


## FATORES ESTRESSORES E A SÍNDROME DE BURNOUT EM BIBLIOTECAS UNIVERSITÁRIAS

### *STRESSING FACTORS AND BURNOUT SYNDROME IN ACADEMIC LIBRARIES*

 Ana Gláucia de Lima Sebastião do Carmo<sup>1</sup>

 Sonia Aguiar Cruz-Riascos<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Mestre em Ciência da Educação e Multidisciplinaridade pela Universidade Gama Filho (UGF).


**E-mail:** [glauucia\\_pedagogia@hotmail.com](mailto:glauucia_pedagogia@hotmail.com)

<sup>2</sup> Pós-Doutora em Ciência da Informação pela Universidade de Brasília (UnB). Docente dos Cursos de Biblioteconomia e Gestão da Informação da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE).

**E-mail:** [sonia.cruzriascos@gmail.com](mailto:sonia.cruzriascos@gmail.com)



#### ACESSO ABERTO

**Copyright:** Esta obra está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional. 

**Conflito de interesses:** As autoras declaram que não há conflito de interesses.

**Financiamento:** Não há.

**Declaração de Disponibilidade dos dados:** Todos os dados relevantes estão disponíveis neste artigo.

**Recebido em:** 15/03/2021.

**Aceito em:** 28/04/2021.

#### Como citar este artigo:

CARMO, Ana Gláucia de Lima Sebastião do; CRUZ-RIASCOS, Sonia. Fatores estressores e a Síndrome de Burnout em bibliotecas universitárias. **Informação em Pauta**, Fortaleza, v. 6, n. especial, p. 13-31, maio 2021. DOI: <https://doi.org/10.36517/2525-3468.ip.v6iespecial.2021.67916.13-31>.

#### RESUMO

A pesquisa objetivou analisar ocorrência de fatores estressores que podem ocasionar a Síndrome de Burnout no labor do bibliotecário. Para tanto, buscou-se evidenciar conceitos, dimensões e elementos constitutivos da referida Síndrome, indicar fatores estressores nas bibliotecas, e averiguar meios preventivos e de intervenção. Trata-se de pesquisa descritiva com objetivo exploratório e abordagem qualitativa. Caracteriza-se por estudo de caso na Universidade Federal de Pernambuco, com trinta e um bibliotecários como sujeitos. O instrumento de coleta de dados foi o questionário com questões voltadas para fatores sociodemográficos e temas pertinentes ao labor dos bibliotecários. Utilizada a técnica de análise de conteúdo de Bardin, com categorias em classificação e inferências, destacando aportes da autora Benevides-Pereira como diretriz teórica. Como resultado, tem-se que o ambiente laboral do bibliotecário é propenso a alguns fatores estressores sejam eles internos e(ou) externos de personalidade e(ou) de cunho organizacional. Ressalta-se a necessidade de intervenção em bibliotecas outras, onde já ocorre a incidência de acometimento da Síndrome ou problemas relativos aos fatores estressores. Indica-se o uso de medidas preventivas em bibliotecas universitárias, incluindo ações a partir das Áreas de Gestão dos Sistemas de Bibliotecas, da Saúde e Qualidade de Vida, e da Gestão de Pessoas.

**Palavras-chave:** Síndrome de Burnout. Labor. Fatores estressores. Bibliotecário. Universidade Federal de Pernambuco.

**ABSTRACT**

The research aims to analyze if there are stressors factors that can cause Burnout Syndrome in the librarian's work. To this end, we sought to highlight concepts, dimensions and constituent elements of the referred Syndrome, indicate stressors factors in libraries and investigate preventive and intervention measures. This is a descriptive research with an exploratory objective and a qualitative approach. It is characterized by a case study at the Federal University of Pernambuco with 31 librarians as subjects. The data collection instrument was the questionnaire with questions related to sociodemographic factors and topics relevant to the work of librarians. Bardin's content analysis

technique was used, with categories in classification and inferences, highlighting contributions by the author Benevides-Pereira as a theoretical guideline. As a main result, the librarian's working environment is prone to some stressors, whether internal or (or) external personality and (or) organizational nature. The need for intervention in libraries is highlighted where there is the incidence of Syndrome involvement and also problems related to stressors factors already occurring. The use of preventive measures in university libraries is indicated including actions from the Library Systems Management, Health and Quality of Life and People Management Areas.

