RESUMO
A docência vai muito além da saúde e do bem estar, a carga de trabalho para os profissionais são muito exaustivas levando grande dos professores, a adquirir problemas mentais. Esta doença, comumente chamada por distúrbio neurológico ou psiquiátrico e conhecido por depressão tem alcançado grande parte do corpo docente, trazendo consigo muitas preocupações com este tipo de categoria profissional. A responsabilidade inerente á profissão e a complexidade de ensinar gera um conjunto de condições materiais suficientes que causam estresse, cansaço, assim a falta de professores atuantes nos ambientes escolares desencadeia um grande quadro de ansiedade e carga física e mental. Os sintomas do esgotamento se manifestam de diversas formas: cansaço constante, irritabilidade, ansiedade, dificuldade de realizar as tarefas do trabalho e isolamento. A maioria dos especialistas enfatiza a predominância de sintomas mentais, mas geralmente é somado a manifestações psicossomáticas, como insônia, úlceras, dores de cabeça e hipertensão. Por fim, o presente artigo baseia-se na proposta de desenvolver um trabalho de prevenção à doença através dos fatores teóricos que levaram o afastamento de professores da classe, que é o por muitas vezes o ensino básico na rede municipal.

PALAVRAS-CHAVE: Transtorno mental; Depressão; Professores com distúrbio; Doenças profissionais, Burnout em docentes.

ABSTRATIC
Teaching goes far beyond health and well-being, the workload for professionals is very exhausting, leading many teachers to acquire mental problems. This disease, commonly called a neurological or psychiatric disorder and known as depression, has affected a large part of the teaching staff, bringing with it many concerns about this type of professional category. The responsibility inherent to the profession and the complexity of teaching generates a set of sufficient material conditions that cause stress and fatigue, so the lack of teachers working in school environments triggers a great deal of anxiety and physical and mental burden. The symptoms of burnout manifest themselves in different ways: constant tiredness, irritability, anxiety, difficulty carrying out work tasks and isolation. Most experts emphasize the predominance of mental symptoms, but it is usually combined with psychosomatic manifestations, such as insomnia, ulcers, headaches and hypertension. Finally, this article is based on the proposal to develop work to prevent the disease through the theoretical factors that led to the removal of teachers from the classroom, which is often basic education in the municipal network.

KEYWORDS: Mental disorder; Depression; Teachers with disorders; Occupational diseases, Burnout in teachers.

INTRODUÇÃO

A falta de estrutura no ambiente escolar, causa aos professores estafa pois alegam que o que mais lhe prejudicam são os números de alunos e a superlotação em sala de aula, que não lhes permite dar a devida atenção ficando ainda mais sobrecarregados.

Os docentes informam que por mais estudo, engajamento ou qualificação que se tenha essa quantidade de estudantes não permite desenvolver um trabalho de qualidade como assim os gostaríamos.

Para entender o conflito, basta imaginar algumas das atividades que fazem parte da rotina dos professores: aulas expositivas, preenchimento de relatórios, correção de tarefas, cálculo de notas, anotações de frequências, reuniões periódicas com diretores e famílias, e possíveis acúmulos de jornadas, com empregos em outras escolas. O esgotamento não se manifesta do dia para a noite. É um processo cumulativo que pode demorar anos ou décadas para se desenvolver completamente.

Estudos apontam uma maior incidência da síndrome em algumas profissões, como pro-

fessores, policiais, enfermeiros e médicos. São pessoas que têm de lidar com turnos seguidos e muitas responsabilidades de acordo com os estudos.

No distúrbio assim dizendo de Burnout é considerado uma modalidade de stress ocupacional, que atinge profissionais no desempenho de funções assistenciais, deixando assim de conseguir desempenhar seu papel na sala de aula, visto como um fato incapacitante e de extremo terror ao chegar próximo do local onde desempenha suas funções.

Dito isso, afirmamos ainda que, o professor vem assumindo uma gama de funções, além daquelas tradicionalmente conferidas à especificidade de seu trabalho, e o que colhem definitivamente a lacuna profissional fica vazia assim como o seu mérito não é reconhecido nem em termos de aumento salarial e nem condições de trabalho e ajuda na saúde mental.

