

Área temática
7 GPESS Gestão de pessoas

**TRABALHO EM HOME OFFICE E A SÍNDROME BURNOUT NOS DOCENTES DA
CIDADE DE SALVADOR (BA)**

RESUMO

Nos últimos anos, o trabalho em home office vem sendo adotado por diversas instituições, possibilitando maior flexibilidade, além da redução de custos em algumas situações. O ano de 2020, esta modalidade de trabalho foi preponderante em todas as organizações ao redor do mundo, incluindo o Brasil, em virtude da condição de isolamento social imposta pela pandemia do covid-19. As instituições de ensino que não utilizavam o ensino remoto precisaram adaptar-se rapidamente. Diante desse cenário questionou-se sobre quais fatores contribuem para desencadear a síndrome de Burnout nos professores que trabalham em home office durante a pandemia? Como objetivo a pesquisa visa detectar fatores que afetam a qualidade de vida dos professores brasileiros que estão realizando o trabalho em home office durante a pandemia do Covid-19. Para tanto, foi utilizado como método de coleta de dados formulário eletrônico disponibilizado via link através do aplicativo WhatsApp para professores que estão utilizando o trabalho remoto. Como resultado da pesquisa identificou que os professores que estão executando o trabalho em home office sentem-se estressados e estão com exaustão emocional e mental, além de perceberem que estão sobrecarga de trabalho o que afeta na sua qualidade de vida e os sintomas que relatam sentir podem ser indicativos da síndrome de Burnout.

Palavras-chave: Home Office, Estresse, Síndrome de Burnout.

ABSTRACT

In recent years, work in the home office has been adopted by several institutions, allowing greater flexibility, in addition to cost reduction in some situations. In 2020, this type of work was prevalent in all associations around the world, including Brazil, due to the condition of social isolation imposed by the pandemic of the covid-19. Educational institutions that did not use remote education needed to adapt quickly. In view of this scenario, were you asked about which factors contribute to trigger the Burnout syndrome in teachers who work in the home office during a pandemic? The objective is to research factors that detect factors that affect the quality of life of Brazilian teachers who are working at home during a Covid-19 pandemic. For this purpose, an electronic form was made available as a method of data collection via a link through the whatsapp application for teachers who are using remote work. As a result, the research identified that teachers who are doing work in the home office feel stressed and are emotionally and mentally exhausted, in addition to realizing that they are overworked, which affects their quality of life and the symptoms they experience. report feeling may be indicative of Burnout syndrome.

Keywords: Home Office, Stress, Burnout Syndrome

INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, o trabalho em home office vem sendo adotado por diversas instituições, possibilitando maior flexibilidade, além da redução de custos em algumas situações. O ano de 2020, esta modalidade de trabalho foi preponderante em todas as organizações ao redor do mundo, incluindo o Brasil, em virtude da condição de isolamento social imposta pela pandemia do covid-19. As instituições de ensino que não utilizavam o ensino remoto precisaram adaptar-se rapidamente.

Uma vez instalada, a pandemia impôs regras devido a transmissibilidade do vírus, o qual segundo a Organização Pan Americana de Saúde – OPAS (2020), é transmitido através do contato direto, indireto ou próximo com pessoas infectadas através de secreções de saliva ou de gotículas respiratórias, oriundas de tosse, espirro, ou mesmo da fala.

A partir deste cenário de pandemia global, para prevenir os riscos de contaminação, o Governo suspendeu as aulas presenciais, e o Ministério da Educação (MEC) autorizou a realização de aulas remotas no ensino básico e superior em todo o país. Por consequência desta mudança, os professores precisaram adaptar-se de forma inesperada às ferramentas virtuais e adequar a sua casa para ser o ambiente de trabalho. Uma pesquisa realizada pelo Instituto Península, em março de 2020, apontou que mais de 70% dos docentes entrevistados precisaram mudar muito ou totalmente, suas rotinas profissionais e pessoais. Além disso, com essas mudanças, 53% dos docentes sentiram efeitos na saúde mental, e afirmaram estar preocupados com a própria saúde.

O estresse, depressão e ansiedade sempre estiveram presentes no trabalho de docentes, sendo a segunda categoria mais afetada por esses fatores, no Brasil. A pandemia fez a situação se agravar. Antes a carga horária de trabalho já era extensa e com a nova ordem do trabalho remoto, há professores laborando 24 horas por dia, sete dias por semana (SANTOS; SILVA; BELMONT, 2021).