**Keywords:** Burnout Syndrome. Work. Stress factors. Librarian. Federal University of Pernambuco.

---

**1 INTRODUÇÃO**

Em geral, bibliotecas acadêmicas necessitam lidar com medidas de austeridade, redução de pessoal e otimização de recursos, por conseguinte, o peso do aumento da carga de trabalho dos bibliotecários pode resultar em estresse, menor saúde mental e, por vezes, incapacidade de envolvimento em atividades laborais mais direcionadas, como por exemplo, às práticas de ensino e aprendizagem. Essa perspectiva endossa um ambiente de excesso de trabalho e precariedade gerando outros efeitos colaterais negativos, onde o profissional atua e necessita lidar com atividades institucionais cada vez mais desafiadoras. Ao referenciar um estudo apresentado no *Critical Librarianship and Pedagogy Symposium*, em Tuscon, Arizona, nos Estados Unidos, em 2018, observa-se a preocupação em discutir as estruturas das bibliotecas acadêmicas, as relações de poder, os desafios no labor e os impactos para a sociedade. Tem-se ciência da acentuada problemática no Brasil ao observar que todavia diversas são as possibilidades de logros a serem alcançados pelas bibliotecas universitárias, visto que raramente encontram respaldo junto aos poderes públicos, tanto em relação aos investimentos quanto na ininterrupção de políticas públicas que possibilitem suporte adequado, sobretudo, às ações educacionais e de mediação, tão necessárias para os indivíduos e a sociedade.

Nos últimos anos, o trabalhador vem sendo observado em seu ambiente de labor mediante comportamento, atitudes e até mesmo suas reações, com o intuito de minimizar problemas de saúde física e mental, obtendo, assim, melhorias na qualidade de vida desse profissional e impactando, satisfatoriamente, na produtividade. Por outro lado, o funcionário quando acometido pela Síndrome, desenvolvida devido ao exercício de suas funções, pode apresentar um tipo de comportamento estranho e(ou) insatisfatório dentro do ambiente de trabalho. A referida Síndrome pode ser desencadeada por diversos fatores estressores acarretando grande cansaço ou exaustão, e o que era prazeroso, no início do labor, passa a não ser mais.

Uma vez que o bibliotecário é um trabalhador, e este dispõe boa parte de seu tempo realizando múltiplas funções que lidam com diversas atividades gerenciais, técnicas rotineiras e de atendimento das demandas informacionais aos usuários, a literatura indica que o Burnout pode se desenvolver devido a ocorrências como essas. Diante desse contexto, surgiu o objetivo primeiro deste estudo de analisar se há fatores estressores que podem ocasionar a Síndrome de Burnout no labor do bibliotecário no ambiente universitário. Especificamente, buscou-se evidenciar conceitos, dimensões e elementos constitutivos da referida Síndrome, indicar fatores estressores nas bibliotecas, e averiguar meios preventivos e de intervenção.

Trata-se de pesquisa descritiva, com objetivo exploratório e abordagem qualitativa. Caracteriza-se um estudo de caso na Universidade Federal de Pernambuco. Como instrumento para a coleta de dados, tem-se o questionário sociodemográfico e perguntas pertinentes ao trabalho do bibliotecário universitário. O quadro do Sistema de Bibliotecas é de setenta e quatro (74) bibliotecários e compuseram este estudo trinta e um (31) profissionais do *Campus* do Recife. A partir do convite para participação na pesquisa, ao aceitarem, receberam um Termo de Consentimento Livre Esclarecido com o objetivo do estudo e a segurança do sigilo e da confidencialidade. Ocorreu pré-teste com posterior aprovação. Utilizou-se a técnica de análise de conteúdo do pesquisador Bardin com categorias e subcategorias para o tratamento das informações geradas no campo, bem como a ancoragem em embasamentos teóricos da autora Benevides-Pereira. Destaca-se que os dados coletados e o referencial serviram como fontes de análise para inferências e ressalta-se que o artigo apresenta resultados extraídos de extensa e detalhada pesquisa realizada entre 2018 e 2019.

Importante reflexão pode ser feita ao pensar que o trabalho não somente traz dignidade, realização e satisfação, mas também demanda diversas funções e atividades muitas vezes penosas ou cansativas e, até mesmo, desagradáveis. Nem sempre o trabalho possibilita reconhecimento, prazer, aumento de produtividade, recompensas e a tão desejada independência financeira, chegando a situações que ocasionam desinteresse, insatisfação, irritação e (ou) exaustão, causando problemas organizacionais. Cabe lembrar que o trabalhador passa boa etapa de sua vida dedicado ao trabalho, tendo nele expectativas profissionais e pessoais, incluindo bem-estar para si e para os seus dependentes. Ademais, o ambiente laboral deve ser preservado de infortúnios que causem desconforto tanto ao trabalhador quanto aos seus colegas. Este estudo pretende discutir o labor do bibliotecário para melhoria da sua qualidade de vida, abrangendo os âmbitos profissional e social.

