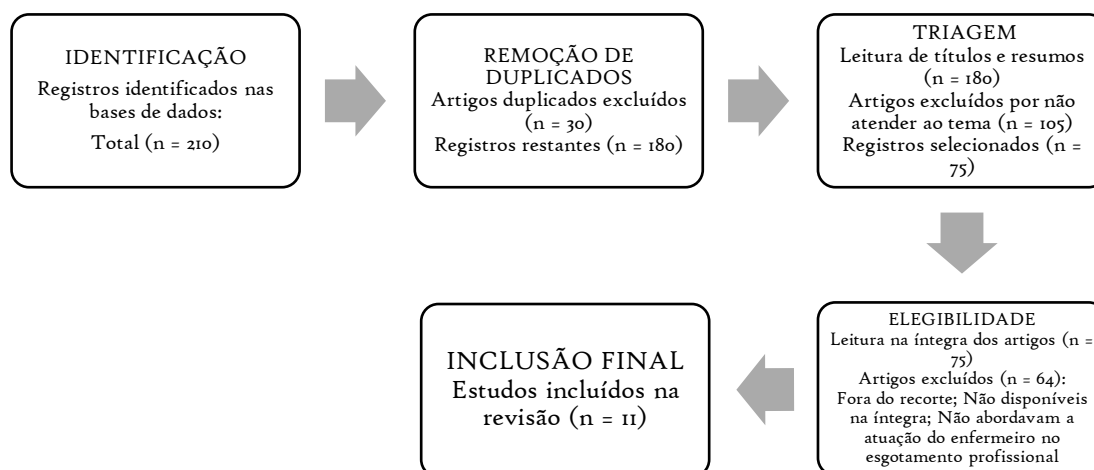
A busca foi realizada nas bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Base de Dados da Enfermagem (BDENF) e Google Acadêmico. Como critérios de inclusão, definiram-se artigos completos, publicados em língua portuguesa ou inglesa, no período de 2022 até março de 2026; como critérios de exclusão, consideraram-se estudos duplicados e produções que não abordassem a atuação do enfermeiro no contexto do esgotamento profissional.

A estratégia de busca foi estruturada a partir dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e seus correspondentes em inglês (MeSH), sendo utilizados os termos “esgotamento profissional” (burnout), “saúde do trabalhador” (occupational health), “enfermagem” (nursing) e “docente” (faculty), combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR. A equação de busca foi organizada da seguinte forma: (“esgotamento profissional” OR burnout) AND (“saúde do trabalhador” OR “occupational health”) AND (“enfermagem” OR nursing) AND (“docente” OR faculty), com o objetivo de ampliar e, ao mesmo tempo, refinar a recuperação dos estudos.

O processo de seleção dos estudos foi conduzido de forma sistemática, conforme ilustrado no fluxograma (Figura 1), iniciando-se pela identificação de 210 artigos nas bases de dados selecionadas; após a remoção de 30 duplicatas, permaneceram 180 registros para triagem por leitura de títulos e resumos, dos quais 105 foram excluídos por não atenderem ao escopo temático; em seguida, 75 artigos foram avaliados na íntegra, sendo 60 excluídos por não cumprirem os critérios de elegibilidade, especialmente quanto à pertinência à atuação do

enfermeiro e ao contexto do esgotamento profissional; ao final, 11 estudos foram incluídos na revisão, compondo o corpus de análise desta pesquisa.

Figura 1: Fluxograma das referências selecionadas. Rio de Janeiro, Brasil. 2026.



Fonte: Desenvolvido pelos autores (2026).

Ao término do processo de busca, procedeu-se à leitura dos resumos, sendo selecionados aqueles que demonstraram pertinência para fundamentar a discussão proposta; posteriormente, esses estudos foram analisados na íntegra. A partir dessa triagem inicial, foram incluídos 11 artigos que apresentaram consonância com os descritores definidos e com o objetivo da pesquisa. Com base nessa análise, foi delimitado o conjunto de referências consideradas potenciais, as quais estão sistematizadas no Quadro 1 a seguir.

Quadro 1: Levantamento estrutural dos artigos selecionados nas bases de dados da temática.

Título e Revista	Autor e ano	Objetivo	Principais conclusões
Burnout docente e a saúde educacional: a urgência de estratégias institucionais que garantam cuidado, proteção e suporte psicológico aos profissionais da educação / Aracê	Jahnkeet al., 2026	Analisar de que forma as condições institucionais de trabalho e a ausência de políticas estruturadas de cuidado contribuem para o adoecimento psíquico docente, bem como identificar estratégias institucionais capazes de promover	Os resultados indicam que o burnout docente é um fenômeno de origem estrutural, relacionado à intensificação do trabalho, fragilidade das redes de apoio e ausência de ações institucionais voltadas à saúde mental. Evidencia-se que intervenções como reorganização das condições laborais, implementação de programas de cuidado psicológico,