Por fim, reforçamos que o tema abordado é de origem séria e que jamais poderá passar despercebido, entre os órgãos sejam eles de origem escolar, de saúde e demais, pois precisamos a qualquer custo zelar pela saúde dos educadores, pois sem esta categoria de grande apreço, não seriamos capazes de criar tantas outras profissões.

DESEVOLVIMENTO BURNOUT EM PROFESSORES

A Síndrome de Burnout é considerada uma modalidade de stress ocupacional, que atinge profissionais no desempenho de funções assistenciais. Gil-Monte e Peiró (1997) sustentam a necessidade de se considerar o Maslach Burnout Inventory (MBI), independentemente da sua versão, como um constructo tridimensional, a fim de preservar as características da síndrome. Conceitualmente e para efeitos de avaliação, a Síndrome de Burnout apresenta três fatores distintos: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal, de acordo : (MALAGRIS; CARLOTTO, 2002; CODO, 1999).

O importante é identificar a prevalência da Síndrome de Burnout, suas causas e as consequências desse distúrbio emocional entre professores no Brasil. Devido à intensa competição e crescente demanda no mercado de trabalho, os trabalhadores correm maior risco de vulnerabilidade, fazendo com que se sintam mais inseguros e insistentes em suas respectivas áreas de atuação.

Os estudiosos do assunto alertam que as condições atuais do magistério concentram, comprovadamente, fatores que contribuem para o stress crônico, podendo evoluir para a Síndrome de Burnout entre os professores, tendo como resultado o absenteísmo e o afastamento desses profissionais de seus postos de trabalho. Nesse cenário, as preocupações com a humanização do posto de trabalho docente começam a despertar o interesse dos ergonomistas, alguns fatos também podem ocorrer no período da doença em si, assim como:

Exaustão emocional: Os trabalhadores têm a sensação de esgotamento e de não poder dar mais de si em termos afetivos. Sentem a energia e os recursos emocionais que dispõem se exaurirem, resultado do intenso contato diário com os problemas de outras pessoas.

Despersonalização: O trabalhador desenvolve atitudes e sentimentos negativos e de cinismo em relação a clientes e usuários. Há ausência de sensibilidade, manifestada como endurecimento afetivo, "coisificação" das relações interpessoais.

Baixa realização pessoal: Redução significativa dos sentimentos de competência, relativamente à valorização pessoal que possa ser obtida por meio do trabalho cujo objeto são as pessoas.

Observou-se, ainda, o desenvolvimento incipiente de sentimentos e atitudes negativas e cínicas para com as pessoas por eles atendidas. O modo de enfrentamento mais utilizado são as estratégias focalizadas no problema, seguido pela busca de práticas religiosas/pensamento fantástico.

Os indícios de sofrimento relacionados ao trabalho característico da Síndrome de Burnout, com o empenho em buscar mecanismos que auxiliem no enfrentamento de problemas relacionados ao exercício profissional. Ao final, a pesquisadora sugere estratégias de acolhimento a esses profissionais para auxiliá-los a lidar com o sofrimento no trabalho.

Quando se trata de stress e Síndrome de Burnout, na abordagem ergonômica da atividade docente, fatores específicos devem

ser destacados e, entre eles, os seguintes:
Carga cognitiva: As tarefas cognitivas do professor se constituem em fatores relevantes na medida em que são requisitadas a todo o momento, na solução de impasses ao longo de sua jornada de trabalho.
Lesões, deficiências permanentes ou temporárias: As pesquisas revelam que os professores se queixam de dores lombares e cervicais, laringites e depressões. Esses problemas de saúde estão, provavelmente, associados direta ou indiretamente às condições de trabalho e sobrecarga a que estão expostos esses trabalhadores da Educação .
O distanciamento entre o trabalho pedagógico prescrito regras, responsabilidades e competências atribuídas ao professor e o trabalho pedagógico real a atividade de trabalho são fatores que contribuem para o stress e a Síndrome de Burnout.
Ainda que não disponha de meios para superar o impasse, o professor tenta contornar essa dissociação, sendo que, na maioria das vezes, o fato de não alcançar os objetivos pretendidos acaba por desencadear quadros de ansiedade e depressão.

