

POSSIBILIDADE DE RELAÇÃO ENTRE BURNOUT E A PIRÂMIDE DE MASLOW NO TRABALHO DOCENTE

Miriã F. L. TORQUATO¹; Pedro dos S. PORTUGAL JUNIOR²; Michele M. S. RIBEIRO³

RESUMO

Este resumo propõe uma reflexão sobre a possível relação entre a busca contínua pela satisfação das necessidades humanas, conforme os níveis da Pirâmide de Maslow, e os sintomas característicos da Síndrome de Burnout no contexto do trabalho docente. Foi aplicada uma pesquisa de natureza bibliográfica com base em artigos sobre o tema. O resultado demonstrou que é possível essa relação, o que pode contribuir para o enfrentamento dessa doença na atividade docente.

Palavras-chave: Esgotamento Mental; Pirâmide de Maslow; Docência.

1. INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout está registrada na Classificação Internacional de Doenças (CID-11) pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2019), sendo caracterizada como uma doença ocupacional decorrente do estresse crônico no ambiente organizacional. O avanço dessa condição tem levado pesquisadores a investigar suas possíveis causas e compreender a dinâmica do seu desenvolvimento (Torquato, 2024).

No cenário mundial, o Brasil ocupa posições de destaque entre os países com maiores índices de Burnout, apresentando aproximadamente 30% da população afetada por essa síndrome (Anamt apud Fiocruz, 2025).

Paralelamente, observa-se que as pessoas buscam constantemente a realização de seus objetivos e desejos, vivenciando uma dualidade entre recursos escassos — entre eles, o tempo — e necessidades ilimitadas, tanto no âmbito pessoal quanto no profissional. Nesse contexto, a Pirâmide das Necessidades de Maslow surge como uma ferramenta para sistematizar essa busca, integrando a Teoria da Hierarquia das Necessidades (Steinwandter, 2021).

Este estudo tem como objetivo analisar a possível relação entre a intensa busca pela satisfação das necessidades, em diferentes níveis da pirâmide proposta por Maslow, e os principais sintomas que caracterizam a Síndrome de Burnout no contexto do trabalho docente. Pretende-se compreender se os fatores estressores provenientes dessa busca incessante por realizações pessoais e, principalmente, profissionais podem estar interligados.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Os estudos do psicólogo norte-americano Abraham Maslow (1943) ampliaram a compreensão do comportamento humano. Diferentemente de autores humanistas anteriores, que analisavam os

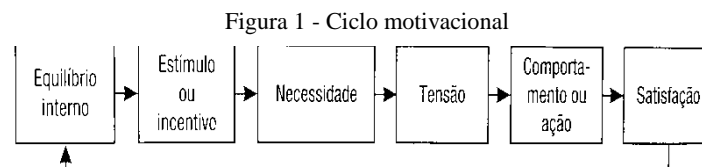
¹ Discente do Bacharelado em Administração, IFSULDEMINAS – Campus Carmo de Minas. E-mail: miria.luz@alunos.ifsuldeminas.edu.br

² Orientador, IFSULDEMINAS – Campus Carmo de Minas. E-mail: pedro.portugal@ifsuldeminas.edu.br

³ Orientador, IFSULDEMINAS – Campus Carmo de Minas. E-mail: michele.silva@ifsuldeminas.edu.br

indivíduos sob a perspectiva da eficiência organizacional e da produtividade, Maslow enfatizou a personalidade e o desenvolvimento do ser humano (Motta; Vasconcelos, 2014).

Segundo essa abordagem, o comportamento humano é impulsionado por necessidades. Quando surge uma nova necessidade, o organismo entra em desequilíbrio, gerando tensão, insatisfação e desconforto. Quanto maior a intensidade dessa necessidade, maior será o esforço para satisfazê-la. Entretanto, caso o indivíduo não consiga atender às suas carências, poderá experimentar frustração, que em alguns casos é transferida ou compensada (Chiavenato, 2015).



Fonte: Chiavenato (2015)

Após a satisfação da necessidade, o comportamento motivado por ela tende a extinguir-se, instaurando um ciclo motivacional que orienta as condutas individuais, conforme Figura 1.

Segundo Maslow (1983), o ser humano é perpetuamente carente, ou seja, à medida que uma necessidade é satisfeita, outras surgem em seu lugar. Essas necessidades organizam-se em uma hierarquia, de modo que uma nova só emerge após a satisfação, total ou parcial, da insuficiência mais premente. Com base nesse princípio, Maslow concebeu a conhecida Pirâmide das Necessidades.

