

**BURNOUT E TECNOESTRESSE NO TRABALHO DOCENTE
UNIVERSITÁRIO NO BRASIL*****BURNOUT AND TECHNO-STRESS IN UNIVERSITY TEACHING WORK IN
BRAZIL******BURNOUT Y TECNOESTRÉS EN EL TRABAJO DOCENTE UNIVERSITARIO
EN BRASIL***

Suzy Mara Aida Pereira¹
Fábio Rycheki Hecktheuer²
Francisco Estácio Neto³

RESUMO: O estudo busca compreender o estado da arte por meio de estudos desenvolvidos sobre o *Burnout* e o tecnoestresse no trabalho docente universitário no Brasil. Para tanto, foi feito um levantamento bibliográfico sobre os temas na base de teses e dissertações brasileiras no âmbito da Plataforma Sucupira, nos últimos dez anos, bem como, em periódicos e publicações disponíveis nos repositórios Google Scholar e Scielo, de acesso público, e que levam em conta o mal-estar do docente. Os resultados apontam que, apesar das dificuldades conceituais envolvidas no *Burnout* e no tecnoestresse, as mudanças do mundo do trabalho, a incerteza diante da pressão produtivista, da concorrência e a precarização das relações laborais formam o pano de fundo contemporâneo, que apontam para a manifestação de indicadores de comprometimento da saúde mental dos docentes de ensino superior, observadas a partir das múltiplas abordagens metodológicas dos estudos analisados, associada ao estresse induzido pelo emprego de Tecnologias de Comunicação e Informação (TIC). O material levantado mostra-se particularmente relevante em face do maior emprego de ferramentas tecnológicas, a intensificação do trabalho remoto ou teletrabalho e o quadro geral de variáveis em mutação no ambiente de trabalho – salário, carga horária, quantidade de alunos e sua relação com o sofrimento e adoecimento dos professores universitários.

Palavras-chave: Burnout. Tecnoestresse. Tecnologias de Comunicação e Informação.

ABSTRACT: *This study aims to understand the state of the art through studies developed on Burnout and technostress in university teaching work in Brazil. To this end, a bibliographic survey was made on the themes based on Brazilian Theses and Dissertations within the scope of the Sucupira Platform, in the last ten years as well as on periodicals and publications that are available on Google Scholar and Scielo*

¹ Doutoranda em Educação (DINTER FCR/UNIVALI). Mestra em Ciências da Saúde (UnB). Professora do Magistério Superior na Universidade Federal de Rondônia (UNIR), Porto Velho, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8342-0435>. E-mail: suzymara.aidar@gmail.com.

² Doutorado em Desarrollo Psicológico y Aprendizaje pela Universidad Autónoma de Madrid, apostilado pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) na área de Ciência do Movimento Humano (área da Educação Física). Professor do Magistério Superior na Universidade Federal de Rondônia (UNIR), Porto Velho, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9171-3740>. E-mail: fabioheck@fcr.edu.br.

³ Doutor em Educação (UNESP). Professor do Magistério Superior na Universidade Federal Fluminense (UFF), Campos dos Goytacazes, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0072-504X>. E-mail: francisco-estacio@hotmail.com.

repositories, which are publicly accessible and consider the discomfort of the professor. The results show that, despite the conceptual difficulties involved in Burnout and technostress, the changes in the world of work, uncertainty in the face of productivist pressure, competition and the precariousness of industrial relations form the contemporary background, which point to the manifestation indicators of impairment of mental health of higher education professors observed from the multiple methodological approaches of the studies analyzed, associated with the stress induced by the use of Communication and Information Technologies (ICT). The material surveyed is particularly relevant in view of the greater use of technological tools, the intensification of remote work or teleworking and the general picture of changing variables in the work environment - salary, workload, number of students and their relationship with the suffering and illness of university professors.

Keywords: *Burnout. Techno-stress. Communication and Information Technologies.*

RESUMEN: *Este estudio busca comprender el estado del arte através de estudios desarrollados sobre Burnout y tecnoestrés en la labor docente universitaria en Brasil. Para ello, se realizó um levantamento bibliográfico sobre los temas basados en tesis y disertaciones brasileñas en el ámbito de la Plataforma Sucupira, en los últimos diez años, así como en periódicos y publicaciones disponibles en los repositorios Google Scholar y Scielo, con acceso público, y que tengan en cuenta el malestar del docente. Los resultados indican que, apesar de las dificultades conceptuales envuelta en el burnout y el tecnoestrés, los cambios en el mundo del trabajo, la incertidumbre ante la presión productivista, de la concurrencia y la precariedad de las relaciones laborales forman el contexto contemporáneo, que apuntan a los indicadores de manifestación de la deficiência de la salud mental de los docentes de educación superior, observado desde los múltiples enfoques metodológicos de los estudios analizados, asociados al estrés inducido por el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC). El material recolectado cobra especial relevancia dada la mayor utilización de herramientas tecnológicas, la intensificación del trabajo remoto o el teletrabajo y el marco general de variables cambiantes del entorno laboral - salario, carga de trabajo, número de alumnos y su relación con el sufrimiento y enfermedad de los profesores universitarios.*