OS SINTOMAS E O DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO DA BURNOUT

De acordo com o Ministério da Saúde (2021), o diagnóstico da Síndrome de Burnout é realizado por meio de uma consulta com um especialista (psicólogo ou psiquiatra) para a identificação do problema. De acordo com estudos, o paciente nem sempre consegue identificar os sintomas e por isso, não dá a devida atenção aos problemas que lhe acometem no dia a dia.
Ainda, os sintomas diferem de pessoa para pessoa, onde, alguns desenvolvem todos os sintomas e outros não, a doença se manifesta de formas diferentes, de formas intensa ou mais fraca, entre outras características.
Nos estudos de Lopes, Santos e Sá (2023) os sintomas da Burnout são divididos e observados em quatro classes, tais como, classe física, classe psíquica, classe comportamental e classe defensiva. Para que seja realizado o diagnóstico, profissionais com sintomas da Burnout devem ser submetidos ao teste MBI Maslach Burnout Inventory método utilizado com mais frequência para verificação dessa patologia por conta do seu reconhecimento empírico e acurácia de suas amostras CAMPOS et al., 2020.

METODOLOGIA

A metodologia utilizada neste artigo constitui-se em uma pesquisa de abordagem qualitativa e descritiva, fundamentado em pesquisa bibliográfica. Realizou-se sob a forma de revisão bibliográfica, sob consulta em livros e publicações em sites de publicações científicas e publicações afins. Foram elencadas e analisadas as publicações acerca do tema, a fim de compreender sobre a Síndrome de Burnout em docentes da rede pública, suas formas de prevenção, diagnóstico e tratamento.
Vários critérios para classificar os métodos de pesquisa são descritos na literatura. Quanto à sua natureza, esta é uma pesquisa de abordagem qualitativa, de acordo com Matias-Pereira (2019), seus objetivos são a observação, a descrição, a compreensão e o significado.
Em palavras simples, A Síndrome de Burnout é uma doença de trabalho que afeta a saúde mental de muitos professores da rede pública e pode ter consequências negativas para o ambiente educacional e para os próprios profissionais.
No mais, as consequências da síndrome de burnout para os professores, acomete alguns âmbitos profissionais, e mentais assim como físicos, quais sejam: No ambiente profissional: Interferência na obtenção dos objetivos pedagógicos;
Alienação, desumanização, apatia, problemas de saúde, absenteísmo e intenção de abandonar a profissão.
Risco de agressões-Professores com Burnout correm maior risco de sofrer agressões físicas.
Alguns fatores que podem levar ao Burnout em professores são:
Excesso de demandas no trabalho
Pouca valorização do profissional
Falta de atividades de descanso e lazer
Excesso de trabalho
Indisciplina em sala de aula
Salário baixo
Pressão da direção
Violência
Demanda de pais de alunos
Falta de reconhecimento de sua atividade;

Alguns sinais e sintomas da Síndrome de Burnout são:
Cansaço excessivo, físico e mental
Dor de cabeça frequente
Alterações no apetite
Insônia
Dificuldades de concentração
Sentimentos de fracasso e insegurança
Negatividade constante
Sentimentos de derrota e desesperança
Síndrome de Burnout em professores da rede pública;
Ao final do estudo, a pesquisadora confirmou a hipótese de que professores com Burnout correm risco maior de sofrer agressões físico
Impacto do burnout na saúde de professores da rede pública ...
Altos níveis de exaustão emocional e despersonalização (valores acima do percentil 75) e baixos níveis de realização profissional;
Síndrome de Burnout atinge um a cada três professores ...
28 de mai. de 2023 — "Pode ter a ver com o fato de que professores da rede pública entendem sua função como propósito, meio de mudanç...
A IA generativa é experimental.

INCAPACIDADE LABORAL (CID)
Em janeiro de 2022, o burnout foi reconhecido pela Organização Mundial da Saúde como uma doença ocupacional, ou seja, relacionada ao trabalho. Em novembro deste ano, o Ministério da Saúde incluiu esse diagnóstico no CID (Classificação Internacional de Doenças), por meio de uma resolução que incluiu outras 168.
Do ponto de vista jurídico, essa mudança é importante para garantir direitos trabalhistas às pessoas com burnout, como licença, afastamento e estabilidade, que valem sobretudo para trabalhadores em regime CLT.