## 2 EXPLORANDO A SÍNDROME DE BURNOUT

Conforme Lipp (2002, p. 64) o Burnout é definido como “consumir-se em chamas” como um tipo de estresse ocupacional, que é apresentado por um sentimento profundo de exaustão e frustração, relacionados ao trabalho. Segundo a autora, esse sentimento aos poucos tende a se estender a todas as esferas da vida do trabalhador; a mesma, intitula a Síndrome como um fenômeno. Guditus (1980) definiu o Burnout como problemas psicológicos que são desencadeados pelo ambiente de trabalho, vindo em resposta ao estresse excessivo e à insatisfação das funções exercidas, ou deixando o indivíduo exaurido no seu labor, fazendo das suas atribuições penalidades a serem cumpridas.

Para Maslash e Jakson (1981), Burnout é um tipo de estresse ocupacional que acomete profissionais envolvidos com a função de cuidados, realizando prestação de serviço direto, contínuo e emocional a outras pessoas. Segundo eles, o Burnout desenvolve fatores causadores do desgaste físico e emocional que são ocasionados no trabalho, e representados por seis pontos de desequilíbrio entre o funcionário e o ambiente laboral: insuficiente remuneração, falta de controle, colapso da união, trabalho em excesso, ausência de equidade e valores conflitantes.

Benevides-Pereira (2010) discorre que o Burnout é uma resposta a um estado prolongado de estresse, que advém de uma cronificação do mesmo, isto é, a Síndrome tem um caráter negativo conhecido como *distress*. O Burnout está relacionado ao ambiente

laboral com os tipos de atividades desenvolvidas pelo trabalhador, além disso, comporta uma dimensão social, interrelacional, através da despersonalização.

Leiter (1993 *apud* BENEVIDES-PEREIRA, 2010, p. 49) corrobora dizendo que o Burnout está relacionado à exaustão emocional, - esta desenvolvida a partir de demandas interpessoais -, como também, às características da carga de trabalho que podem dar surgimento a reações de defesa, como o isolamento do indivíduo no próprio trabalho, ou com a indiferença (despersonalização) com colegas e clientes. “A falta de recursos (pessoais e/ou institucionais) interfere tanto no desenvolvimento da despersonalização como no escasso comprometimento com o trabalho e consequente baixa na realização pessoal nas atividades ocupacionais”.

Uma das primeiras pesquisas sobre a Síndrome de Burnout surgiu nos Estados Unidos, na década de 1970, através de médico psicanalista Freudenberg. Em 1974, desenvolveu um artigo com observações sobre colegas de trabalho que realizavam atividades assistencialistas como voluntários em uma clínica de pessoas viciadas em drogas. Esses profissionais apresentaram mudanças de humor, mostrando-se insensíveis e, também, com distúrbios psicossomáticos. A publicação teve como objetivo principal prevenir a comunidade científica quanto aos problemas que os trabalhadores de saúde poderiam estar expostos em seus ambientes laborais (BENEVIDES-PEREIRA, 2010).

No Brasil, pesquisas relativas à Síndrome tiveram início em 1987, sendo repercutidas por meio de trabalhos científicos publicados, a partir dos anos 1990, por pesquisadores como: Codo (1999), Farber (1999), Benevides-Pereira (2002; 2010), Lipp (2002), Nunes Sobrinho (2010), Levy (2010) e Carlotto (2010). Referidos estudos propiciaram impactos na área para mais aprofundamentos.

A Síndrome de Burnout apresenta quatro tipos de sintomas: físicos, comportamentais, psíquicos e defensivos, estes são desenvolvidos no trabalhador através do ambiente laboral, devido a um alto nível de estresse que causa uma exaustão. Para Benevides-Pereira (2010) os sintomas físicos respondem a uma “fadiga constante e progressiva, distúrbios de sono, dores musculares, problemas osteomusculares, distúrbios do sistema respiratório, enxaquecas, problemas gastrointestinais, imunodeficiência, cardiovasculares, disfunções sexuais, e alterações menstruais”, por exemplo. Os sintomas relacionados ao comportamento são percebíveis, como: “irritabilidade, agressividade, dificuldade com a aceitação de mudanças, perda ou falta de iniciativa, negligência, excesso de escrúpulos, incapacidade de relaxar, aumento de

consumo de alguma substância inapropriada para a saúde, comportamento de alto risco, suicídio”. O sintoma psíquico é apresentado através da “alteração da memória, falta de concentração, lentidão do pensamento, solidão, sentimento de alienação, impaciência, insuficiência, baixa autoestima, dificuldade de autoaceitação, desânimo, disforia, depressão, desconfiança e paranoia”. Os sintomas defensivos são identificados a partir do “isolamento, sentimento de onipotência, perda de interesse pelo trabalho, falta de lazer, absenteísmo, ironia e cinismo” (BENEVIDES-PEREIRA, 2010, p. 43).