Palabras clave: *Burnout. Tecnoestrés. Tecnologías de la Información y la comunicación.*

Introdução

As discussões relativas à saúde mental no trabalho encontram-se em ampla discussão acadêmica em face das mudanças substanciais proporcionadas pela técnica e pela emergência de cenários e mudanças em velocidade crescente.

A pressão produtivista, a valorização dos serviços e atividades prestadas em formato virtual, a ampliação da concorrência e a pressão constante pela redução de custos contrastam com os discursos sociais de incerteza na modernidade, de valorização

de pautas de inclusão social e abertura às disfunções presentes na realidade contemporânea.

Este quadro de profunda incerteza permeia o mercado de trabalho; o exército de desempregados e subempregados – seja pela via do trabalho informal, que representa 41,6% da população economicamente ativa brasileira (IBGE, 2020), seja em função de inovações legais como o trabalho intermitente (LE MOS, 2018), - vem de encontro a preservação da saúde e bem-estar de seus atores – o trabalhador.

Neste cenário de precarização estrutural do trabalhador, as múltiplas variáveis envolvidas nos diversos ambientes organizacionais e no cotidiano laboral contribuem para o seu desgaste físico e, em especial, mental (MASLACH; LEITER, 1999).

No setor educacional, dadas as particularidades das suas instituições, cujas missões se confundem com a produção e difusão do conhecimento, as mudanças são brutais. A reestruturação promovida pelos recursos tecnológicos e pelo produtivismo representado pela produção em série de materiais científicos e didático-pedagógicos tornam o sujeito vulnerável aos desgastes psicossociais do trabalho.

A partir do cotejo da literatura, verifica-se que tanto o Burnout e o estresse apresentam conceitos difusos, marcados por profundas divergências entre os seus conceitos e os métodos aptos à verificação da prevalência sintomática de tais doenças psicossociais (PEREIRA, 2008; FONTES, 2016; PIMENTEL, 2015), em especial na primeira.

Diante das particularidades da atividade docente e o processo de adoecimento psíquico de tais profissionais, este estudo busca compreender a construção teórica empreendida sobre tais campos.

Contemporaneidade e mal-estar docente

Historicamente, o ato de ensinar passa por profundas mudanças nos recursos e meios envolvidos, mas compartilha da mesma função – a partilha de conhecimentos proporcionada pela interação humana.

Historicamente, a escolarização e o processo formal de educação ocidental estiveram associados ao paradigma religioso (TARDIF; LESSARD, 2008), influenciando culturalmente a percepção do trabalho docente, mesmo após a separação entre Estado e Igreja; a confusão entre o trabalho docente e a vocação demonstrada pela

dedicação aos alunos tornou-se arraigada culturalmente no âmago do sistema ocidental, conforme Oliveira (2002, p. 54):

[...] a organização do trabalho docente sempre enfrentou fortes resistências, em seu debate, produtos de uma cultura que vê no magistério uma vocação, um sacerdócio, e, portanto, uma atividade distinta do trabalho organizado de forma profissional e, por isso mesmo, portador de direitos e deveres.

Esta identidade cultural docente era acompanhada de uma valorização social e financeira proporcionada pela própria elitização da profissão; no contexto brasileiro, tal tendência ganhava maior destaque diante da maior participação de escolas privadas na oferta de vagas.

No mesmo sentido, Bessa, Castro e Rodrigues (2019, p. 22) demonstram que esta visão romantizada do docente enquanto vocacionado permanece na representação do professor por parte de licenciandos – futuros professores:

A perspectiva de uma profissão como missão vocacional está presente nas representações dos estudantes de todos os cursos. O "bom professor" é humano, amigável, conselheiro e dedicado e que detém o saber de forma indiscutível, nesses termos, talvez essas representações estejam associadas ao fato de crenças arraigadas na cultura de que o professor deve assumir funções que devem ser da família.

Se, de um lado, uma visão romântica do professor enquanto vocacionado ainda faz parte do cotidiano laboral, por outro lado, a reformulação institucional possibilitada com a proposta de universalização do ensino trouxe, em si, um desafio: como viabilizar condições adequadas para o acesso à educação?