A síndrome de Burnout, de acordo com Carlotto (2011) “é uma reação ao estresse excessivo relacionada ao trabalho”. Dito isso e com base nas informações expostas, questiona-se: Quais fatores podem contribuir para desencadear a síndrome de Burnout nos professores que trabalham em home office durante a pandemia? Assim, o estudo se propõe a detectar fatores que afetam a qualidade de vida dos professores brasileiros que estão realizando o trabalho em home office durante a pandemia do Covid-19.

Sendo assim este artigo versa no sentido de contribuir para aumentar o arcabouço teórico acerca do tema, diante de uma situação premente e tão recente, que é a pandemia do COVID-19, que, de acordo com a literatura, agravou ainda mais o cenário relativo à saúde mental dos profissionais de ensino.

O artigo encontra-se estruturado em seis seções, incluindo esta introdução a revisão de literatura, metodologia, análise e discussão de dados, considerações finais e referências.

2 REVISÃO DE LITERATURA

Neste tópico, serão expostos os aspectos que enfatizam os efeitos do trabalho home office na qualidade de vida dos docentes brasileiros em tempos de pandemia do Covid-19.

Trabalho em Home Office e a qualidade de vida dos docentes de Salvador em plena pandemia.

Diante do cenário atual que o mundo está enfrentando devido a Covid-19, é indispensável seguir corretamente as recomendações expostas pelo Ministério da Saúde. Dessa forma, foi adotado de forma célere o trabalho em Home Office a fim de dar continuidade as atividades sociais e econômicas.

Para vencer a pandemia, torna-se fundamental a colaboração da sociedade no enfrentamento à Covid-19. Seguindo as orientações das autoridades sanitárias, e as recomendações da OMS, que indicam o distanciamento social, a quarentena e as restrições de deslocamentos. O vírus é transmitido pelo contato direto e as atividades presenciais, incluindo aquelas relacionadas a educação, são propensas a disseminação do vírus, uma vez que dentro das escolas os alunos têm contato direto com os professores, aumentando a probabilidade de contaminação. Por conta disso, o trabalho em Home Office foi adotado para dar continuidade às atividades do ano letivo(OLIVEIRA, 2020).

Para evitar maiores prejuízos para a educação, a portaria nº 544, publicada pelo Ministério da Educação (2020), traz em seu artigo primeiro a autorização, em caráter excepcional, da substituição “das disciplinas presenciais, em cursos regularmente autorizados, por atividades letivas que utilizem recursos educacionais digitais, tecnologias de informação e comunicação ou outros meios convencionais”.

Segundo Souza et al. (2020), docentes encontram-se submetidos às novas exigências e mudanças na organização do trabalho, tais como ritmo de trabalho, sobrecargas laborais, burocracia, controle (remoto) de turma e, ainda, o tipo de gestão e ferramentas para controle e desenvolvimento do trabalho, algo que recrudescer com o advento do trabalho remoto.

O trabalho em home office pode assumir diversas designações a partir da caracterização do mesmo e do tipo de atividade executada. Pode-se constatar termos sinônimos que se aproximam da atividade, como “trabalho remoto”; “trabalho a distância”; “teletrabalho”. Destes termos entende-se como o trabalho em home-office aquele que é desempenhado fora do ambiente do escritório e dentro da residência do executor, tendo ou não a utilização de ferramentas tecnológicas (PRATT,1984; DI MARTINO;WIRTH,1990; BARUCHI,2001). Mendonça (2010) acrescenta que o trabalho em Home Office e teletrabalho têm uma diferença muito sutil entre eles, que é o uso da tecnologia pelo segundo, mas o autor ressalva que em ambos, a presença física do trabalhar é desconsiderada.

A literatura aponta que o trabalho realizado no ambiente familiar pode gerar conflito entre os membros da família quando não se tem a privacidade de um ambiente isolado, ou quando as rotinas da casa não são bem definidas. Por outro lado, para as organizações, estudos apontam que há aumento na produtividade do trabalhador e que este trabalha muito mais do que se estivesse no escritório da empresa.

Devido a cultura brasileira, o trabalho em home-office é considerado como uma atividade temporária e desqualificada, não tendo apoio e sequer reconhecimento e incentivo. Esse tipo de trabalho ainda requer negociações com a família no que tange a destinação de espaço para a sua realização (RAFALSKI; ANDRADE, 2015).