Para Maslach e Jackson (1981), o Burnout é uma síndrome tridimensional que decorre de um ambiente laboral inadequado, e este ocasiona, por sua vez, no profissional, um “estado crônico de stress ocupacional” apresentado através da presença de três dimensões: Exaustão Emocional (exaustão-energia), Despersonalização (despersonalização-ceticismo) e Realização Pessoal (ineficiência-realização profissional). Essas dimensões são relacionadas, mas independentes. Para detectar e determinar o grau de Burnout é muito utilizado o Instrumento Maslach Burnout Inventory (MBI), ou Inventário de Burnout de Maslach. Trata-se de um questionário apropriado para diagnosticar a referida Síndrome por profissionais de saúde qualificados (MASLACH; LEITER, 1999, p. 206).

O Instrumento utiliza escala do tipo Likert para medir as dimensões da experiência de um indivíduo com o trabalho, incluindo: a Exaustão Emocional que “avalia sentimento de estar exausto emocionalmente em função do trabalho”, a Despersonalização que “avalia respostas de insensibilidade e impessoalidade frente aos usuários/clientes”, e a Realização Pessoal que, por sua vez, “avalia sentimentos de competência e de realização no trabalho” (RAMOS; NEME, 2008, p. 586).

Quando se alcança muitos pontos (scores) em Exaustão Emocional e Despersonalização e poucos pontos (scores) em Realização Pessoal, por exemplo, isso implica que o indivíduo está passando por um desgaste físico. Moreira *et al.* (2008) trazem sobre as dimensões: *Exaustão Emocional* (EE) têm por característica a “falta de energia e entusiasmo, devido à sensação de estar esgotado, somando o sentimento de frustração, tensões diárias referentes aos problemas do ambiente laboral, e percepção da falta de condições de se manter enérgico no tratamento com o cliente ou demais pessoas”; a *Despersonalização* (DE) é a característica de uma “insensibilidade, desumanização ao tratar os usuários e colegas, e atitudes negativas”; e a *Realização Profissional* (RP), uma dimensão caracterizada pela “baixa realização profissional, valores depreciativos,

infelicidade e insatisfação quanto ao trabalho, pois avalia-se com negatividade”. O indivíduo, na verdade, entende que suas funções não estão sendo de grande valia no setor laboral, conseqüentemente, deixa de interagir com os colegas, e também ocorre o declínio de sua percepção acerca da própria competência e do seu êxito profissional.

Observa-se a importância do monitoramento das relações interpessoais e das análises ambientais no escopo do labor para a manutenção da saúde no trabalho. De fato, o Burnout “passou a ter protagonismo no mundo laboral na medida em que veio a explicitar grande parte das conseqüências do impacto das atividades ocupacionais no trabalhador, e deste, na organização” (BENEVIDES-PEREIRA, 2010, p. 14).

### **3 ESTRESSE E FATORES ESTRESSORES**

Nasseti (2003, p. 12) discorre que a existência do estresse é tão antiga quanto o homem, e atinge a qualquer cidadão de modo geral. Sendo o estresse um influenciador emocional e mental, pode levar a doenças psicossociais, como: “depressão, letargia, falta de motivação, nervosismo, incapacidade de enfrentar situações difíceis, inapetência, dificuldades de concentração”. Segundo Fernandes *et al.* (2018), o estresse pode ser um fator positivo quando visto como um estado de alerta, que gera energia “motivadora” e auxilia nas adversidades da vida; ou seja, o estresse pode aumentar, inclusive, a produtividade no trabalho, e o ambiente do labor pode se tornar até mesmo mais saudável. Contudo, Fernandes *et al.* (2018) adverte que adoecemos porque o estresse contínuo é interpretado pelo organismo como uma situação de perigo que pode instigar desequilíbrios do sistema imunológico e distúrbios psicológicos. O estresse pode, ainda, ser causador de depreciação da profissão exercida pelo próprio trabalhador, quando este faz menção da mesma. Logo, situações que despertam emoções tanto boas quanto más podem acarretar fatores estressores. Há estresses ocasionados por estímulos negativos e outros, pelos positivos; os negativos são conhecidos como *distress* e os estímulos positivos como *eustress*, os dois podem ser prejudiciais e de proporções grandes, visto que podem acarretar exaustão.

A associação de alguns fatores como: estrutura inadequada, falta de espaço físico e ausência de recursos no trabalho, pode levar ao estresse em excesso, acarretando exaustão, e conseqüentemente, a Síndrome de Burnout. Então, esses fatores são conhecidos como estressores, sendo encontrados no âmbito social do meio laboral. Sejam

de ordem externa ou interna, comprometem a saúde de muitos profissionais (ODORIZZI, 1995).

De acordo com Lipp (2002, p. 71) o Burnout é “uma Síndrome multifatorial e parece resultar da conjugação de fatores internos (vulnerabilidade biológicas e psicológicas) e externos (relativos ao ambiente de trabalho)”. É através dos fatores estressores que o profissional começa a desenvolver um nível de estresse que com o tempo se auto eleva e ocasiona exaustão, e desta, por sua vez, desenvolve-se a Síndrome. Para a autora (2002), os fatores externos ocupacionais são a falta de: desafio, autonomia, reconhecimento, justiça, transparência, confiança, controle sobre o próprio trabalho, dentre outros. E, os fatores internos são: baixa autoestima, responsabilidade exagerada, perfeccionismo, acentuado idealismo, metas inviáveis, necessidade de aprovação, negativismo, grandes expectativas, altas aspirações, e o controle.