		proteção, suporte psicológico e saúde no contexto educacional.	fortalecimento das relações interpessoais e adoção de modelos de gestão mais humanizados são fundamentais para reduzir o adoecimento e promover um ambiente educacional mais saudável e sustentável.
Burnout docente e saúde mental: uma urgência no espaço educacional / Aracê	Santos <i>et al.</i> , 2025	Compreender os fatores que contribuem para o burnout e identificar as condições de trabalho e políticas e práticas de apoio que podem prevenir ou minimizar esse fenômeno.	Os resultados indicaram que a sobrecarga de trabalho, a falta de reconhecimento e a pressão constante são fatores determinantes para o surgimento do burnout entre os docentes. Além disso, foi identificado que o ambiente escolar, com suas condições de trabalho e apoio psicológico, tem grande influência na saúde mental dos professores. A análise concluiu que a implementação de políticas institucionais de apoio, a valorização profissional e a melhoria das condições de trabalho são estratégias fundamentais para a prevenção do burnout e a promoção do bem-estar dos docentes.
Intervenções para reduzir o burnout entre professores universitários: uma revisão sistemática da literatura / Behavioral Sciences	Cao; Hassan; Omar, 2025	Identificar e avaliar diversas intervenções implementadas para lidar com a síndrome de burnout em docentes nos últimos cinco anos	Sete intervenções distintas foram identificadas como eficazes na redução da síndrome de burnout. A intervenção mais estudada foi o apoio social, seguida por programas de treinamento. Outras intervenções que demonstraram resultados positivos incluem ambientes de trabalho favoráveis, Terapia Racional Emotiva Comportamental (TREC) e capital psicológico. Além disso, intervenções que equilibraram as condições de trabalho e vida pessoal, facilitaram as transições de ensino, ajudaram os docentes a reavaliar as principais demandas de trabalho e

			incentivaram a utilização de seus pontos fortes também demonstraram produzir resultados benéficos.
Carreira docente no ensino superior e saúde mental: uma revisão integrativa / Observatorio de la Economía Latinoamericana	Moraes; Luna; Melo, 2025	Compreender a relação entre carreira docente no ensino superior e saúde mental, a partir de uma revisão integrativa da literatura.	Os resultados indicam que a sobrecarga de trabalho, a precarização dos vínculos e a pressão por desempenho figuram como riscos recorrentes à saúde mental. Entre os fatores protetivos, destacam-se a presença de redes de apoio entre colegas, programas institucionais de autocuidado, reconhecimento profissional e autonomia com suporte. As estratégias de enfrentamento relacionadas envolvem reorganização das rotinas, delimitação entre vida pessoal e trabalho, busca por suporte emocional e participação em espaços coletivos de escuta. Observa-se que a saúde mental dos docentes está diretamente relacionada às condições de trabalho e aos sentidos atribuídos à carreira.
Saúde mental de docentes dos cursos da área da saúde: prevalência de sintomas ansiosos, fatores associados e propostas translacionais / Cognitus Interdisciplinary Journal,	Sobral <i>et al.</i> , 2025	Investigar a saúde mental de docentes dos cursos da área da saúde no Brasil, com foco na prevalência de sintomas ansiosos, e fatores associados a esses sintomas, evidenciando a necessidade de políticas institucionais e estratégias de promoção do bem-estar.	Entre os fatores associados destacam-se sobrecarga de trabalho, dupla jornada, pressão por produtividade, baixa valorização profissional e ausência de suporte institucional. A pandemia de COVID-19 intensificou esses sintomas, evidenciando a necessidade de políticas institucionais e promoção da saúde mental. Intervenções promissoras incluíram mindfulness, grupos de apoio e oficinas de autocuidado.
Síndrome de Burnout: um olhar para o esgotamento profissional do docente universitário / Revista Tópicos	Oliveira, 2024	Explorar a importância da síndrome no esgotamento profissional dos docentes, enfatizando o papel da enfermagem	A análise da literatura evidencia que a Síndrome de Burnout em docentes universitários constitui um fenômeno multifatorial, associado principalmente à sobrecarga de

		na promoção da saúde mental	trabalho, falta de reconhecimento, conflitos interpessoais e insuficiência de recursos emocionais. Observa-se que fatores protetores, como suporte social e relações interpessoais positivas no ambiente acadêmico, contribuem significativamente para a redução do estresse ocupacional. Além disso, destacam-se como estratégias eficazes as intervenções voltadas à promoção do bem-estar, ao desenvolvimento de habilidades de enfrentamento e à melhoria das condições organizacionais.
Análise dos determinantes na saúde mental de docentes universitários: uma revisão sistemática / Estudos em Ciências da Educação	Silva <i>et al.</i> , 2024	descrever os fatores predisponentes que irão impactar na saúde mental de docentes universitários no contexto laboral e social	Note-se que não há programas específicos para promoção de saúde desses trabalhadores, sendo essencial que as instituições promovam e mantenham um ambiente de trabalho saudável, no que diz respeito às estratégias pessoais, intervindo com maneiras de prevenção e promoção da saúde.
Implicações das intervenções psicoterapêuticas na prevenção e tratamento da Síndrome de Burnout: Uma revisão sistemática da eficácia e aplicabilidade clínica / Journal of Medical and Biosciences Research	Mendes <i>et al.</i> , 2024	Analisar a eficácia das intervenções psicoterapêuticas na prevenção e no tratamento da Síndrome de Burnout	Os resultados evidenciam que há uma variedade de abordagens psicoterapêuticas eficazes na redução dos sintomas de burnout, com destaque para intervenções voltadas ao manejo do estresse e ao fortalecimento de estratégias de enfrentamento. Observa-se que essas intervenções apresentam potencial significativo para aplicação clínica, contribuindo para a melhoria do bem-estar psicológico e para a diminuição do impacto do esgotamento profissional.
Interventions to reduce nurses' burnout: A systematic review and	Yildirim; Yesilbas; Kantek, 2023	Avaliar a eficácia de intervenções para reduzir a síndrome de burnout	As intervenções destinadas a reduzir a síndrome de burnout em enfermeiros foram, em sua maioria,