O trabalho em home office, pode trazer como vantagem a flexibilidade nos horários, redução ou fim do tempo gasto no trânsito; redução de custos; aumento da produtividade; maior praticidade no dia a dia. Como desvantagens encontrou-se os seguintes fatores: falta de socialização; má divisão do tempo; facilidade de distração; a dificuldade em estabelecer limites casa-trabalho; menor exposição profissional; e custo de manutenção em home-office (RAFALSKI; ANDRADE, 2015). Estudos apontam ainda, que o estresse também é uma das desvantagens do trabalho em home office.

A síndrome de *Burnout* e a qualidade de vida dos docentes de Salvador

Com a autorização do trabalho remoto, as redes de ensino adotaram rapidamente essa orientação, e os docentes tiveram que adaptar-se a esta mudança de forma inesperada, e mesmo assim realizar um trabalho eficaz para dar prosseguimento ao ano letivo, tendo que se familiarizar com o ambiente virtual sem ter tido as instruções necessárias ou estrutura em suas residências para realizar este trabalho. A partir disso, a sobrecarga e a pressão das atividades contribuíram para ocasionar problemas na saúde dos educadores.

A qualidade de vida é uma busca constante, principalmente para trabalhos que são considerados como estressante e está entre os primeiros da lista que geram mais doenças ocupacionais. Dito isso, Rocha e Fernandes (2008) afirmam que a “qualidade de vida é um importante aspecto a ser considerado na promoção de saúde dos professores, sobre os quais vêm sendo atribuídas diversas funções no cotidiano de suas atividades de trabalho.”

A qualidade de vida, de acordo com Pereira, Teixeira e Lopes (2013) tem a ver com a satisfação com a vida. Em sua pesquisa com professores da educação básica do ensino público de Florianópolis, eles constataram que a maioria dos professores considerava sua qualidade de vida boa ou muito boa e mais de 50% se consideravam satisfeitos com a sua saúde. Entretanto, analisando as respostas negativas, verificou-se que 7,5% estavam insatisfeitos com a qualidade de vida e 25% estavam insatisfeitos muito insatisfeitos com a saúde.

A carga horária de trabalho semanal é fator preponderante na qualidade de vida dos professores, cabendo citar que o volume de trabalho extra em casa e o pouco tempo para planejar as atividades são propulsores do aumento da fadiga prolongada (PEREIRA, TEIXEIRA, LOPES, 2013). Sendo assim,

A tendência de redução da qualidade de vida com o aumento do tempo de trabalho no magistério é uma questão preocupante e remete à necessidade de investimentos na saúde e qualidade de vida destes profissionais no decorrer de sua carreira visto que não é raro observar professores "desencantados" após alguns anos de trabalho (PEREIRA, TEIXEIRA, LOPES, 2013).

O trabalhador acometido pela síndrome de *Burnout* tem sua qualidade de vida abalada e esta síndrome tem sido vista como um caso de saúde pública conforme afirmam Batista et. al. (2010). Deste modo,

Burnout é um fenômeno psicossocial que surge como uma resposta crônica aos estressores interpessoais ocorridos na situação de trabalho, que acomete profissionais que mantêm uma relação constante e direta com outras pessoas, como professores, médicos, enfermeiros, psicólogos, assistentes sociais, policiais, bombeiros etc. (ASLACH, SCHAUFELI E LEITER, 2001 apud BATISTA et.al, 2010).

De acordo com Maslach, Schaufeli Leiter, (2001 apud CALOTTO, 2011) os aspectos que desencadeiam a síndrome de Burnout são

Exaustão Emocional, Despersonalização e Baixa Realização Profissional. A Exaustão Emocional caracteriza-se por uma falta ou carência de energia e um sentimento de esgotamento emocional, sendo sua maior causa a sobrecarga de trabalho. A Despersonalização ocorre quando o profissional passa a tratar os clientes, os colegas e a organização de forma distante e impessoal. Por fim, a Baixa Realização Profissional caracteriza-se por uma tendência do trabalhador em se autoavaliar de forma negativa, sentindo-se insatisfeito com seu desenvolvimento profissional, experimentando um declínio no sentimento de competência e na sua capacidade de interagir com as pessoas.