Quanto aos fatores externos, apontam-se efeitos que podem interferir, como: *layout*, iluminação, *design* do mobiliário, cores no ambiente e ruídos acessíveis, também podem afetar: a própria organização e as formas de gestão, as normas e a legislação, a carga horária, etc. (LIPP, 2002). Odorizzi (1995) salienta que alguns fatores estão associados ao espaço físico, como: falta de recursos, ausência de compromisso dos envolvidos e inexistência da socialização profissional. Estes podem causar irritabilidade no setor de trabalho, pois são alheios ao trabalhador, e em geral, são os que mais levam ao desgaste emocional.

Ressalta-se a importância da discussão acerca da compreensão de que fatores internos e externos podem ocasionar estresse excessivo no ambiente laboral, - não apenas nas bibliotecas universitárias, mas como um todo no trabalho do bibliotecário -, com o propósito de evitar a ocorrência de fatores estressores, visto que ao se agravarem geram a Síndrome de Burnout.

#### **4 O BIBLIOTECÁRIO E O SEU LABOR**

Antes de tratar do Burnout do Bibliotecário, cabe apresentar as principais atribuições deste profissional. De acordo com a Classificação Brasileira de Ocupações (CBO), uma das profissões que está inserida como Profissional da Informação (código 2612) é a do Bibliotecário (código 2612-05). Na CBO são atribuídas “denominações’ ao profissional Bibliotecário: Biblioteconomista, Bibliógrafo, Cientista da informação,



Consultor da informação, Especialista da informação, Gerente de informação e Gestor de informação” (BRASIL, 2002, s.p).

O profissional Bibliotecário administra a unidade de informação, que pode estar inserida em uma organização pública, na iniciativa privada, no Terceiro Setor, em Organismos Internacionais, ou em outras instituições e, conseqüentemente, necessita tratar de questões gerenciais, operacionais, de equipe de trabalho, etc., lidando, muitas vezes, na Administração Pública com problemas do sistema burocrático, por exemplo, relativas aos recursos humanos, quando necessita ampliar o quadro de profissionais, principalmente capacitados, para não sobrecarregar os que estão no seu labor, evitando sobretudo fatores estressores e o Burnout.

Quanto às funções e atribuições do Bibliotecário, pode-se dizer que são diversas no ambiente de trabalho, no entanto, a não definição de uma função no setor laboral pode acarretar no profissional um alto nível de estresse ou exaustão (RAMOS; NEME, 2008). A profissão é regida por pareceres e decretos que seguem leis, todos respaldam a capacidade de seu labor. Segundo os artigos 6º e 7º da Lei 4.084 de 30 de junho de 1962 (BRASIL, 1962), referente ao exercício da profissão do Bibliotecário e suas competências, tem-se que:

Art. 6º São atribuições dos Bacharéis em Biblioteconomia, a organização, direção e execução dos serviços técnicos de repartições públicas federais, estaduais, municipais e autárquicas e empresas particulares concernentes às matérias e atividades seguintes: o ensino de Biblioteconomia; a fiscalização de estabelecimentos de ensino de Biblioteconomia reconhecidos, equiparados ou em via de equiparação; administração e direção de bibliotecas; a organização e direção dos serviços de documentação; a execução dos serviços de classificação e catalogação de manuscritos e de livros raros e preciosos, de mapotecas, de publicações oficiais e seriadas, de bibliografia e referência. Art. 7º Os Bacharéis em Biblioteconomia terão preferência, quanto à parte relacionada à sua especialidade nos serviços concernentes a: demonstrações práticas e teóricas da técnica biblioteconômica em estabelecimentos federais, estaduais, ou municipais; padronização dos serviços técnicos de biblioteconomia; inspeção, sob o ponto de vista de incentivar e orientar os trabalhos de recenseamento, estatística e cadastro das bibliotecas; publicidade sobre material bibliográfico e atividades da biblioteca; planejamento de difusão cultural, na parte que se refere a serviços de bibliotecas; organização de congresso, seminários, concursos e exposições nacionais ou estrangeiras, relativas a Biblioteconomia e Documentação ou representação oficial em tais certames.

Assevera-se nos artigos 5º e 8º do Decreto nº 56.725 de 16 de agosto de 1965 (BRASIL, 1965), o rol de atribuições do Bibliotecário, devendo este seguir o que lhe é atribuído profissionalmente.