meta-analysis / Japan Journal of Nursing Science		em enfermeiros.	intervenções direcionadas à pessoa. A meta-análise revelou que as tentativas de reduzir a síndrome de burnout tiveram um pequeno efeito sobre a exaustão emocional e a despersonalização dos enfermeiros, e um efeito moderado sobre sua realização pessoal.
Compreendendo o adoecimento mental pelo esgotamento profissional da Síndrome de Burnout: uma revisão integrativa / Brazilian Journal of Health Review	Alencar <i>et al.</i> , 2022	Compreender o que levam ao adoecimento mental pelo síndrome de burnout são semelhantes esgotamento profissional em diversos tipos de trabalhadores, da SB em diversos grupos de trabalhadores, sem que as formas de enfrentamento de trabalhadores, são mais de ordem individuais, sem comprovação científica segura para assunto de maneira estratégias de tratamento, com sistematizada pela exceção de técnicas de relaxamento análise de estudos quando comparadas a nenhuma outra experimentais e não intervenção, de acordo com a biblioteca Cochrane de Revisões Sistemáticas e Metanálises.	De acordo com os estudos os fatores
Síndrome de burnout em docentes universitários dos cursos de saúde / Rev salud pública	Oliveira <i>et al.</i> , 2022	Avaliar a síndrome de burnout em docentes dos cursos da área de saúde	Participaram do estudo 57 docentes, a maior parte do sexo feminino (n=39; 68,4%) e com tempo de atuação profissional acima de 10 anos (n=30; 52,6%). A maioria possui outro vínculo (n=43; 75,4%) e dedica mais de 40 horas semanais ao trabalho (n=35; 61,4%). A variável lazer apresentou-se estatisticamente significativa em relação a ter ou não burnout evidenciando maior proporção de adoecimento entre os que referiram não sair a lazer. Observou-se percentuais elevados de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional revelando uma alta prevalência da síndrome de burnout entre os docentes.

Fonte: Desenvolvido pelos autores (2026).

Após a organização dos artigos no quadro sinóptico, a análise de conteúdo será realizada conforme Bardin (2011), de forma sistemática. Inicialmente, ocorrerá a pré-análise, com leitura exploratória, definição do corpus e identificação das unidades de registro e contexto. Em seguida, na etapa de exploração, os dados serão codificados e agrupados, permitindo a construção de categorias e subcategorias e a identificação de padrões, convergências e lacunas. Por fim, no tratamento dos resultados, as categorias serão interpretadas criticamente e articuladas ao referencial teórico, possibilitando uma síntese consistente e ampliada do tema.

RESULTADOS

Os resultados desta revisão revelam um panorama consistente sobre a saúde mental de docentes, especialmente no contexto do burnout, evidenciando que o adoecimento psíquico desses profissionais está profundamente relacionado às condições institucionais de trabalho, à intensificação das demandas acadêmicas e à insuficiência de estratégias organizacionais voltadas ao cuidado. A análise dos 11 estudos selecionados, publicados entre 2022 e 2026, permitiu identificar que a produção científica sobre burnout docente tem avançado significativamente, sobretudo em razão da crescente preocupação com o impacto das exigências laborais sobre o bem-estar psicológico dos profissionais da educação. De forma ampla, os estudos convergem com o objetivo deste artigo ao demonstrarem que compreender os fatores associados ao esgotamento profissional e discutir estratégias de prevenção constitui etapa fundamental para promoção de ambientes educacionais mais saudáveis, sustentáveis e humanizados.

A distribuição temporal das publicações evidencia maior concentração nos anos de 2025, com quatro estudos, representando aproximadamente 36,4% da amostra, seguido por 2024 e 2022, com três e dois estudos, respectivamente, enquanto 2026 apresentou um estudo e 2023 também contou com uma publicação. Esse predomínio recente reflete o fortalecimento das discussões sobre saúde mental ocupacional no ambiente educacional, especialmente após transformações intensificadas por crises sanitárias, sobrecarga digital, reestruturações institucionais e aumento da pressão por produtividade. Tal crescimento reforça que o burnout docente deixou de ser compreendido apenas como problema individual e passou a ser discutido como fenômeno estrutural, vinculado diretamente às dinâmicas organizacionais e políticas institucionais.

No que se refere às abordagens metodológicas, houve predominância expressiva de revisões sistemáticas, integrativas e narrativas, correspondendo à maior parte dos estudos

incluídos. Esse dado demonstra que a literatura atual está fortemente direcionada à consolidação das evidências existentes, buscando mapear fatores predisponentes, impactos psicossociais e estratégias interventivas. Ainda que essa predominância fortaleça o embasamento teórico, também sinaliza a necessidade de maior investimento em pesquisas empíricas, longitudinais e intervencionais que permitam compreender, de forma prática, os efeitos das políticas institucionais sobre a saúde mental docente em diferentes realidades educacionais.

Em relação aos níveis de evidência, observa-se prevalência de estudos de nível moderado, especialmente revisões e pesquisas observacionais, o que corresponde à maior parte da produção analisada. Revisões sistemáticas recentes, entretanto, agregam maior robustez às conclusões, particularmente ao confirmarem a eficácia de intervenções como apoio social, programas psicoterapêuticos, mindfulness, fortalecimento do capital psicológico e reorganização das condições laborais. Esse cenário demonstra que, embora ainda haja necessidade de investigações mais robustas, as evidências disponíveis já permitem afirmar que estratégias institucionais e psicossociais bem estruturadas são capazes de reduzir significativamente os impactos do burnout.