A síndrome de Burnout em professores é alvo de estudos desde a década de 1980 em que se verifica que o docente é a categoria de profissionais que possui maior quantidade de investigações científicas quando esse é o tema (DELGADO et. al, 1993). A baixa valorização dos professores é um dos fatores da síndrome de Burnout que é o resultado ao estresse crônico, incrementado na interação com outras pessoas” (ANDRADE, 2012).

As pressões do mundo moderno impõem ao ser humano adaptações que podem gerar o estresse, que responde como as “enormes exigências de atualização” oriundas de responsabilidades, obrigações, autocríticas, dentre outras. Todo o cenário do mundo do trabalho pode acarretar malefícios a saúde do trabalhador desencadeando doenças cardíacas, doenças emocionais, psíquicas e também mental. Deste modo, “O trabalho com a doença e o sofrimento frequentemente são causas de estresse físico e psicológico, levando o profissional ao estresse ocupacional” (ANDRADE, 2012).

3 METODOLOGIA

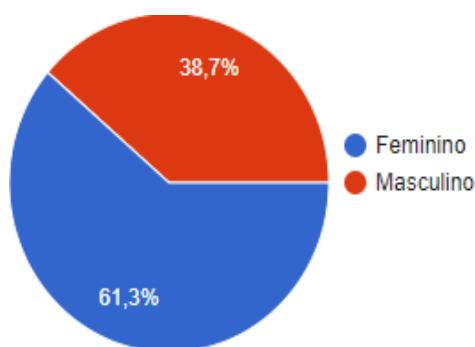
Este estudo iniciou com uma pesquisa bibliográfica ocorrida a partir da análise de teses, dissertações e artigos de periódicos e anais de eventos científicos. Para

coleta de dados, foi elaborado um questionário no *Google Forms*, composto por 19 questões abertas e fechadas, com intuito de identificar a percepção dos professores quanto ao trabalho em home office e os sintomas e fatores relacionados a síndrome de Burnout e qualidade de vida. A aplicação do questionário ocorreu por intermédio de um link disponibilizado via aplicativo Whatsapp para os educadores do ensino fundamental e superior, que estão realizando o trabalho remoto, durante os meses de abril e maio do ano de 2021, tendo retorno de 31 questionários válidos.

4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS DADOS

Na análise demográfica identificou-se que 61,3% dos respondentes foram mulheres e 38,7% homens (gráfico1) coadunando com os estudos de Pereira, Teixeira e Lopes (2013) que afirmam ser o ambiente de ensino “um espaço de trabalho com predomínio feminino”.

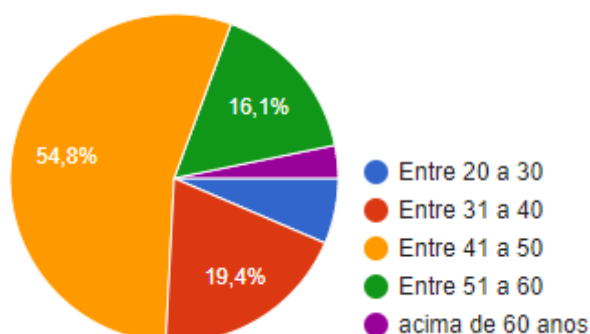
Gráfico 1: Qual sua idade?



Fonte: Elaboração própria

Quanto a idade, a maioria dos respondentes, o equivalente a 54,8%, tinha idade entre 41 e 50 anos (gráfico2). Questionou-se também se os (as) respondentes possuem filhos e se estudam, 61,3% afirmaram que possuem filhos, destes 32% estão no fundamental, 10% no ensino medio e 19% no ensino superior

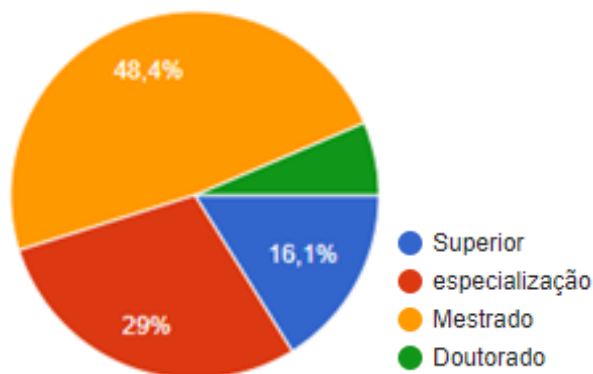
Gráfico 2: Qual sua idade?