Já no tocante aos fatores estressores no labor do Bibliotecário é possível que haja um esgotamento nas suas funções devido às pressões orçamentárias, pesadas cargas de trabalho, atendimento a usuários difíceis, como também excessivas atividades administrativas, frequentes mudanças tecnológicas, falta de profissionais na unidade de informação, substituição de colegas, alterações de atividades e necessidade constante de atualização. Para que a comunidade de usuários acadêmicos esteja satisfeita, bibliotecários podem atuar sob pressão e isso pode levar à depressão, ansiedade, e doenças físicas, ocasionadas por exaustão prolongada, (MARTIN, 2009). São diversas as fontes de estresse decorrentes de um setor laboral, e na biblioteca não é diferente de outros ambientes de trabalho, principalmente quando foi visto na literatura que essa função de prestação de serviço ao usuário pode acometer problemas com clientes multiqueixosos, intransigentes, agressivos, difíceis de lidar, com comportamentos conflituosos, extremamente exigentes, por exemplo. Além disso, em determinados contextos, há necessidade de lidar com o fator assistencialista mantendo o profissional em contato direto com pessoas ou comunidades em situações de grande risco, violência extrema ou calamidade, gerando, muitas vezes, desconforto acentuado, tristeza profunda, e sentimento de impotência, causando, inclusive forte estresse podendo levar à Síndrome de Burnout.

Ramos e Neme (2008) corroboram dizendo que além dos fatores de estresse relacionados à falta de recursos da biblioteca, à organização e à instituição, há também aqueles pertinentes às relações interpessoais. Existem fatores que podem decorrer de irregularidades relativas à falta de limpeza, mobiliário inadequado, e má conservação de equipamentos, sendo estes, potencializadores da perda de saúde do Bibliotecário.

Aborda-se, também, sobre os riscos que o bibliotecário necessita lidar em sua profissão, com fatores de degradação de acervos, como por exemplo com: excesso de umidade, problemas relativos à temperatura e luz, poeira, insetos, roedores, fungos, bactérias e produtos tóxicos. Para Souza e Silva (2007), equipamentos adequados para a segurança dos Bibliotecário, sua proteção e a prevenção de riscos, muitas vezes, não lhe são fornecidos ou até mesmo, são negados. Por vezes, necessitam atuar em ambiente que não lhe traz conforto e(ou) segurança.

A profissão do Bibliotecário exige muitos esforços, sejam eles no exercício profissional, no sentido humano e social. Sendo assim, torna-se necessário um bom ambiente de trabalho para estar em sintonia com sua atuação. Adiciona-se a relevância do

equilíbrio de corpo e mente para responder aos seus compromissos na unidade de informação, seguindo o Código de Ética da Profissão, para o pleno exercício em prol da sociedade (CFB, 2002).

## 5 ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO E INTERVENÇÃO

Reconhecer a Síndrome de Burnout como problema decorrente de exaustão no trabalho visa colocar em prática estratégias de prevenção e intervenção, principalmente nos dias atuais em que a sociedade está cada vez mais exigente quanto aos resultados do trabalho profissional. O aumento da “produtividade, qualidade, lucratividade ou de questões associadas à recessão, vêm gerando maior competitividade e, conseqüentemente, mais problemas psicossociais” (BENEVIDES-PEREIRA, 2010, p.16). Carlotto e Gobi (2000), através de seus estudos, chegam à conclusão de que a melhor maneira de lidar com ela é através de ações preventivas, pois estas envolvem tanto os profissionais atuantes quanto as equipes diretivas. Um método eficiente utilizado por profissionais e apresentado por Lipp e Malagris (2001 *apud* NUNES SOBRINHO, 2010) é a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) que visa proporcionar ampliação das possibilidades de intervenção, por lidar com diversos tipos de transtornos emocionais, sendo também de grande utilidade no tratamento do estresse excessivo e da Síndrome de Burnout.

A TCC é baseada em diversas abordagens como a da Teoria de Aprendizagem, com o Modelo Cognitivo valorizando aspectos mentais para compreensão, e no tratamento de transtornos emocionais. Maslach e Leiter (1999) apresentam seis áreas da vida organizacional nas quais ocorrem desequilíbrios de carga de trabalho, controle, recompensa, união, equidade e valores. Elas representam um ponto de partida rumo ao objetivo de uma vida melhor no trabalho. Com adequação e compromisso e não com desequilíbrio, desgaste físico e emocional:

1- carga de trabalho sustentável; 2- sentimento de escolha e controle; 3- reconhecimento e recompensa; 4- senso de união; 5- equidade, respeito e justiça; 6- trabalho significativo e valorizado. Para se eliminar estes é necessário criar harmonia entre o trabalhador, de forma que leve a uma mudança no ambiente de trabalho e nos próprios indivíduos” (MASLACH; LEITER, 1999, p. 162, 163-172).