Os principais resultados reforçam que fatores como sobrecarga de trabalho, pressão por desempenho, precarização dos vínculos, falta de reconhecimento profissional, jornadas extensas e ausência de suporte institucional figuram entre os elementos mais frequentemente associados ao adoecimento docente. Paralelamente, aspectos protetivos como redes de apoio, gestão humanizada, valorização profissional, autonomia com suporte e programas de cuidado psicológico aparecem de forma recorrente como medidas eficazes na prevenção e redução do esgotamento. Essa relação fortalece diretamente a proposta deste artigo, ao evidenciar que a promoção da saúde mental docente exige intervenções que ultrapassem ações individuais e alcancem transformações estruturais no ambiente institucional.

Outro aspecto relevante identificado nos estudos refere-se à compreensão do burnout como fenômeno multifatorial, que não se restringe ao excesso de trabalho, mas envolve dimensões emocionais, sociais e organizacionais complexas. As pesquisas analisadas destacam que estratégias exclusivamente individuais apresentam efeitos limitados quando não acompanhadas de mudanças institucionais significativas. Dessa maneira, torna-se evidente que ações preventivas mais eficazes dependem da integração entre suporte psicológico, melhoria das relações interpessoais, reorganização das demandas profissionais e políticas permanentes de cuidado ocupacional.

No contexto das intervenções, os estudos apontam que programas voltados ao apoio social, treinamentos específicos, psicoterapia, mindfulness, oficinas de autocuidado e

fortalecimento de habilidades de enfrentamento demonstram impactos positivos relevantes na redução dos sintomas de burnout. Essas estratégias, embora variem em aplicabilidade, reforçam a necessidade de uma abordagem multidimensional, na qual o cuidado com a saúde mental docente seja tratado como prioridade institucional. Tal perspectiva contribui significativamente para este estudo ao ampliar a compreensão sobre a importância de políticas públicas, programas universitários e modelos de gestão comprometidos com o bem-estar profissional.

De forma geral, os achados analisados demonstram que o burnout docente representa um importante problema de saúde ocupacional, cuja prevenção depende diretamente da articulação entre intervenções clínicas, suporte psicossocial e transformações institucionais. A literatura evidencia que ambientes educacionais saudáveis não são construídos apenas pela resiliência individual dos profissionais, mas pela implementação de políticas estruturadas que promovam proteção, acolhimento e valorização contínua. Assim, os estudos selecionados oferecem base científica sólida para sustentar a relevância deste artigo, permitindo aprofundar a discussão sobre os desafios contemporâneos da saúde mental docente e a urgência de estratégias institucionais efetivas para preservação do bem-estar no espaço educacional.

DISCUSSÃO

Categoria 1 – burnout em docentes universitários: principais sinais, manifestações e fatores associados ao esgotamento profissional

13

O aumento dos casos de sofrimento psíquico entre docentes universitários tem despertado preocupação crescente no cenário acadêmico, sobretudo diante da intensificação das exigências institucionais e da constante pressão por produtividade. Nesse contexto, a síndrome de burnout tem se consolidado como um importante agravo relacionado ao trabalho docente, repercutindo diretamente na saúde mental e na qualidade de vida desses profissionais. Jahnke *et al.* (2026) destacam que o burnout docente possui origem estrutural, sendo fortemente influenciado pela ausência de políticas institucionais de cuidado e pela fragilidade das redes de apoio no ambiente universitário. Santos *et al.* (2025) reforçam que a organização do trabalho e a insuficiência de suporte psicológico contribuem significativamente para o adoecimento mental dos professores.

As manifestações do burnout entre docentes universitários abrangem sinais físicos, emocionais e psicossociais que comprometem o funcionamento global do indivíduo. Entre os principais sintomas observados na literatura destacam-se exaustão emocional, ansiedade, irritabilidade, fadiga persistente, sentimentos de incapacidade, despersonalização e redução da realização profissional. Oliveira *et al.* (2022) identificaram elevados índices dessas

manifestações em docentes da área da saúde, evidenciando alta prevalência da síndrome entre profissionais submetidos a jornadas superiores a 40 horas semanais e múltiplos vínculos empregatícios. Sobral *et al.* (2025) também observaram importante prevalência de sintomas ansiosos relacionados à sobrecarga de trabalho, à dupla jornada e à baixa valorização profissional, demonstrando que o adoecimento docente ultrapassa o campo emocional e alcança dimensões físicas e sociais.

Os fatores associados ao esgotamento profissional docente demonstram estreita relação com as condições laborais presentes no ensino superior contemporâneo. A pressão constante por desempenho acadêmico, produção científica, cumprimento de metas institucionais e adaptação às transformações educacionais tem intensificado o desgaste psicológico dos professores universitários. Moraes, Luna e Melo (2025) apontam que a precarização dos vínculos de trabalho e a pressão por produtividade figuram entre os principais fatores de risco à saúde mental docente. Em consonância, Silva *et al.* (2024) evidenciam que a ausência de programas específicos de promoção da saúde para esses trabalhadores favorece o agravamento do sofrimento psíquico, tornando o ambiente universitário um espaço potencialmente adoecedor quando não existem estratégias efetivas de prevenção e suporte institucional.