CRISE E SAÚDE MENTAL
De acordo com uma estimativa do Internacional Stress Management Association no Brasil (ISMA – BR), três em cada dez brasileiros sofrem com a síndrome de Burnout.
Os números podem piorar nesse próximo ano devido ao agravamento da crise econômica. Equipes reduzidas - por causa de corte de custos - geram trabalho extra para diversos funcionários que começam a se sentir sobrecarregados.
Além disso, algumas empresas estipulam metas que não condizem com a situação econômica do país e muitos trabalhadores convivem com o risco eminente de perder o emprego.
Esse cenário é propício para que doenças como depressão, ansiedade e Síndrome de Burnout se alastrem entre a população economicamente ativa.
De acordo com dados do Ministério do Trabalho, os distúrbios mentais estão na terceira posição dos males que mais afetam trabalhadores, perdendo apenas para os traumas e lesões musculares.

O QUE É DEPRESSÃO
O Conceito de estado de depressão é mais do que sentir-se triste por alguns dias, esse transtorno mental pode ser caracterizado porque afeta o modo como um indivíduo se sente, como ele pensa, se comporta e pode desencadear diversos problemas emocionais e físicos. Podendo em casos mais avançados, gerar até sintomas de origem física, e para seu diagnóstico, devera ter o seu quadro clínico avaliado por um profissional.
Após o diagnóstico dos primeiros sintomas, podemos classificar três tipos de transtorno depressivo, por exemplo:
Na classificação leve: a depressão pode não gerar grande prejuízo ao indivíduo, podendo até não causar dificuldade em continuar um trabalho simples e de estar em atividades sociais.
Moderado: pode apresentar indícios de prostração, irritabilidade ou inércia, não sendo capaz de desempenhar, integral método de trabalho sendo necessário o acompanhamento por um profissional, e uso de medicamentos.
Estado Grave: é mais provável que não consiga desempenhar atividades sociais, de trabalho ou domésticas, podendo levá-lo a um grande quadro vegetativo e estagnado de prostração, sendo necessário o uso de medicamentos e acompanhamento clínico e afastamento de suas atividades profissionais.

O QUE É BURNOUT?
O burnout é uma síndrome psicológica relacionada ao estresse crônico no ambiente

de trabalho, resultante de uma sobrecarga emocional, física e mental. Ele ocorre quando as demandas profissionais se tornam excessivas e a pessoa não consegue lidar com elas de forma saudável. Embora o burnout tenha sido inicialmente associado ao ambiente de trabalho, também pode afetar pessoas em outras áreas da vida, como nos estudos e no cuidado de familiares.
Os principais sintomas do burnout incluem:
Esgotamento emocional: sensação constante de cansaço, tanto físico quanto mental, mesmo após períodos de descanso.
Cinismo ou distanciamento mental: a pessoa desenvolve uma atitude negativa ou indiferente em relação ao trabalho, sentindo-se desmotivada e alienada de suas responsabilidades.
Redução da eficácia profissional: dificuldade em realizar tarefas cotidianas com o mesmo nível de competência de antes, levando a uma queda na produtividade e na satisfação pessoal com o trabalho.
O burnout não é apenas o resultado de uma carga de trabalho elevada, mas também de outros fatores, como a falta de controle sobre as atividades, a ausência de reconhecimento, relações profissionais desgastantes e a falta de equilíbrio entre a vida pessoal e profissional.
É importante destacar que o burnout foi oficialmente reconhecido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como um fenômeno ocupacional, destacando a importância de tratá-lo e preveni-lo. As formas de combate ao burnout incluem buscar apoio psicológico, estabelecer limites no ambiente de trabalho, promover um estilo de vida equilibrado e aprender técnicas de gerenciamento de estresse.
A conscientização sobre o burnout é essencial para evitar que seus efeitos se intensifiquem, prejudicando a saúde e o bem-estar das pessoas.