As estratégias indiretas para melhorar a qualidade de vida do trabalhador são iniciadas com o cuidado com a saúde, como: dormir o suficiente, fazer caminhadas, praticar exercícios físicos ou realizar esportes regularmente, fazer dietas balanceadas, respirar corretamente, realizar exercícios de relaxamento (LIPP, 2002). Recomenda aprender técnicas de manejo do estresse. Indica, também, começar reservando um tempo a sós fazendo algo que seja agradável como um hobby, de preferência diariamente, praticando o bom humor sempre que possível, identificando valores que regem a vida, pois quando as ações estão de acordo com os valores éticos adquire-se tranquilidade e paz. De acordo com Lo e Herman (2017), o indivíduo para estar bem no seu local de trabalho e ter uma vida saudável, deve estar em sintonia com seis dimensões relativas ao bem-estar: intelectual, emocional, físico, social, ocupacional e espiritual.

Quanto aos meios interventivos, para o enfrentamento da Síndrome de Burnout, Nunes Sobrinho (2010, p. 141), comentam que, em primeiro lugar, deve-se conseguir identificar os fatores externos e internos, verificar o ambiente de trabalho em sua totalidade e observar os fatores estressores. O ambiente de trabalho se compõe de fatores e aspectos “físicos, psicossociais e pessoais”. Quando é abordado o aspecto físico, estão envolvidos: recursos técnicos apropriados, a temperatura, a luminosidade, barulhos excessivos, ausência de mobiliários etc. Quanto aos fatores psicossociais são consideradas: “as relações interpessoais no ambiente de trabalho, analisar se existe conflito com a gestão ou colegas de trabalho”, por exemplo. Nunes Sobrinho (2010) reforçam que o profissional deve estabelecer prioridades nas áreas de sua vida, e seguir uma alimentação adequada, evitar consumo de cigarros, álcool, ou outras drogas, dormir bem, fazer atividade física, dedicar tempo ao lazer, utilizar técnicas de relaxamento, respirar adequadamente, como aspectos favoráveis à prevenção do estresse.

Vem crescendo o número de empresas que estão se dedicando a melhorar o ambiente de trabalho, mas ainda há muito a se fazer. Entende-se esse movimento seja relevante porque ao utilizar meios preventivos, logra-se apoiar os funcionários a evitar o estresse, e ao aplicar medidas interventivas, pode-se ajudar aqueles que já estão doentes ou adoecendo. Para isso, torna-se prudente que todos os envolvidos contribuam para as melhorias necessárias com vistas a garantir a saúde no trabalho.

A conscientização da problemática, a discussão sobre a temática e a ação responsável de forma conjunta na Instituição ou na Empresa podem criar uma cultura de saúde no trabalho. E, mais do que isso, urge que se propague a importância de um corpo

de profissionais com saúde no ambiente laboral. Portanto, estabelecer ações preventivas para que se evite o adoecimento no trabalho e medidas interventivas para a solução dos casos existentes requer a interação de todos.

## 6 RESULTADOS

Realizadas análises a partir dos dados coletados junto aos Bibliotecários da Universidade Federal de Pernambuco, do *Campus* do Recife. Carlotto e Dalcin (2018) orientam que a Síndrome de Burnout tem sido estudada e apresentada em dois grupos de variáveis: sociodemográficas e de personalidade, e referente aos fatores relativos ao cargo/função e trabalho que o indivíduo exerce, incluindo aspectos relacionados à organização e ao contexto laboral.

Com relação aos dados sociodemográficos, o primeiro resultado diz respeito à jornada de trabalho. Na questão, 75% assinalaram o gênero feminino e 25% o gênero masculino, sem outra indicação de gênero escolhida. Considerando a teoria, Nunes Sobrinho discorreu, em 2010, que naquela época a dupla jornada era mais realizada por mulheres, tendo trabalho profissional e afazeres do lar, além dos cuidados com os filhos, e tal sobrecarga as deixava com maior incidência da Síndrome. Isso ainda ocorre nos dias atuais. No entanto, atualizando o contexto, com as mudanças nas relações familiares, independentemente de gênero, ressalta-se trecho do autor na página 15: “a elevação no caso da exaustão pode estar associada à dupla jornada de trabalho (...)”. Este é o fator que deve ser considerado nas análises: a sobrecarga de funções.

No tocante à filiação, foi apontado que 65% dos participantes têm filhos e 35% não, sendo este quantitativo menor e mais propenso à Síndrome. Para título complementar Sampson (1990 *apud* BENEVIDES-PEREIRA, 2010) em pesquisa com psicólogos, apresenta resultados em que os pais que convivem no mesmo ambiente com seus filhos tem baixo nível de estresse em relação aos que não vivem com seus filhos, ademais, ainda como resultado da pesquisa o trabalhador que não têm filhos tende a desenvolver a Síndrome de Burnout, muitas vezes, devido à possível falta de motivação familiar para a execução do seu labor.