Tendo em vista a afirmação jurídica do direito coletivo à educação, e um dever estatal de concretização dos anseios sociais, as condições do ambiente de trabalho ganham contornos mais relevantes. A crise identitária do docente (DUBAR, 2006) passa a ganhar contornos em face do discurso político de produtividade e eficiência na prestação educacional, seja no âmbito público ou privado (SILVA, MOREIRA, 2018).

As reformas educacionais, ao longo dos anos, importaram em grandes modificações na formação e no ambiente de trabalho tanto dos docentes, quanto dos discentes que passarão a exercer a atividade docente, com a associação cada vez mais acentuada entre os currículos, as matrizes didático-pedagógicas e as políticas educacionais com as expectativas de mercado de trabalho.

Este rearranjo no mercado de trabalho docente ganha contornos ainda mais singulares no ensino superior. A associação entre a organização didático-pedagógica,

formação e o mercado de trabalho é elemento associado à avaliação dos currículos, cursos e instituições, seja para a criação de novas instituições e cursos (INEP, 2017b; INEP, 2017c) quanto à manutenção da oferta de tais cursos (INEP, 2017a; INEP, 2017d), afetando diretamente as condições de avaliação dos cursos (DUQUE, PAREDES, 2019).

Paralelamente, observa-se ainda a expansão da oferta de cursos e vagas por instituições particulares; segundo dados do Censo Estatístico INEP 2019, as instituições particulares respondem por mais de 75% dos discentes matriculados no ensino superior, tendo cerca de 51% do corpo docente em exercício no Ensino Superior.

Este processo de crescimento da educação superior é acompanhado pela pressão por formação e aprimoramento docentes, presentes em nosso Plano Nacional de Educação e implementado pelas instituições educacionais, importando em maior sobrecarga de atribuições, como aponta Nóvoa (2009, p. 22):

Será que, hoje, muitos professores não são bem menos reflexivos (por falta de tempo, por falta de condições, por excesso de material didático pré-preparado, por deslegitimação face aos universitários e aos peritos) do que muitos dos seus colegas que exerceram a docência num tempo em que ainda não se falava do “professor reflexivo”?

Os condicionantes macroinstitucionais apresentados revelam as condições de mutação do trabalho docente – turmas lotadas, carga horária de ensino elevada, pressão crescente por formação acadêmica (pós-graduação *stricto sensu*) e aplicada (sub-rotinas internas, adequação dos materiais às demandas regulatórias externas), o desemprego em massa, a concorrência laboral, os múltiplos e a necessidade de utilização dos períodos de descanso para a realização das demais atribuições envolvidas no fazer docente.

O próprio conceito de criticidade esperada do aluno e professor foram modificados em face da maior aproximação entre o ensino e o trabalho, preconizadas pelas políticas públicas educacionais diante da atuação dos grupos de interesse, especialmente privados, em que a formação acadêmica é o carro-chefe para exploração da atividade econômica.

Paralelamente, dentro do processo de revisão da atividade docente, a reorganização do seu trabalho em detrimento do sujeito o deixa refém de um estado constante de atrasos, de sacrifícios de momentos íntimos importantes para o seu lazer e descanso, seja pela necessidade de atender os alunos, o trabalho burocrático ou as exigências dos múltiplos parâmetros avaliativos de eficiência exigidos pela instituição e pelos sistemas regulatórios de educação.

Este quadro geral de mudanças afeta diretamente a imagem do professor: de um lado, considerado vocacionado, chamado a exercer sua função; de outro, alvo de pressões políticas e sociais que relativizam a profissão e os sujeitos que a exercem (PASCHOALINO, 2009, p. 37):

A imagem de professor que se espera é daquele que terá o desafio de ajudar as pessoas a construir uma vida digna. O professor sente o peso de uma cobrança, já tradicional na profissão, que traz a expectativa de que o professor seja um agente transformador da sociedade através da educação. O professor sofre por não conseguir vivenciar as expectativas em relação a seu trabalho, associadas às características das dimensões de persuadir, de encantar seu aluno no conhecimento, pela fé no outro e de ter a vocação para a difícil tarefa de ensinar. Diante das diversas pressões que afetam a profissão, o mal-estar docente é uma realidade que passa a ser questionada e analisada pelos diversos autores que nos advertem sobre as dificuldades de exercer essa profissão na contemporaneidade.

Em face da reestruturação do ensino superior e das políticas públicas indutoras do ingresso no ensino superior – destaco aqui o PROUNI e FIES –, no âmbito privado, importam em verdadeira privatização do ensino superior, ampliada diante dos subsídios estatais existentes.

As tecnologias de informação e comunicação existentes passam então a ressignificar tanto o processo formativo, quanto o trabalho diante da importância assumida pela formação para a permanência no mercado de trabalho de profissionais polivalentes, cuja construção do seu roteiro formativo revele-se continuada e diversificada.