De acordo com Chiavenato (2015), a organização proposta por Maslow pode ser representada graficamente por uma pirâmide, na qual os níveis inferiores correspondem às necessidades primárias, enquanto os níveis superiores representam as mais complexas e intelectualizadas. O primeiro nível é formado pelas necessidades fisiológicas, consideradas vitais para a sobrevivência humana. Em seguida, está o nível de segurança, relacionado à preservação do indivíduo e à busca por proteção.

O terceiro nível refere-se às necessidades sociais, associadas à interação e ao convívio com outras pessoas. Acima delas encontram-se as necessidades de estima, ligadas à percepção do indivíduo sobre si mesmo e ao reconhecimento por parte dos demais. Por fim, no topo da hierarquia, estão as necessidades de autorrealização, consideradas as mais sofisticadas (Chiavenato, 2015).

Essas necessidades envolvem a exploração do potencial individual e o aprimoramento contínuo de habilidades. Diferentemente das anteriores, são intrínsecas e não podem ser plenamente satisfeitas por fatores externos. Conforme Maslow, as necessidades de níveis superiores somente se manifestam quando as de níveis inferiores foram satisfeitas, ainda que parcialmente.

3. MATERIAL E MÉTODOS

Foi realizada uma pesquisa bibliográfica na plataforma Oasisbr, considerando como tipo de material apenas artigos que apresentassem o assunto “esgotamento mental no trabalho” e estivessem redigidos em língua portuguesa. A busca inicial resultou em 24 publicações. Em seguida, aplicou-se o filtro referente ao ano de publicação, delimitando o período entre 2020 e 2024, o que reduziu o

número de resultados para seis artigos.

Como critério de inclusão, selecionaram-se somente aqueles que utilizaram o instrumento de medição Maslach Burnout Inventory (MBI). Após essa triagem, foram identificados dois artigos que abordaram a temática do esgotamento entre docentes utilizando tal instrumento.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com o objetivo de facilitar a compreensão, os artigos selecionados foram denominados Artigo I e Artigo II. A partir dessa identificação, elaborou-se um quadro, Quadro 1, contendo os principais aspectos observados que influenciam o desenvolvimento da Síndrome de Burnout nos docentes, bem como os níveis hierárquicos da Pirâmide de Maslow nos quais esses fatores se enquadram.

Quadro 1 – Pontos sobre os artigos

Nível da pirâmide	Sintomas Artigo I	Sintomas Artigo II
Necessidades fisiológicas	Sono ruim; sedentarismo ou baixa atividade física; poucas oportunidades de lazer.	Avaliação negativa quanto à acústica do ambiente escolar.
Necessidades de segurança	Intensificação das atividades laborais; percepção de que o trabalho é estressante e interfere na vida pessoal; falta de autonomia; preocupação com estabilidade.	Ter sofrido agressão na escola; sentir-se sobrecarregado; excesso de burocracia; elevado número de alunos; sentimento de não participação nas decisões.
Necessidades sociais	Exigência de atividades extraclasse e burocráticas; participação em pesquisas; influência da percepção dos familiares; mau comportamento dos alunos.	Incômodo com alunos e pais; falta de apoio dos colegas; ruído na sala de aula e na escola.
Necessidades de estima	Pressão para desenvolvimento de pesquisas e publicações; redução da satisfação com crescimento pessoal; considerar atividades pouco interessantes; trabalho percebido como espaço total da vida.	Sentir-se não realizado profissionalmente; avaliação negativa sobre participação nas decisões; falta de apoio dos colegas; incômodo com alunos e pais.
Necessidades de autorrealização	Inserção em pesquisas; redução da satisfação com crescimento profissional; percepção de que o trabalho interfere na vida pessoal.	Sentir-se não realizado profissionalmente; participação nas decisões.

Fonte: Elaborado pela autora.

Observa-se que os fatores levantados não se restringem a um único nível hierárquico, pois sofrem influência de diferentes graus da Pirâmide de Maslow.

No nível fisiológico, verificou-se que a privação de sono, a prática insuficiente de atividades físicas e a limitação de momentos de lazer, assim como o desconforto com o ambiente físico (como ruído ou acústica inadequada), representam necessidades básicas não atendidas, constituindo fatores iniciais para o desenvolvimento do Burnout.