Fonte: Elaboração própria

Em termos de nível de escolaridade 48,4% são mestres; 29% possuem especialização; 16,1% tem nível superior completo; e 6,5% são doutores (gráfico 3).

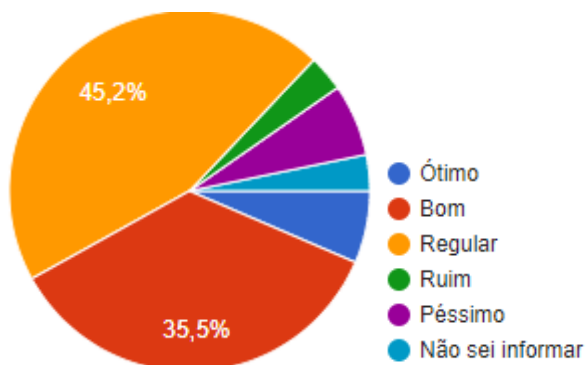
Gráfico 3: Qual seu nível de escolaridade?



Fonte: Elaboração própria

Quanto a opinião sobre o trabalho em home office, 45,2% os docentes responderam que acreditam ser regular, 6,5% opinam ser péssimo, 3,2% afirmam ser ruim, 35,5% indicam ser bom, 6,5% acreditam ser ótimo, e 3,2% não sabem informar (gráfico 4).

Gráfico 4: opinião sobre o trabalho em home office?



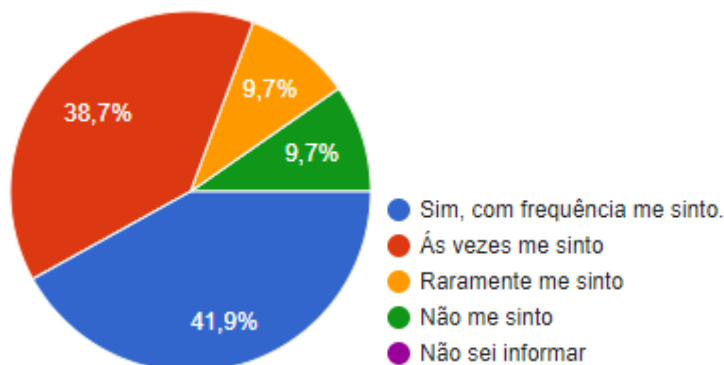
Fonte: Elaboração própria

Dos respondentes, encontrou-se que a maioria dos professores (48%) lecionam disciplinas na educação básica; 10% lecionam na educação básica e no ensino superior e 42% lecionam apenas no ensino superior. 55% dos respondentes ensinam na rede particular e 45 na rede pública. (gráfico 5).

Quanto a utilização de equipamentos perguntou-se: *você precisou adquirir um equipamento novo para lecionar as aulas?* Das respostas, identificou-se que 45,2% precisaram adquirir um novo equipamento, celular ou computador/notebook, 55% afirmaram que não precisaram adquirir um novo equipamento.

Outra pergunta foi feita no sentido de saber se durante a pandemia, enquanto trabalha em home office, se o/a docente se sente estressado fisicamente. 90% dos pesquisados responderam que sentir estresse em algum momento no trabalho em home office, sendo 41,9% afirmaram que sim, com frequência, 38,7% às vezes se sentem, 9,7% raramente e 9,7% não sentem (gráfico 6) .

Gráfico 6: Durante a pandemia, enquanto trabalha em home office, você se sente estressado fisicamente?



Fonte: Elaboração própria

Ao menos 71% dos docentes relataram sentir pelo menos dois sintomas relacionados a: Medo, Estresse, Desmotivação, Exaustão física e mental. Tendo maior índice de resposta o estresse.

Tabela 1: Durante a pandemia, ao executar sua atividade como docente, você sentiu:

	Frequência	Frequência Acumulada
Medo, Estresse, Desmotivação, Exaustão física e mental	4	13%
Estresse, Desmotivação, Exaustão física e mental	4	26%
Medo, Estresse, Exaustão física e mental	2	32%
Estresse, Exaustão física e mental	6	52%
Exaustão física e mental	6	71%
estresse	2	77%
Medo	2	84%
Nenhum	5	100%

Fonte: dados da pesquisa

Questionou-se também quais fatores acarretaram mais estresse no trabalho em home office, tendo como fator preponderante a “sobrecarga de trabalho”, que apresentou o percentual de 65% das respostas, frente aos 35% dos demais fatores como: “dupla jornada”; “trabalho por turnos ou noturnos”, “dificuldade de adaptação a nova novas tecnologias”, “péssimas condições de trabalho” e “não sentiram nenhum dos fatores”.