Essa nova perspectiva do trabalho docente importa em seu processo de precarização, seja pela grande associação entre salário e carga horária ministrada, o permanente juízo de inconformidade e a priorização das relações educacionais no âmbito privado, submetendo o professor à contínua incerteza da permanência no emprego em face do exército de formados existente.

É diante da força resultante de tais pressões por mudanças e adaptações da atividade docente, conducentes a uma verdadeira proletarização, mediada pela capacidade de atendimento discente com salários comprimidos e desassistidos dos recursos pedagógicos e tecnológicos necessários, bem como o discurso produtivista de racionalização dos trabalhadores em função das necessidades mercadológicas de revisão dos custos para a continuidade da educação como negócio, que se faz presente o mal-estar docente contemporâneo.

A hipermodernidade de Bauman, diante da incerteza proporcionada pelo estado constante de mudança, pouco leva em conta os sujeitos do processo – em maior relevância, dados os objetivos deste artigo, o professor e o bem-estar psíquico no trabalho.

As diferentes manifestações de sintomas psíquicos e físicos conduzem a duas de suas principais manifestações na contemporaneidade entre os docentes: o Burnout e o tecnoestresse.

Burnout na atividade docente em nível superior

Um dos problemas existentes no Burnout está na sua exata delimitação teórica. Estudado por Freudenberger, o burnout emerge como uma doença crônica, relacionada ao trabalho, em que o sujeito apresenta um conjunto de reações físicas e psíquicas negativas, tendo como manifestações “fadiga persistente, falta de energia, adoção de condutas de distanciamento afetivo, insensibilidade, indiferença ou irritabilidade relacionadas ao trabalho de uma forma ampla, além de sentimentos de ineficiência e baixa realização pessoal” (VIEIRA, 2010, p. 268).

Além das consequências individuais, o burnout também apresenta implicações socioeconômicas de caráter coletivo e individual, na saúde física e mental.

Um dos tópicos examinados por Vieira (2010) reside tanto na dificuldade conceitual da doença quanto na análise de produções, majoritariamente associadas à construção teórica de Maslach, por meio da tríade Exaustão, Despersonalização e Perda da realização pessoal.

Especificamente no ato de ensinar, dadas as condições macroinstitucionais de trabalho já examinadas, as condições de vulnerabilidade socioeconômica, o papel cultural atribuído ao docente e as dificuldades decorrentes na lida com os alunos rotineiramente, e com as demais atividades sob seu encargo, muitas vezes em prejuízo aos momentos de descanso, torna tais profissionais sensíveis à prevalência do Burnout.

No ensino superior, tais dificuldades são ampliadas. Submetidos às profundas pressões conformadoras do mercado – no âmbito privado, o risco permanente de desligamento diante do produtivismo econômico; no âmbito público, o discurso efficientista de racionalização de custos e exaurimento das condições executoras de

políticas –, o docente é permeado por rotinas opressoras em face da destruição de identidade.

Ao docente não lhe cumpre apenas o ensino e a preparação para tal mister; a pesquisa, a extensão e a gestão da aplicação das políticas exigem cada vez mais dedicação do sujeito ao trabalho, em função da crescente proletarização do professor.

No plano teórico, as contribuições de Cristina Maslach a qualificam como autora de referência, em função da formulação do teste de ouro psicométrico (Maslach Burnout Inventory) e a principal corrente de pensamento adotada no Brasil (Fontes, 2016, pp. 91-103).

Tal teste conta com três versões testadas e validadas – o Human Services Survey (HSS), voltada a profissionais de saúde em geral; Educators Survey (ED), cujo escopo são os educadores em geral, independentemente do nível de ensino; e a General Survey (GS), voltada ao público em geral, por meio de um questionário escalar tipo Likerty nas dimensões de exaustão, despersonalização e realização pessoal no trabalho.

As condições de esgotamento relatadas e trazidas na literatura são crônicas; a abordagem do problema diante do aumento do absenteísmo, do desligamento precoce do trabalhador (demissão, mudança de área de atuação ou, em casos mais graves, aposentadoria) é conhecida e ainda objeto de estudos quanto às estratégias de coping e de mudança na realidade das instituições, levando em conta o risco de adoecimento psíquico pelo trabalho (CARLOTTO et. al., 2019).

A declaração de calamidade pública em razão do coronavírus em âmbito global afetou os grupos sociais mais vulneráveis, envolvidos com atividades de atendimento e suporte, em especial os profissionais da área de saúde. A mudança repentina com a entrada de milhões de trabalhadores em teletrabalho tem importado em estudos quanto aos impactos na qualidade de vida e estresse (KAZEKAMI, 2020).