O nível de segurança envolve situações de sobrecarga de trabalho, falta de autonomia, excesso de burocracia e exposição a ambientes potencialmente violentos, interferindo diretamente na sensação de proteção do docente e intensificando o estresse ocupacional. No que se refere às necessidades sociais, a falta de apoio de colegas, conflitos com alunos e familiares e a exigência de atividades extraclasse ou burocráticas contribuem para sentimentos de isolamento e redução da percepção de pertencimento, evidenciando a importância da interação social para a saúde mental do professor.

As necessidades de estima aparecem na forma de pressão por produtividade, reconhecimento insuficiente e frustração pessoal, fatores que podem gerar baixa autoeficácia e sensação de desvalorização, impactando negativamente a motivação e a satisfação profissional. Por fim, o nível de autorrealização envolve limitações para desenvolver plenamente o potencial pessoal e profissional,

associadas à interferência do trabalho na vida pessoal, comprometendo o alcance de metas intrínsecas e a satisfação pessoal mais profunda, o que intensifica os efeitos do Burnout.

Dessa forma, observa-se que os fatores que contribuem para o Burnout nos docentes não são exclusivos de um único nível hierárquico da pirâmide, mas sofrem influência de múltiplos graus, com maior notoriedade para os níveis social, de estima e de segurança. Compreender essas relações é fundamental para o desenvolvimento de estratégias de prevenção e intervenção voltadas ao enfrentamento dessa condição no ambiente escolar.

5. CONCLUSÃO

As análises indicam a existência de uma possível relação entre a incidência da Síndrome de Burnout e a busca pelo atendimento das necessidades pessoais e profissionais dos docentes, com maior relevância para os níveis social, de estima e de segurança. Esses achados podem subsidiar o desenvolvimento de estratégias e ações voltadas ao enfrentamento dessa condição no contexto da docência.

As limitações do estudo estão relacionadas ao caráter exclusivamente bibliográfico da análise. Para pesquisas futuras, recomenda-se a realização de estudos de caso em instituições de ensino, possibilitando a coleta de dados empíricos e o aprofundamento das evidências sobre o fenômeno.

REFERÊNCIAS

- BARRETO, M.F.C.; GALDINO, M.J.Q.; FERNANDES, F.G.; MARTINS, J.T.; MARZIALE, M.H.P.; HADDAD, M.C.F.L. Workaholism e burnout entre docentes de pós graduação stricto sensu. **Revista Saúde Pública**, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2022056003883>. Acesso em 30 jul 2025.
- CHIAVENATO, I. **Recursos humanos: o capital humano das organizações: como atrair, aplicar, manter, desenvolver e monitorar este valioso tesouro organizacional**. 10. ed. Rio de Janeiro: Elsevier. 2015.
- FIOCRUZ. **Repórter SUS: classificação da OMS para síndrome de burnout passa a valer no Brasil**. Rio de Janeiro, 2025. Disponível em <https://fiocruz.br/noticia/2025/01/reporter-sus-classificacao-da-oms-para-sindrome-de-burnout-passa-valer-no-brasil> Acesso em 30 jul 2025.
- MASLOW, A.H. A Theory of Human Motivation. **Psychological Review**, 50, 370-396. 1943. Disponível em <https://psychclassics.yorku.ca/Maslow/motivation.htm> Acesso em 30 jul 2025.
- MOTTA, F. C. P.; VASCONCELOS, I. G. **Teoria geral da administração**. 3ª ed. rev. São Paulo: Cengage Learning, 2014.
- OMS. Organização Mundial da Saúde. **CID: burnout é um fenômeno ocupacional**. Genebra: OMS, 2019.
- SIMÕES, E. C., CARDOSO, M. R. A.. Violência contra professores da rede pública e esgotamento profissional. **Cien Saude Colet** v. 27, n. 3, 2021. Disponível em: <http://cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/violencia-contra-professores-da-rede-publica-e-esgotamento-profissional/17911?id=17911> Acesso em 30 jul 2025.
- STEINWANDTER, A. C. S. **Um olhar organizacional sobre a relação da Síndrome de Burnout com a posição do indivíduo na Pirâmide de Maslow**. 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Administração), Universidade Federal de Sergipe, 2021. Disponível em https://ri.ufs.br/bitstream/riufs/15732/2/Amalia_Cristina_Santos_Steinwandter.pdf Acesso em 29 jul 2025.
- TORQUATO, M.F.L. **Burnout x Workaholism**. Jornada Científica e Tecnológica. 16, 2024, Inconfidentes. Anais [...], v.16, n.3. Inconfidentes: IFSULDEMINAS, 2024.