Além das demandas laborais excessivas, os aspectos organizacionais e interpessoais exercem forte influência no agravamento do burnout entre docentes universitários. Relações profissionais fragilizadas, ausência de reconhecimento institucional, conflitos interpessoais e modelos de gestão pouco humanizados contribuem para sentimentos de desmotivação e isolamento emocional. Oliveira (2024) destaca que a insuficiência de recursos emocionais e o enfraquecimento do suporte social favorecem o aumento do estresse ocupacional, enquanto Jahnke *et al.* (2026) enfatizam que instituições incapazes de promover acolhimento psicológico e relações interpessoais saudáveis ampliam significativamente os riscos de adoecimento mental. Dessa forma, percebe-se que o burnout não decorre exclusivamente de características individuais, mas também das estruturas organizacionais e das dinâmicas institucionais às quais os docentes estão submetidos.

Os impactos decorrentes da síndrome de burnout comprometem múltiplas dimensões da vida do docente universitário, afetando não apenas seu desempenho profissional, mas também suas relações sociais, familiares e sua saúde global. A exaustão contínua interfere na capacidade de concentração, no envolvimento com as atividades acadêmicas e na qualidade do ensino ofertado aos estudantes. Oliveira *et al.* (2022) observaram associação significativa entre ausência de lazer e maior ocorrência de burnout, indicando que o desequilíbrio entre vida pessoal e profissional potencializa o adoecimento. Nesse mesmo sentido, Cao, Hassan e Omar

(2025) ressaltam que intervenções voltadas ao equilíbrio entre trabalho e vida pessoal, fortalecimento do apoio social e reorganização das condições laborais apresentam resultados positivos na redução do esgotamento docente e na promoção do bem-estar psicológico.

Mendes *et al.* (2024) demonstram que intervenções psicoterapêuticas relacionadas ao manejo do estresse e ao fortalecimento das estratégias de enfrentamento apresentam eficácia significativa na redução dos sintomas de burnout. Paralelamente, Sobral *et al.* (2025) destacam práticas como mindfulness, grupos de apoio e oficinas de autocuidado como medidas promissoras para promoção do bem-estar docente. Assim, compreende-se que o enfrentamento do esgotamento profissional exige ações contínuas de cuidado, acolhimento e prevenção, capazes de transformar o ambiente universitário em um espaço mais saudável, humanizado e favorável à manutenção da saúde mental dos docentes.

Categoria 2 – contribuições da enfermagem na promoção da saúde mental de docentes universitários e prevenção do burnout

A atuação do enfermeiro na promoção da saúde mental de docentes universitários tem se mostrado fundamental diante do crescimento dos casos de esgotamento profissional no ambiente acadêmico. Considerando que o burnout apresenta manifestações progressivas e multifatoriais, a identificação precoce de sinais de sofrimento psíquico constitui uma importante estratégia preventiva no contexto da saúde ocupacional. Oliveira (2024) destaca que o enfermeiro possui participação relevante na observação de alterações emocionais, físicas e comportamentais associadas ao adoecimento mental docente, permitindo intervenções antecipadas voltadas à redução dos impactos do estresse ocupacional. Sintomas como exaustão emocional, ansiedade, irritabilidade e isolamento social devem ser reconhecidos como indicadores importantes para o acompanhamento contínuo desses profissionais.

As estratégias desenvolvidas pelo enfermeiro para promoção da saúde mental envolvem ações educativas, acolhimento e fortalecimento das relações de cuidado dentro das instituições de ensino. Sobral *et al.* (2025) evidenciam que práticas como grupos de apoio, oficinas de autocuidado e intervenções voltadas ao mindfulness apresentam resultados positivos na redução do sofrimento emocional entre docentes. Dessa forma, o enfermeiro pode atuar na construção de espaços de escuta qualificada e acolhimento humanizado, favorecendo o compartilhamento das dificuldades vivenciadas pelos professores universitários, além disso, a educação em saúde contribui para ampliar o conhecimento sobre burnout, seus fatores desencadeantes e estratégias de prevenção, fortalecendo a autonomia dos docentes no reconhecimento dos próprios limites físicos e emocionais.

Outro aspecto importante refere-se à implementação de programas preventivos e ações psicoeducativas no ambiente institucional. Jahnke *et al.* (2026) e Santos *et al.* (2025) ressaltam que a ausência de políticas estruturadas de cuidado psicológico favorece o agravamento do adoecimento docente, evidenciando a necessidade de medidas permanentes de promoção da saúde mental. Nesse cenário, o enfermeiro pode contribuir para o planejamento e execução de programas institucionais direcionados à prevenção do burnout, articulando ações de vigilância em saúde, acompanhamento psicossocial e fortalecimento das redes de apoio no ambiente universitário. Tais iniciativas possibilitam maior aproximação entre os trabalhadores e os serviços de cuidado, favorecendo intervenções mais precoces e efetivas.

As intervenções voltadas à redução dos fatores estressores também integram as contribuições do enfermeiro na assistência à saúde mental docente. Cao, Hassan e Omar (2025) apontam que estratégias relacionadas ao fortalecimento do apoio social, reorganização das condições de trabalho e equilíbrio entre vida pessoal e profissional apresentam resultados significativos na redução do burnout.

Nesse sentido, o enfermeiro pode desenvolver ações voltadas ao fortalecimento das estratégias de enfrentamento, incentivo ao autocuidado e promoção de hábitos saudáveis, estimulando práticas que favoreçam a saúde emocional e a redução do desgaste ocupacional. Mendes *et al.* (2024) acrescentam que intervenções relacionadas ao manejo do estresse e ao desenvolvimento de habilidades de enfrentamento apresentam importante eficácia na diminuição dos sintomas associados ao esgotamento profissional.