Dados preliminares da pesquisa de comportamentos ConVid, realizada pela FIOCRUZ, tem apontado tanto para uma piora da qualidade do sono quanto a redução nos indicadores relacionados a saúde mental (WERNECK et. al, 2020; BARROS et. al, 2020).

No âmbito educacional, a readaptação sem precedentes do ambiente de trabalho com o Ensino Emergencial Remoto ainda é objeto de estudos para apurar a resultante das mudanças e adaptações do trabalho para o formato remoto, bem como seu acompanhamento ao longo do tempo (SOKAL et. al., 2020; BOYER-DAVIS, 2020;

QUEEN; HARDING, 2020), diante das estratégias de adaptação e coping para o trabalho remoto em fase do corte temporal singular.

Tecnoestresse em professores universitários

Em que pese os benefícios de escala, conectividade e interação proporcionadas pela informática, característica destacada da hipermodernidade, o incremento tecnológico oportunizado pelas Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) representou um desafio de adaptação e um problema de pesquisa da área de Psicologia do Trabalho e Psicodinâmica do Trabalho.

A área acadêmica apresenta múltiplos campos de incidência de reformulações, seja na informatização das bases de dados e no processamento de dados gerados pelas instituições, ou ainda por ferramentas que revolucionaram as metodologias de ensino – como a sala de aula invertida, utilização de vídeos demonstrativos de fácil acesso sobre a montagem e organização de componentes, ou questionários de autochecagem das respostas ou, no extremo, a realização de todo o processo de ensino-aprendizagem por meio da educação a distância importaram em profundas modificações no ambiente organizacional e nas relações de trabalho docente.

Um dos custos indiretos na saúde dos trabalhadores afetados pelas TIC é o tecnoestresse, concebido a partir dos trabalhos seminais de Craig Brod em 1984 e conceituado como “any negative impact on attitudes, thoughts, behaviors, or body physiology that is caused either directly or indirectly by technology” (WEIL; ROSE, 1997, p. 5).

Em face deste conceito de mal-estar decorrente do emprego da tecnologia, ganha importância tanto o desenvolvimento das pesquisas sobre o problema e suas consequências quanto com medidas mitigatórias desenvolvidas para controle dos efeitos negativos nos trabalhadores.

Em Riedl et. al. (2012), a equipe de pesquisa realizou levantamento dos níveis de cortisol em 20 participantes antes e após a realização da fase de coleta, consistente na pesquisa de doze itens e inserção em um carrinho de compras. Os resultados demonstraram que o erro de operabilidade da plataforma guardou relação com a resposta hormonal com elevação da produção de cortisol medida por meio da saliva.

As observações colhidas por Al-Fudail e Mellar (2008) em nove professores por meio de observação e aplicação de entrevistas listaram a falha dos sistemas, o suporte

insuficiente para o emprego das ferramentas e os desafios envolvidos no maior tempo dispendido na preparação e montagem de aulas e na avaliação dos resultados com o emprego das soluções tecnológicas.

Tais dados encontram resultados em Lim (2012), diante da frustração colhida a partir do relato dos docentes participantes do estudo com os problemas observados na utilização de livros didáticos digitais, e no mal-estar observado nestes professores diante da limitação no seu trabalho em função das ferramentas.

Destaca-se o trabalho de Tarafdar et. al. (2007) pelo desenvolvimento e validação de uma escala de medição do tecnoestresse com 39 itens, com a participação de profissionais usuários de 223 organizações com uso intensivo de TIC, demonstrando a relação entre o tecnoestresse e a diminuição da produtividade individual.

Outro trabalho relevante é o proposto por Salanova et. al. (2007) que desenvolveram uma escala de tecnoestresse (RED/TIC) que conta com 16 questões e é organizada por quatro dimensões, com 4 itens em cada: a) o ceticismo com a capacidade de resposta das ferramentas às demandas do trabalho; b) fadiga, ou seja, o cansaço e o esgotamento físico e/ou psíquico após executar o trabalho nas TICs; c) ansiedade, ou seja, o desconforto emocional e a tensão causada pelo uso das ferramentas; e d) ineficácia, que visa mensurar o grau de segurança do trabalhador no emprego das TIC.

O instrumento acima foi traduzido e aplicado no Brasil por Carlotto e Câmara (2010), com pré-testagem em alunos da área de TIC e posterior aplicação em 368 participantes em Porto Alegre, observando-se as boas práticas exigidas na tradução e testagem do instrumento. A confiabilidade, medida pelo coeficiente alfa de Cronbach, mostrou-se satisfatória, demonstrando a consistência interna do instrumento proposto.