Em outra questão, foi perguntado aos docentes quais desses sintomas ele acreditava ter sentido no exercício da função na pandemia ao longo de 2020 e, aproximadamente 55% dos docentes relataram ter sentido: Estado de exaustão emocional e mental, Autoestima baixa, Ansiedade, Alterações no humor, Ausência de motivação. Sendo o estado de Exaustão emocional e mental, acompanhado por ansiedade os sintomas que mais apareceram.

Também se questionou dentre os fatores citados, qual/quais deles contribuem para o aumento do estresse em professores que ministram aulas remotas e ao menos 51,6% afirmaram dois dos seguintes fatores: Baixos salários e falta de reconhecimento, Acessibilidade a materiais didáticos, Falta de investimento por parte do governo, Sentimento de insatisfação, Emoções negativas, como frustração e desesperança. Houve maior preponderância para os fatores relativos a Baixos salários e falta de reconhecimento.

Perguntou-se: Qual a maior dificuldade de adaptar-se ao trabalho remoto? Para aproximadamente 45% dos professores, ao menos dos fatores listados a seguir contribuem para que sintam dificuldades, como: Falta de interação/comunicação dos alunos, conciliar os afazeres pessoal e profissional, Ausência de apoio institucional, Carência do conhecimento tecnológico. Os demais, 55%, informaram ter ao menos uma dessas dificuldades. A dificuldade mas ressaltada foi quanto a falta de comunicação ou interação com os alunos.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo objetivou detectar fatores que afetam a qualidade de vida dos professores brasileiros que estão realizando o trabalho em home office durante a pandemia do Covid-19. O objetivo da pesquisa foi atingido e identificou-se que os professores, na sua grande maioria estão estressados. Boa parte deles apresentam exaustão física, emocional e mental. Em decorrência disso sentem medo, desmotivação, autoestima baixa, ansiedade, alterações no humor, ausência de motivação, dentre outros aspectos que afetam a sua qualidade de vida.

Buscou -se responder a seguinte pergunta: quais fatores contribuem para desencadear a síndrome de Burnout nos professores que trabalham em home office durante a pandemia? Dentre os fatores que a literatura aponta apenas a exaustão emocional esteve presente nas respostas dos docentes. Requerendo, portanto, estudo mais aprofundado.

Outras observações apontam no sentido de que o trabalho em home office tem aprovação da maioria dos professores participantes da pesquisa, mas, há uma contraposição quando os mesmos afirmam o impacto negativo na qualidade de vida, principalmente o aumento do estresse gerado pela sobrecarga das atividades e a dificuldade de interação dos alunos.

O estudo também apontou que a urgência em dar continuidade a prestação dos serviços, em virtude da pandemia do Covid-19, impossibilitou que os docentes

tivessem todas as instruções necessárias para desenvolver seu trabalho, pois muitos não estavam habituados a essas novas tecnologias.

Sugere-se que as instituições de ensino realizem programas ou projetos para evitar que a síndrome de Burnout se instale em seus ambientes. É interessante que as escolas disponham de serviço de Psicologia para atender os professores de modo a desenvolver estratégias para diminuir ou indicar devidas intervenções acerca da síndrome em questão. Pode-se também, promover palestras sobre possíveis fatores de estresse relacionados ao trabalho e a possibilidade de desenvolvimento do estresse ocupacional de caráter crônico.

A limitação apresentada neste estudo se refere a ausência de produções sobre o tema, porém, o processo como o evento da pandemia do Covid-19 é recente, dificulta a produção de materiais científicos referente ao tema. O tamanho da amostra também pode ser considerado um fator limitador, visto que foram obtidas 31 respostas, o que dificultou a avaliação de forma mais abrangente o tema em questão.