A integração multiprofissional também é essencial na promoção da saúde mental de docentes universitários. O cuidado ao sofrimento psíquico exige atuação articulada entre diferentes áreas, permitindo abordagem ampliada das necessidades emocionais, sociais e ocupacionais desses trabalhadores. Yildirim, Yesilbas e Kantek (2023) demonstram que intervenções direcionadas ao fortalecimento da realização pessoal e redução da exaustão emocional produzem efeitos positivos sobre o bem-estar dos trabalhadores, especialmente quando realizadas de forma contínua e integrada. Assim, o enfermeiro, inserido em equipes multiprofissionais de saúde ocupacional, pode colaborar na elaboração de protocolos assistenciais, ações preventivas e estratégias institucionais voltadas à promoção da qualidade de vida no ambiente acadêmico.

Além da assistência direta, a enfermagem contribui para a construção de ambientes universitários mais saudáveis e humanizados, favorecendo relações institucionais mais acolhedoras e menos adoecedoras. Moraes, Luna e Melo (2025) evidenciam que fatores como reconhecimento profissional, suporte institucional e espaços coletivos de escuta funcionam

como importantes elementos protetivos à saúde mental docente. Nesse contexto, o enfermeiro pode atuar como mediador de práticas de cuidado que valorizem o diálogo, o suporte emocional e a promoção de vínculos interpessoais mais saudáveis dentro das universidades. Essa atuação fortalece não apenas a prevenção do burnout, mas também a construção de uma cultura institucional voltada ao cuidado integral do trabalhador docente.

Dessa maneira, o fortalecimento da assistência integral à saúde mental docente configura-se como estratégia indispensável para prevenção do burnout e promoção da saúde no ensino superior. Alencar *et al.* (2022) ressaltam que muitas formas de enfrentamento do esgotamento profissional permanecem centradas no indivíduo, evidenciando a necessidade de intervenções institucionais mais amplas e sistematizadas.

O enfermeiro assume a função de articulação das ações preventivas, educativas e assistenciais capazes de reduzir o sofrimento psíquico e promover melhores condições de trabalho, portanto, investir na atuação da enfermagem no contexto universitário representa importante medida para consolidação de ambientes acadêmicos mais saudáveis, preventivos e comprometidos com a saúde mental dos docentes (Mendes *et al.*, 2024).

Categoria 3 – estratégias institucionais, políticas de cuidado e fortalecimento da saúde ocupacional no contexto universitário

17

O ambiente universitário contemporâneo tem sido marcado por intensificação das demandas laborais, pressão por produtividade e fragilidade das relações de apoio, fatores que favorecem o desenvolvimento do burnout e outros agravos emocionais. Jahnke *et al.* (2026) destacam que o adoecimento docente possui forte relação com falhas estruturais das instituições, especialmente diante da ausência de políticas organizadas de cuidado psicológico e proteção à saúde ocupacional. Dessa forma, torna-se indispensável que as instituições de ensino superior assumam compromisso efetivo com a implementação de ações permanentes de promoção da saúde mental e prevenção do esgotamento profissional.

A implementação de programas estruturados de suporte psicológico e acompanhamento ocupacional constitui importante estratégia para enfrentamento do burnout entre docentes universitários. Santos *et al.* (2025) ressaltam que políticas institucionais de apoio e melhoria das condições de trabalho apresentam impacto significativo na prevenção do adoecimento mental, favorecendo ambientes mais saudáveis e acolhedores.

Nesse sentido, programas de acompanhamento psicológico, escuta especializada, monitoramento do sofrimento ocupacional e intervenções preventivas podem contribuir para identificação precoce de sinais de exaustão emocional e sofrimento psíquico. Sobral *et al.* (2025)

reforçam que práticas como grupos de apoio, oficinas de autocuidado e estratégias de mindfulness demonstram resultados positivos na promoção do bem-estar docente, sobretudo quando incorporadas às políticas institucionais de saúde ocupacional.

A reorganização das condições laborais também se apresenta como medida essencial para redução dos fatores associados ao burnout. Moraes, Luna e Melo (2025) evidenciam que a precarização dos vínculos de trabalho, a sobrecarga ocupacional e a pressão constante por desempenho comprometem diretamente a saúde mental dos docentes universitários. De maneira semelhante, Oliveira *et al.* (2022) identificaram elevada prevalência de burnout entre profissionais submetidos a longas jornadas de trabalho e múltiplos vínculos empregatícios, assim, estratégias relacionadas à redistribuição das demandas acadêmicas, limitação da sobrecarga laboral, valorização profissional e fortalecimento das condições de trabalho tornam-se indispensáveis para construção de ambientes laborais mais equilibrados e sustentáveis.

Outro aspecto relevante refere-se à necessidade de formação continuada de gestores, profissionais de saúde e equipes institucionais para enfrentamento do sofrimento psíquico docente. O reconhecimento dos sinais de adoecimento mental e a adoção de práticas organizacionais mais humanizadas exigem preparo técnico e sensibilidade institucional. Oliveira (2024) destaca que relações interpessoais positivas e suporte social contribuem significativamente para redução do estresse ocupacional, reforçando a importância de lideranças capacitadas para promoção de ambientes de trabalho mais acolhedores. Nesse contexto, ações educativas voltadas à saúde mental e à prevenção do burnout podem favorecer maior conscientização institucional acerca dos impactos do adoecimento ocupacional sobre a vida e o desempenho dos docentes.