Um problema observado durante a revisão de literatura está na realização de pesquisas qualitativas e/ou quantitativas sobre o objeto em professores universitários, em especial na atual conjuntura, com atos governamentais de isolamento social e interrupção de atividades presenciais escolares, que modificaram o panorama mundial da educação, colocando a grande maioria dos estudantes em atividades remotas.

Durante a coleta, foram localizados os trabalhos de Panisoara et. al. (2020), Christian, Purwasanto e Wibowo (2020), Davis (2020) e Li e Wang (2020) que apresentam os primeiros dados relativos ao tecnoestresse observado durante a pandemia e seus efeitos no mundo do trabalho docente de ensino superior, cujas consequências ainda são tratadas como incertas no ambiente de trabalho e na qualidade de vida laboral dos professores.

Considerações finais

A partir do material analisado, pôde ser extraída a importância cada vez maior do desenvolvimento de estudos voltados a psicodinâmica do trabalho e o processo de adoecimento, aqui examinado a partir da perspectiva docente.

As mudanças conjunturais do ambiente de trabalho têm importado em diferentes reflexos entre os docentes; a sobrecarga de trabalho, a rotina exaustiva de atribuições sob sua competência, a precarização e proletarianização do trabalho importam em diferentes representações e abordagens dos indivíduos professores.

Dentre tais manifestações, examinadas a partir dos achados da pesquisa, o esgotamento psíquico decorrente do Burnout e o tecnoestresse consequente do emprego sistemático e consistente das TICs dão a tônica da necessidade de adaptação da lógica de trabalho em função dos indivíduos e suas singularidades, bem como o aprimoramento do estado da arte das pesquisas desenvolvidas de modo a possibilitar a melhor delimitação conceitual e das estratégias de enfrentamento das doenças.

Dada a amplitude e o desenvolvimento do campo de estudos, em especial com a declaração de calamidade pública por conta da pandemia do coronavírus, compreender as condições de organização do mercado e das condições de trabalho e seus reflexos nos trabalhadores enquanto adoecimento (Burnout e tecnoestresse) ganham especial relevância neste contexto.

Referências

AL-FUDAIL, Mohammed; MELLAR, Harvey. Investigating Teacher Stress when using Technology. **Computer & Education**, vol. 51, n. 3, nov. 2008, pp. 1103-1110.

Disponível em:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0360131507001352>. Acesso em: 15 dez. 2020.

BARROS, Marilisa Berti de Azevedo et. al. Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v. 29, n. 4, 2020. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2237-96222020000400311&lng=en&nrm=iso. Acesso em 21 Dez. 2020.

BESSA, Sonia; CASTRO, Elton; RODRIGUES, Jadir. Representações sociais de “bom professor”: o que pensam os estudantes de licenciatura. **EDUCA – Revista Multidisciplinar em Educação**. Porto Velho, v. 6, n. 16, p. 5-26, out./dez. 2019.

Disponível em: <https://periodicos.unir.br/index.php/EDUCA/article/view/4003/3092>. Acesso em: 10 Dez. 2020.

DUBAR, Claude. **A Crise das Identidades**: a interpretação de uma mutação. Porto: Melhoramentos, 2006.

CARLOTTO, Mary Sandra; CAMARA, Sheila Gonçalves. Tradução, adaptação e exploração de propriedades psicométricas da escala de tecnoestresse (RED/TIC). **Psicologia em Estudo**. 2010, vol.15, n.1, pp.171-178. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722010000100018&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 16 dez. 2020.

CARLOTTO, Mary Sandra; CAMARA, Sheila Gonçalves; OLIVEIRA, Michelle Engers Taube de. Intenção de abandono profissional entre professores: o papel dos estressores ocupacionais. **Rev. Bras. Educ.**, Rio de Janeiro, v. 24, 2019. Disponível em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-24782019000100223&lng=en&nrm=iso. Acesso em 21 Dez. 2020.

CHRISTIAN, Michael; PURWANTO, Edi; WIBOWO, Suryo. Technostress Creators on Teaching Performance of Private Universities in Jakarta during Covid-19 Pandemic. **Technology Reports of Kansai University**, vol. 62, nº 6, jul. 2020. Disponível em: <https://www.kansaiuniversityreports.com/article/technostress-creators-on-teaching-performance-of-private-universities-in-jakarta-during-covid-19-pandemic>. Acesso em 20 dez. 2020.

BOYER-DAVIS, Stacy. Technostress in Higher Education: an examination of faculty perceptions before and during the COVID-19 pandemic. **Journal of Business and Accounting**, vol. 13, n. 1, 2020. Disponível em: http://asbbs.org/files/2020/JBA_Vol_13.1_Fall_2020.pdf#page=42. Acesso em: 21 dez. 2021.