CAUSAS DA DEPRESSÃO

A causa nem sempre é definida, e não existe uma causa única que resulte na depressão, tais fatos é resultado da interação de fatores sociais, psicológicos e biológicos, os estudos apontam que alguns eventos como trauma psicológico, luto, desemprego podem servir como gatilho para a doença.
O aparecimento sempre ocorre, aparentemente sem motivo, no entanto, há uma relação, ressalva-se que há uma relação entre a depressão e algumas outras doenças, como por exemplo: Doenças de origem, cardiovasculares, doenças que apresentam algum tipo de trauma o uso de medicamentos de forma deliberada, doenças neurológicas e outras patologias, assim como o inverso também pode acontecer.
Acreditamos também que, eventos da vida podem precipitar o humor deprimido, ou seja, os que incluem o parto, menopausa, sedentarismo, dificuldades financeiras, problemas de trabalho, a perda de um amigo ou ente querido, casamento, desastres naturais, problemas de relacionamento, traumas, problemas de família ou até mesmo falta de atenção familiar.

CAUSAS DO BURNOUT

Carga de Trabalho Excessiva: Um dos principais fatores que levam ao burnout é a sobrecarga de trabalho. Professores, por exemplo, muitas vezes enfrentam longas horas de aula, planejamento de atividades e correção de trabalhos, o que pode resultar em estresse crônico.
Falta de Suporte: A ausência de apoio institucional e de colegas pode intensificar a sensação de isolamento e sobrecarga. Quando os professores sentem que não têm com quem contar, a pressão aumenta.
Ambiente de Trabalho Tóxico: Ambientes escolares com conflitos frequentes, falta de comunicação e desrespeito podem contribuir significativamente para o burnout. Um ambiente hostil pode minar a motivação e o bem-estar.
Expectativas Irrealistas: A pressão para atender a padrões altos, tanto por parte da administração quanto de pais e alunos, pode levar os professores a se sentirem inadequados e sobrecarregados.
Falta de Controle: A sensação de não ter controle sobre o próprio trabalho, como a imposição de currículos rígidos ou a falta de autonomia na sala de aula, pode aumentar a frustração e o estresse.
Desconexão entre Valores Pessoais e Profissionais: Quando os valores pessoais de um professor não estão alinhados com as demandas da escola ou da administração, isso

pode gerar um conflito interno, levando ao desgaste emocional.
Falta de Reconhecimento: A ausência de reconhecimento e valorização do trabalho realizado pelos professores pode resultar em desmotivação e desânimo, contribuindo para o burnout.
Problemas Pessoais: Fatores externos, como problemas familiares, financeiros ou de saúde, podem se somar à pressão do trabalho e aumentar o risco de burnout.
Esses fatores interagem de maneiras complexas, e a presença de múltiplos estressores pode amplificar o risco de desenvolvimento do burnout. Compreender essas causas é essencial para implementar estratégias de prevenção e intervenção que promovam a saúde mental e o bem-estar dos profissionais da educação.

A IDADE DO PROFESSOR E A FORMAÇÃO INADEQUADA OU INSUFICIENTE

Por vezes, a idade do professor, somada à sua pouca experiência profissional e à formação inadequada para o atendimento das demandas na atualidade, se transforma em fator que começa a ser observado e registrado pelos pesquisadores. Um dos mais recentes resultados de pesquisa refere-se à idade do professor como elemento determinante para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout.

DOENÇAS NÃO PSIQUIÁTRICAS

As doenças não psiquiátricas , podem muitas vezes gerar um humor deprimido, podendo ser o resultado de uma série de doenças infecciosas, condições neurológicas e problemas fisiológicos, incluindo hipoandrogenismo, doença de Addison, doença de Lyme, esclerose múltipla, dor crónica, acidente vascular cerebral, diabetes, câncer, apneia do sono e ritmo circadiano perturbado.
Podemos ter uma base, da doença de hipotireoidismo, que consiste na diminuição da atividade da glândula tireoide, levando a prostração que se parece com depressão mas é somente estafa, portanto é de extrema importância se ter um acompanhamento médico pois algumas doenças, mais graves de origem não psiquiátrica pode estar presente sem que o mesmo o individuo saiba de sua origem.