O fortalecimento das redes de apoio e dos espaços coletivos de escuta representa outra estratégia importante para promoção da saúde ocupacional no ensino superior. Jahnke *et al.* (2026) ressaltam que a fragilidade das relações de suporte contribui para intensificação do sofrimento psíquico, enquanto Moraes, Luna e Melo (2025) apontam os espaços de acolhimento e convivência como fatores protetivos relevantes para saúde mental docente. Assim, práticas institucionais que favoreçam o diálogo, o compartilhamento de experiências e o apoio emocional entre colegas podem reduzir sentimentos de isolamento e despersonalização frequentemente associados ao burnout. Essas iniciativas fortalecem o cuidado coletivo e contribuem para construção de vínculos interpessoais mais saudáveis no ambiente universitário.

As instituições de ensino superior possuem importante responsabilidade na construção de ambientes laborais mais seguros, saudáveis e sustentáveis. O enfrentamento do burnout

docente exige atuação institucional contínua, capaz de integrar políticas de cuidado, valorização profissional e promoção da qualidade de vida no trabalho. Silva *et al.* (2024) ressaltam que a ausência de programas específicos de promoção da saúde favorece a manutenção de ambientes potencialmente adoecedores, demonstrando a necessidade de investimentos permanentes em ações preventivas e assistenciais. Nesse sentido, a promoção da saúde ocupacional deve ultrapassar medidas pontuais, consolidando-se como eixo estratégico das políticas institucionais universitárias.

Mendes *et al.* (2024) evidenciam que intervenções psicoterapêuticas e estratégias de enfrentamento do estresse apresentam eficácia significativa na redução dos sintomas de burnout, reforçando a importância de práticas baseadas em evidências científicas. Paralelamente, Alencar *et al.* (2022) destacam que muitas estratégias de enfrentamento ainda permanecem centradas exclusivamente no indivíduo, demonstrando fragilidade das políticas institucionais de cuidado coletivo. Assim, a consolidação de ambientes acadêmicos mais humanizados depende do fortalecimento de ações integradas de prevenção, assistência e valorização profissional, capazes de promover proteção efetiva à saúde mental dos docentes universitários.

CONCLUSÃO

19

O presente estudo teve como foco analisar as contribuições do enfermeiro para a saúde do docente universitário em situações de esgotamento profissional, buscando compreender, de forma aprofundada, a atuação deste p na identificação de riscos e na promoção de cuidados, destacando a relevância científica e social de tal temática para a saúde coletiva e a prática assistencial. A análise desenvolvida revela-se fundamental para a enfermagem, pois oferece subsídios para a construção de estratégias que protejam a integridade mental dos educadores, um grupo historicamente vulnerável às pressões do ambiente acadêmico.

Os principais achados da revisão indicam que o burnout em docentes manifesta-se predominantemente por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional, impulsionados por fatores estruturais como sobrecarga de trabalho, precarização de vínculos e falta de reconhecimento. As evidências apontam que as intervenções de enfermagem, quando direcionadas à educação em saúde, ao acolhimento e à implementação de programas preventivos, demonstram eficácia na redução desses sintomas. A atuação do enfermeiro mostrou-se capaz de integrar ações individuais de autocuidado com mudanças organizacionais, respondendo positivamente aos objetivos específicos de identificar sinais e descrever estratégias de prevenção.

A enfermagem configura-se como eixo estratégico na promoção da saúde mental docente, possuindo competência técnica para liderar a identificação precoce de agravos e a articulação de redes de apoio. A aplicabilidade prática dessas evidências sugere a necessidade de incorporar protocolos de cuidado específicos nos serviços de saúde ocupacional das universidades, valorizando a escuta qualificada e a humanização do atendimento. O fortalecimento do papel do enfermeiro nesse contexto é indispensável para transformar o ambiente acadêmico em um espaço mais seguro, sustentável e propício ao bem-estar dos profissionais da educação.

Apesar dos avanços identificados, a literatura analisada apresenta limitações, como a predominância de estudos transversais e a escassez de pesquisas longitudinais que avaliem a efetividade das intervenções a longo prazo. Existem lacunas significativas quanto à padronização de protocolos de enfermagem específicos para o contexto universitário e à insuficiência de dados sobre a viabilidade econômica de programas estruturados de saúde mental. Há, portanto, uma necessidade urgente de novos estudos empíricos e de maior investimento institucional para superar as fragilidades metodológicas e consolidar práticas baseadas em evidências robustas.

A consolidação de um ambiente universitário saudável depende da integração entre conhecimento científico, prática profissional qualificada e políticas públicas estruturadas. A ciência e a assistência em enfermagem possuem potencial transformador para reverter o quadro de adoecimento docente, desde que haja compromisso com abordagens humanizadas e integrais. O futuro da saúde ocupacional no ensino superior exige que a prevenção do burnout seja tratada como prioridade estratégica, garantindo que o cuidado com quem ensina seja tão valorizado quanto a missão de educar.

REFERÊNCIAS

ALENCAR, B. E. R.; GOMES, R. C. N. T.; FERRO, I. T.; VIANA, A. B.; GRANGEIRO, G. R.; PEREIRA, C. T. F.; MAIA, G. M. C. Compreendendo o adoecimento mental pelo esgotamento profissional da Síndrome de Burnout: uma revisão integrativa Understanding Burnout Syndrome mental illness: an integrative. **Brazilian Journal of Health Review**, Juazeiro do Norte, v. 5, n. 1, p. 2642-2658, 2022. Disponível em: <https://www.academia.edu/download/90079639/pdf.pdf> Acesso em: 27 abr. 2026.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.