DUQUE, Alba Patricia Guzmán; PAREDES, Javier Mauricio Mendoza. La calidad en la educación superior como requisito para la acreditación de las IES. **EDUCA – Revista Multidisciplinar em Educação**. Porto Velho, v. 6, n. 16, p. 389-482, out./dez. 2019. Disponível em: <https://periodicos.unir.br/index.php/EDUCA/article/view/4592/3110>. Acesso em: 15 Dez. 2020.

FONTES, Flávio Fernandes. **Teorização e conceitualização em psicologia**: o caso do Burnout. 2016. 127f. Tese (Doutorado em Psicologia) - Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2016. Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/jspui/handle/123456789/21535#:~:text=FONTES%2C%20Fl%C3%A1vio%20Fernandes.,psicologia%3A%20o%20caso%20do%20Burnout.&text=Defendemos%20como%20abordagem%20levar%20em,desenrolar%20de%20transforma%C3%A7%C3%B5es%20pela%20hist%C3%B3ria>. Acesso em: 5 dez. 2020.

IBGE. Coordenação de População e Indicadores Sociais. **Síntese de Indicadores Sociais**: uma análise das condições de vida da população brasileira. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/index.php/biblioteca-catalogo?view=detalhes&id=2101760>. Acesso em: 3 dez. 2020.

INEP. **Censo da Educação Superior 2019**: divulgação dos resultados. Brasília: INEP, 2020. Disponível em: https://download.inep.gov.br/educacao_superior/censo_superior/documentos/2020/Apresentacao_Censo_da_Educacao_Superior_2019.pdf. Acesso em: 8 dez. 2020.

INEP. **Instrumento de Avaliação de Cursos de Graduação Presencial e a Distância**: reconhecimento e renovação de reconhecimento. Brasília: INEP, 2017a. Disponível em: https://download.inep.gov.br/educacao_superior/avaliacao_cursos_graduacao/instrumentos/2017/curso_reconhecimento.pdf. Acesso em: 8 dez. 2020.

INEP. **Instrumento de Avaliação de Cursos de Graduação Presencial e a Distância**: reconhecimento e renovação de reconhecimento. Brasília: INEP, 2017b. Disponível em: https://download.inep.gov.br/educacao_superior/avaliacao_cursos_graduacao/instrumentos/2017/curso_autorizacao.pdf. Acesso em: 8 dez. 2020.

INEP. **Instrumento de Avaliação Institucional Externa Presencial e a Distância**: credenciamento. Brasília: INEP, 2017c. Disponível em: https://download.inep.gov.br/educacao_superior/avaliacao_institucional/instrumentos/2017/IES_credenciamento.pdf. Acesso em: 8 dez. 2020.

INEP. **Instrumento de Avaliação Institucional Externa Presencial e a Distância**: credenciamento e transformação de organização acadêmica. Brasília: INEP, 2017d. Disponível em: https://download.inep.gov.br/educacao_superior/avaliacao_institucional/instrumentos/2017/IES_credenciamento.pdf. Acesso em: 8 dez. 2020.

KAZEKAMI, Sachiko. Mechanisms to Improve Labor Productivity by Performing telework. **Telecommunication Policy**, vol. 44, n. 2, mar. 2020. Disponível em: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0308596119301120?casa_token=hG9p1r1Key4AAAAA:Gn7RVA3cnsbXjLzkADQ8zvvh8jnk-HUDRv55PRUCEVg42APZfCMvvp2wZNhiaU5tfllGKKimFII#sec6. Acesso em: 21 dez. 2020.

LEMO, Maria Cecília de Almeida Monteiro. **O dano existencial nas relações de trabalho intermitentes**: reflexões na perspectiva do direito fundamental ao trabalho digno. 2018. 315 f. Tese (Doutorado) - Universidade de Brasília, Brasília, 2018. Disponível em: <https://repositorio.unb.br/handle/10482/34531>. Acesso em: 4 dez. 2020.

LI, Lu; WANG, Xinghua. Technostress Inhibitors and Creators and their Impacts on University Teachers' Work Performance in Higher Education. **Cognition, Technology & Work**. 2020. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007%2Fs10111-020-00625-0#citeas>. Acesso em: 20 dez. 2020.

LIM, Byung Ro. Analysis of the Elementary School Teacher' needs on digital textbooks and its implications on the policy making. **Korean Journal of Educational Technology**, vol. 28, n. 2, 2012, pp. 317-346. Disponível em: <https://repositorio.unb.br/handle/10482/34531>. Acesso em: 4 dez. 2020.

MASLACH, C.P; LEITER, P.M. **Fonte de Prazer ou Desgaste?** Guia para vencer o estresse na empresa. Campinas: Papirus, 1999.

NÓVOA, António. **Professores:** Imagens do Futuro Presente. Lisboa: Educa, 2009.