REFERÊNCIAS

- ANDRADE, Patrícia S. Prazer e dor na docência: revisão bibliográfica sobre a síndrome de Burnout. *Saúde soc.* vol.21 n.1 São Paulo Jan./Mar. 2012. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902012000100013&lng=en&nrm=iso&tlng=pt. Acesso em: 29 de março 2021.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. SÍNDROME DE BURNOUT: O QUE É, QUAIS AS CAUSAS, SINTOMAS E COMO TRATAR. Brasília, DF, 2019. Disponível em: <http://antigo.saude.gov.br/saude-de-a-z/saude-mental/sindrome-de-burnout>. Acesso em: 24 de março de 2021.
- BRASIL. Ministério da Educação. Portaria n. 544 de 16 de junho de 2020. Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais, enquanto durar a situação de pandemia do novo coronavírus - Covid-19. 2020a. Disponível em: <http://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-544-de-16-de-junho-de-2020-261924872> . Acesso em: 24 de março de 2021.
- CARLOTTO, M. S.; GOBBI, M. D. Síndrome de Burnout: um problema do indivíduo ou do seu contexto de trabalho? *Aletheia, Canoas*, n. 10, p. 103-114, jul./dez. 1999
- CARLOTTO, Mary Sandra. Síndrome De Burnout Em Professores: Prevalência E Fatores Associados. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 27, n. 4, 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-3722011000400003>. Acesso em: 24 de março de 2021.
- CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. (2008). Análise Da Produção Científica Sobre A Síndrome De Burnout No Brasil. *Psico-PUCRS*, 39(2), 152-158p, 2008. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/revistapsico/article/view/1461/3035>. Acesso em: 24 de Março de 2021.
- DELGADO, A. C, et al. Revisión Teórica Del Burnout O Desgaste Profesional En Trabajadores De La Docencia. *Caesura*, 2, 47-65p, 1993. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Jose-Bernabe3/publication/337920753_Revisión_teórica_del_burnout_o_desgaste_profesional_en_trabajadores_de_la_docencia

a_1993_Caesura_2_4765/links/5df38e57a6fdcc28371db378/Revision-teorica-del-burnout-o-desgaste-profesional-en-trabajadores-de-la-docencia1993Caesura-2-47-65.pdf. Acesso em: 24 de Março de 2021.

HARRISON, B. J. (1999). Are you to burn out? Fund Raising Management, 30(3), 25-28.

INSTITUTO PENÍNSULA. Pesquisa De Sentimento E Percepção Dos Professores Brasileiros Nos Diferentes Estágios Do Corona Vírus No Brasil. São Paulo, SP, 2020. Disponível em: https://www.institutopeninsula.org.br/wp-content/uploads/2020/03/Pulso-Covid-19_-Instituto-Peni%CC%81nsula.pdf. Acesso em: 24 de Março de 2021.

LEVY, Gisele Cristine Tenorio de Machado; SOBRINHO, Francisco de Paula Nunes; SOUZA, Carlos Alberto Absalão. Síndrome de Burnout em professores da rede pública, Scielom 2011. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-65132009000300004&lng=en&nrm=iso&tlng=pt. Acesso em 04 de Maio de 2021.

OLIVEIRA, Wanderson Kleberde, et al. Como o Brasil pode deter a COVID-19 (abril 2020). Artigo especial disponível em <https://www.scielo.org/article/ress/2020.v29n2/e2020044/pt/>. Acesso realizado em 04 de maio de 2021.

PEREIRA, Érico Felden; TEXEIRA, Clarissa Stefani; ANDRADE, Rubian; LOPES, Adair da Silva. O Trabalho Docente e a Qualidade de Vida dos Professores na Educação Básicas. Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC). Florianópolis, SC. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/rsap/2014.v16n2/221-231/pt/>. Acesso em 04 de Maio de 2021.

RAFALSKI, Julia Carolina; ANDRADE, Alexsandro Luiz De. Home-office: aspectos exploratórios do trabalho a partir de casa. Temas psicol., Ribeirão Preto, v. 23, n. 2, p. 431-441, jun. 2015. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2015000200013&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 15 maio 2021. <http://dx.doi.org/10.9788/TP2015.2-14>.

SANTOS, G M R F dos; SILVA, M E da; BELMONT, B R. Covid-19: Ensino Remoto Emergencial E Saúde Mental De Docentes Universitários. Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil, v. 22, supl. 1, 2021. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-38292021000100237&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt. Acesso em: 24 de Março de 2021.