CAO, B.; HASSAN, N. C.; OMAR, M. K. Intervenções para reduzir o burnout entre professores universitários: uma revisão sistemática da literatura. **Behavioral Sciences** Selangor, v. 15, n. 5, p. 649, 2025. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2076-328X/15/5/649> Acesso em: 22 abr. 2026.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2022.

JAHNKE, J. F.; TRRES, A. C. A. V.; BEZERRA, A. A. S.; NVES, C. R.; MEDEIROS, A. C. P.; SIGOLO, C.; SILVA, M. M. Burnout docente e a saúde educacional: a urgência de estratégias institucionais que garantam cuidado, proteção e suporte psicológico aos profissionais da educação. **Aracê**, Paraná, v. 8, n. 2, p. e12296-e12296, 2026. Disponível em: <https://periodicos.newsciencepubl.com/arace/article/view/12296> Acesso em: 25 abr. 2026.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. de A. **Fundamentos de metodologia científica**. 8. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

MENDES, L. M. C.; MENDES, L. C.; LINO, L. A.; SILVA, A. P.; ABREU, R. A. F.; LABRE, T. B. P.; PACIELLO, N. B. O.; TEIXEIRA, V. B.; OLIVEIRA, K. R.; SOUSA, L. S.; MAIA, M. E. R.; LEMES, V. M.; DUARTE, P. G. S.; SEIXAS, C. H. A. M.; OLIVEIRA, J. K. B.; CARDOSO, V. M.; SILVA, R. C.; SOARES, E. M.; NETO, C. A. S. Implicações das intervenções psicoterapêuticas na prevenção e tratamento da Síndrome de Burnout: Uma revisão sistemática da eficácia e aplicabilidade clínica. **Journal of Medical and Biosciences Research**, Gurupi, v. 1, n. 2, p. 207-215, 2024. Disponível em: <https://journalmbr.com.br/index.php/jmbr/article/view/29> Acesso em: 24 abr. 2026.

MORAES, L. A.; LUNA, I. N.; MELO, W. Carreira docente no ensino superior e saúde mental: uma revisão integrativa. **Observatorio de la Economía Latinoamericana**, Balneário Camboriú, v. 23, n. 8, p. 150, 2025. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10533078> Acesso em: 27 abr. 2026.

OLIVEIRA, A. N. Síndrome de Burnout: um olhar para o esgotamento profissional do docente universitário. **Revista Tópicos**, Rio de Janeiro, v. 2, n. 8, p. 1-14, 2024. Disponível em: <https://revistatopicos.com.br/artigos/sindrome-de-burnout-um-olhar-para-o-esgotamento-profissional-do-docente-universitario> Acesso em: 27 abr. 2026.

OLIVEIRA, H. J. P.; SILVA, V. M. P.; SILVA, R. A.; VASCONCELOS, S. C.; OLIVEIRA, M. J. G. S.; INÁCIO, A. S.; LIMA, M. D. C.; SILVA, F. P. Síndrome de burnout em docentes universitários dos cursos de saúde. **Rev salud pública**, Recife, v. 23, n. 6, p. 1-8, 2022. Disponível em: <https://www.academia.edu/download/97713072/85242.pdf> Acesso em: 27 abr. 2026.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Burn-out an occupational phenomenon: International Classification of Diseases**. Genebra: OMS, 2019. Disponível em: <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases> Acesso em: 27 abr. 2026.

SANTOS, S. M. A. V.; SOUZA, C. N.; GOMES, E.; PIRES, L. G. O.; MELO, R. E. B.; FIDÊNCIO, S. T. A.; JORGE, V. A. M. Burnout docente e saúde mental: uma urgência no espaço educacional. **Aracê**, São José dos Pinhais, v. 7, n. 6, p. 34010-34025, 2025. Disponível em: <https://periodicos.newsciencepubl.com/arace/article/view/6122> Acesso em: 23 abr. 2026.

SILVA, L. M.; SILVA, S. P. O.; LIMA, E. L.; AMORIM, B. D. M. S.; SANTOS, D. M. C.; BISPO, M. S.; FRANÇA, E. F. G. Análise dos determinantes na saúde mental de docentes universitários: uma revisão sistemática. **Studies in Education Sciences**, Caruaru, v. 5, n. 2, p. e4490-e4490, 2024. Disponível em: <https://ojs.studiespublicacoes.com.br/ojs/index.php/ses/article/view/4490> Acesso em: 24 abr. 2026.

SOBRAL, L. P. S.; BARROS, A. M. B.; PELLOSO, G. R. M. G.; SILVA JUNIOR, J. C. Saúde mental de docentes dos cursos da área da saúde: prevalência de sintomas ansiosos, fatores associados e propostas translacionais. **Cognitus Interdisciplinary Journal**, Caruaru, v. 2, n. 3, p. 784-797, 2025. Disponível em: <https://ojs.editoracognitus.com.br/index.php/revista/article/view/171> Acesso em: 24 abr. 2026.

YILDIRIM, N.; YESILBAS, H.; KANTEK, F. Interventions to reduce nurses' burnout: A systematic review and meta-analysis. **Japan Journal of Nursing Science**, [S. l.], v. 20, n. 4, p. e12542, 2023. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/jjns.12542> Acesso em: 25 abr. 2026.