OLIVEIRA, D. A.; GONÇALVES, G. B. B.; MELO, S. D. G.; FARDIN, V.; MILL, D. Transformações na Organização do Processo de Trabalho Docente e suas Consequências para os Professores. **Trabalho & Educação**, v. 11, p. 51–65, 2002. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/trabedu/article/view/8991>. Acesso em: 9 dez. 2020.

PEREIRA, Suzy Mara Aidar. **A Síndrome de Burnout:** o estresse em docentes das instituições de ensino superior privadas de Porto Velho. 2008. 87 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) —Universidade de Brasília, Brasília, 2008. Disponível em: <https://repositorio.unb.br/handle/10482/2089>. Acesso em: 4 dez. 2020.

PANISOARA, Ion Ovidiu; LAZAR, Iulia; PANISOARA, Georgeta; CHIRCA, Ruxandra; URSU, Anca Simona. Motivation and Continuance Intention towards Online Instruction among Teacher during the COVID-19 Pandemic: the mediating effect of Burnout and technostress. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, vol 17, n. 21, 2020. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/21/8002>. Acesso em: 20 dez. 2020.

PASCHOALINO, J. B. D. Q. **A complexidade do trabalho docente na atualidade.** UFMG, Belo Horizonte, 2009.

PIMENTEL, Fernando Hugo Portela. **Afinal, o que é Burnout?** 2015. 264f. Tese (Doutorado em Psicologia) -Universidade de Fortaleza, Fortaleza, 2015. Disponível em: <https://uol.unifor.br/oul/ObraBdtdSiteTrazer.do?method=trazer&ns=true&obraCodigo=98239>. Acesso em: 5 dez. 2020.

QUEEN, Douglas; HARDING, Keith. Societal Pandemic Burnout: a COVID legacy. **International Wound Journal**, vol. 17, nº 4, pp. 873-874. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7362153/>. Acesso em: 21 dez. 2021.

RIEDL, René; KINDERMANN, Harald; AUINGER, Andreas; JAVOR, Andrija. Technostress from a Neurobiological Perspective. **Business & Information Systems Engineering**. 2012, n. 4, pp. 61.69. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s12599-012-0207-7#citeas>. Acesso em: 19 dez. 2020.

SALANOVA, Marisa; LLORENS, Susana; CIFRE, Eva. **Tecnoestrés:** concepto, medida e intervención psicossocial. Disponível em: https://www.insst.es/documents/94886/327446/ntp_730.pdf/55c1d085-13e9-4a24-9fae-349d98deeb8a. Acesso em: 18 dez. 2020.

SILVA, Lady Daiana Oliveira da. MOREIRA, Núbia Regina. Uma revisão da cultura da performatividade no trabalho docente. **EDUCA – Revista Multidisciplinar em Educação**. Porto Velho, v. 5, n. 10, p. 94-111, jan./abr. 2018. Disponível em:

<https://periodicos.unir.br/index.php/EDUCA/article/view/2431/2313>. Acesso em: 10 Dez. 2020.

SOKAL, Laura; TRUDEL, Lesley Eblie; BABB, Jeff. Canadian Teachers' Attitudes Toward Change, Efficacy, and Burnout during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Educational Research open*, vol. 1, 2020. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2666374020300169#sec0017>. Acesso em: 21 dez. 2020.

TARAFDAR, Monideepa; TU, Qiang; RAGU-NATHAN, Bhanu S.; RAGU-NATHAN, T. S. The Impact of Technostress on Role Stress and Productivity. **Journal of Management Information Systems**, vol. 24, n. 1, pp. 301-328. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.2753/MIS0742-1222240109?needAccess=true>. Acesso em: 12 dez. 2020.

TARDIF, Maurice; LESSARD, Claude. **O Trabalho Docente**: elementos para uma teoria da docência como profissão de interações humanas. Petrópolis: Vozes, 2008.

VIEIRA, Isabela. **Conceito(s) de burnout**: questões atuais da pesquisa e a contribuição da clínica. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*. 2010, vol.35, n.122, pp.269-276. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0303-76572010000200009&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 16 dez. 2020.

WEIL, Michele M.; ROSEN, Larry D. **TechnoStress**: coping with technology @work @home @play. New York: Wiley, 1997.

WERNECK, André O. et. al. The Mediation Role of Sleep Quality in the Association between the Incidence of Unhealthy Movement Behaviors during the COVID-19 Quarantine and Mental Health. **Sleep Medicine**, vol. 76, dez. 2020, pp. 10-15. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S138994572030424X?via%3Dihub>. Acesso em 21 dez. 2020.

Enviado em: 09/10/2021.

Aceito em: 04/12/2021.

Publicado em: 31/12/2021.