SÍNDROMES PSIQUIÁTRICAS

Neste tema há uma gama de síndromes, um número significativo, que apresentam o humor deprimido como sintoma principal. Eles são considerados como perturbações primárias do humor, incluem o transtorno depressivo maior, onde uma pessoa tem pelo menos duas semanas de humor deprimido ou perda de interesse em quase todas as atividades. Estado de humor deprimido crônico ou destemia, cujos sintomas não atendam à gravidade de um episódio depressivo em uma grande escala de tempo.
O Transtorno bipolar, é um dos episódios que apresentam corriqueiramente em primeiro diagnóstico, os níveis elevados de emoções cognição e energia, mas também envolvendo um ou mais episódios depressivos, portanto estes episódios depressivos segue um padrão. Transtorno depressivo maior, quando assim podemos descrever um transtorno afetivo damos a ele esta classificação.
Além dos transtornos do humor, podemos mencionar outros tantos tipos de transtornos aos quais aparece como uma resposta psicológica a um evento estressante identificável ou em que os sintomas emocionais ou comportamentais resultantes são significativos, mas não satisfazem os critérios para um episódio depressivo maior, como também estresse pós-traumático é um distúrbio de ansiedade pós-trauma, comumente acompanhado por humor deprimido.

TRATAMENTO DA DEPRESSÃO

Podemos relacionar citados anteriormente, como quadro de Humor deprimido pode não necessariamente podendo exigir tratamento profissional. Ocorre que, estes diagnósticos precoce podem levar a grandes quadros graves e até ao suicídio em alguns casos.
No entanto, se conduzida a um diagnóstico de uma condição médica ou psiquiátrica por um terapeuta ou médico, cujo tratamento pode ser benéfico, obtêm diferentes subdivisões de depressão têm diferentes abordagens de tratamento, e podem resultar numa grande crescente e evolutiva melhora do quadro clínico.
O tratamento contra a depressão, acima de tudo, pode ser ainda mais eficaz contando

ainda com a ajuda familiar, por fim, a única maneira de saber se os resultados são positivos, é após o início do tratamento, feito junto a um profissional, observando se o estado do paciente muda e retorna como anteriormente era sua vida.

O QUE A INSTITUIÇÃO PODE FAZER.

Citamos a instituição escolar quando falamos sobre o ambiente escolar, a preocupação com a saúde mental dos professores é um fato indispensável e fundamental, que Sá antigo, cabe aos gestores e coordenadores, adquirir novas estratégias para tornar o ambiente escolar saudável para seus colaboradores. Muito embora, haja muitas discussões em como torná-lo mais agradável e convidativo para manter os alunos engajados na busca por conhecimento.

A preocupação mencionada que é a saúde mental, é importante, e de forma alguma podemos nos esquecer de que se não houver profissionais com a saúde mental em dia, os alunos não teriam acesso a conhecimento algum.

Na atualidade mais de 100 professores são afastados por transtornos mentais em SP, Por dia, 111 professores da rede estadual de São Paulo, tiveram o afastamento por transtornos mentais ou comportamentais, em sua atual congectura, o ano de 2019 já somam 27 mil licenças médicas por esses motivos até o mês de agosto,corre que estes dados estão, um tanto quanto ultrapassados pois estamos a cada ano, obtendo um aumento significativo do historico de doenças mentais e afastamento das atividades do corpo docente como um todo.

Os fatores, além de preocupantes para a saúde dos indivíduos em questão, acabam comprometendo todo o funcionamento da instituição, desde o ambiente e relacionamento com os colegas até o aprendizado dos alunos.

Mediante todo este apontamento a rede publica não se empenha em apresentar práticas que possam atenuar este ciclo vicioso que é a educação, observamos em seus olhares exaustos um grito de socorro, da classe e nada sendo feito. O estado deprimido de um profissional pode trazer grandes consequências históricas e teóricas.

SEGUNDO (CARLOTTO. 2010, P.22):

Adentram na escola muitos reflexos de todas as mazelas sociais, que envolvem as famílias, os alunos e mesmo o ato de ensinar. Adoecido, o professor, formador de todos os demais profissionais, se vê sem condições de exercer a profissão que escolheu para a sua vida, deixando também a escola e a sociedade carentes de sua contribuição social. Por fim, Segundo (CARLOTTO.2010, p.22.):

Devemos olhar com mais compreensão e cautela, para nossos educadores, a instituição de ensino e a rede de ensino, não são os grandes vilões desta historia, pais, alunos corpo docente tem por obrigação cuidar dos professores é preciso entender que quando nos organizamos para conquistar direitos, estamos lutando por melhores condições, não apenas para professores, mas por qualidade de trabalho para promover a educação como um todo, e para todos sem exceção.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O professor do nível básico de ensino, possui um papel significativo para o desenvolvimento cognitivo, emocional e social de crianças e adolescentes. Inseridos uma vez na fase da escolarização é fundamental que o educador seja o mediador deste, e, portanto que o mesmo possa exercer um grande papel no futuro da criança.

Para tanto, o transtorno de Depressão é um estado mental caracterizado por tristeza profunda persistente e aversão a atividades, este pode afetar e o bem – estar de uma pessoa, como indivíduo neste estado mental, será capaz de transmitir conhecimento através dos dotes em que possui, aqui em todo este conteúdo que, a doença pode atingir qualquer tipo de pessoas em qualquer fase da vida , seja ela adulta ou infantil, mas não seria o caso.

No caso do burnout, foi possível constatar a presença de fatores decisivos para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout entre os professores como, por exemplo, a violência instalada no ambiente escolar, a jornada de trabalho excessiva, os baixos salários, a idade do professor associada à falta de experiência profissional e a formação continuada deficitária para o atendimento das demandas educacionais na atualidade.

Nesse sentido, é válido ressaltar aspectos vinculados à rotina diária do professor, diretamente relacionados à variabilidade do trabalho docente, determinado pelo modo de gestão, políticas educacionais, composição e tamanho das turmas, e infraestrutura material das escolas - carregar material didático, permanecer de pé e em posição inadequada por longos períodos, além do excesso de carga de trabalho.

Os dados apontam também que o professor é um trabalhador sujeito a inúmeros infortúnios, em função das características da própria atividade ocupacional, cada dia mais desumanizada, por conta da desvalorização da profissão. Outros fatores são apontados na literatura como responsáveis pelo grau de esgotamento no trabalho docente, seguidos pelo aparecimento da Síndrome de Burnout.

Visto que, se aprofundarmos o conhecimento das pessoas envolvidas no ambiente escolar sobre essa temática da violência, abuso condições precárias de trabalho, condições insalubres dos profissionais. Não seria possível termos um profissional qualificado nesta didática em que se encontra.

Como podemos salvar um ato tão simples e belo nos tempos atuais, podemos responder de forma efetiva na busca por condições melhores de emprego, mais que isso o apelo pelos professores, as instituições devem tomar medidas efetivas hoje, para colheita do futuro.

O ambiente de trabalho digno deve proporcionas a adoção de medidas preventivas que contribuam para a melhoria da saúde mental dos professores nas escolas, somente assim podemos obter aspectos positivos no combate a depressão e estafa dos professores.

Além disso, o estudo sugere que o burnout não afeta apenas a saúde mental dos professores, mas também compromete a qualidade do ensino e o bem-estar dos alunos. A relação é bidirecional, pois um professor queimado pode impactar negativamente o ambiente escolar, gerando um ciclo vicioso de estresse e insatisfação.

Portanto, é crucial que as instituições educacionais adotem medidas para prevenir e tratar o burnout entre os professores. Isso inclui a implementação de programas de apoio psicológico, a promoção de um ambiente de trabalho colaborativo e a valorização do trabalho docente. Investir na saúde mental dos professores não só melhora a qualidade de ensino, mas também contribui para um ambiente escolar mais saudável e produtivo.

Em suma, o artigo reforça a necessidade de uma abordagem holística para lidar com o burnout e a depressão nos professores, destacando a importância de ações coletivas e políticas educacionais que priorizem o bem-estar dos educadores.

REFERÊNCIAS

BLOG LUNETAS. A saúde mental dos educadores no brasil. conteúdo digital, acesso 18.abril.24: https://lunetas.com.br

EDUCAÇÃO PUBLICA. O adoecimento do professor da educação básica no brasil. conteúdo digital, acesso 19 abril.24 : https://educacaopublica.cecierj.edu.br

NOVA ESCOLA. Professores sofrem com estresse. conteúdo digital, acesso 19 Abril.24: https://www.novaescola.org.br

SITE CIELO. Síndrome de burnout em professores. prevalência e fatores – carlotto.2010. conteúdo digital, acesso 20 ABRIL.24 : https://www.scielo.br

TODOS PELA EDUCAÇÃO. Sistema nacional da educação. conteúdo digital, acesso 15 Dez.22: https://todospelaeducacao.org.br.