Sobre o estado civil, os solteiros apresentaram maior percentual (55%), propensos à Síndrome. O fator idade e a questão psicossocial associados podem fazer diferença nos resultados. Para os pesquisadores, ordinariamente, atribui-se ao casamento, ou ao fato de

ter um relacionamento afetivo estável, uma propensão menor para o Burnout. De tal forma, unem-se ao fator 'solteiro', com maiores níveis de escores de valores nas dimensões da Síndrome, os 'viúvos' e os 'divorciados' (BURKE; GREENGLASS, 1989; RAQUEPAW, MILLER, 1989; LEITER, 1990; MASLACH, SCHAUFELI, LEITER, 2001 *apud* BENEVIDES-PEREIRA, 2010).

Quanto ao fator idade, apresentaram quantitativo maior de bibliotecários com idades entre 40 e 49 anos, correspondendo a 11 indivíduos (35%). Diante da teoria, os profissionais com mais idade, na maioria das vezes, sentiam-se realizados em suas funções, enquanto os mais novos não, principalmente os que ainda não haviam atingido os 30 anos, estes estariam mais propensos a desenvolverem a Síndrome. Maslach, Schaufeli, Leiter e Gonzáles (1995, *apud* BENEVIDES-PEREIRA, 2010) observaram a incidência mais frequente em trabalhadores jovens que ainda não haviam completado os 30 anos.

Ainda, para os jovens, a pouca experiência de trabalho desenvolve certa insegurança quanto ao choque de realidade do trabalho, pelo fato de verificarem que suas ilusões, grande parte das vezes, não possuem sustentação. Sobre o tempo de profissão: o maior grupo 38% (atuando de 9 a 18 anos); em seguida, o grupo de 23% (de 5 meses a 7 anos); com mais tempo de trabalho: o grupo de 13% (na faixa de 22 a 30 anos); e 17% com bastante tempo de trabalho (de 32 a 46 anos). Os que tem menos tempo de serviço, diante da teoria, podem estar mais propensos ao desenvolvimento da Síndrome. Logo, a falta de experiência e o fator idade se associam a maior risco para acometimento. Firth (1985) afirma que o Burnout começa a se manifestar, sendo internalizado desde o início da vida laboral do profissional, podendo, portanto, vir a ser exteriorizado com o tempo, e conseqüentemente, à mudança do labor.

Relacionado ao fator horas de trabalho, o percentual maior foi de 81% atuando 30 horas semanais, e 19% dos bibliotecários com 40 horas semanais (em funções de coordenação e gestão). Esse fator estressor não se enquadra na função dos bibliotecários, pois as horas de trabalho destes profissionais não excede a carga horária. O fator horas de trabalho é definido por Magno (2000) como matéria inclusa no âmbito do direito tutelar do trabalho, posto que a hora, ao ser limitada a tempos determinados de atividades não predispõe o trabalhador a problemas de ordem biológica, social e até econômica.

Referente ao lazer, houve 100% de respostas positivas, fator favorável para a melhoria da qualidade de vida. Para Ramos e Neme (2008, p. 585) “no Burnout há perda de interesse pelo trabalho e lazer, acompanhados de isolamento, sentimento de impotência [...]”. Quanto à atividade física, 55% praticam, enquanto 45%, não. Boa parte se exercita beneficiando a saúde. Segundo Lipp (2002), uma das estratégias para o enfrentamento da Síndrome, reduzindo estados de forte pressão, nervosismo ou raivas súbitas, pode ser a prática de exercícios.

Para a segunda etapa do questionário com perguntas relativas ao labor, recorreu-se à análise de conteúdo de Bardin. Os dados coletados foram organizados em categorias e subcategorias, e a partir delas foram feitas inferências com diálogos interpretativos.

Quanto à função que pode acarretar fator de estresse, obteve-se: 33% referente ao ‘tipo ocupação’, 26% ‘tipo cliente’ e 23% informam ‘não ter estresse’. Na categoria ‘tipo ocupação’, tem-se: ‘catalogação na fonte’, ‘gestão de pessoas’, ‘função gestão’ e ‘serviços burocráticos’. Na categoria ‘tipo cliente’: ‘lidar com público’, ‘atendimento ao público’, ‘lidar com pessoas’, ‘treinamentos de alunos para normalização’, ‘usuário insatisfeito’.

No tocante ao ambiente de trabalho, 75% responderam que este proporciona bem-estar, enquanto 25% disseram que não, e apontaram como fatores estressores: ‘infraestrutura antiga’, ‘equipamentos velhos’, ‘infiltrações’, ‘espaço inapropriado’, ‘sala pequena’, ‘móveis inadequados’, ‘layout não favorável’, ‘sinalização ineficaz’, ‘ar-condicionado quebrado’, ‘mesas e cadeiras incômodos’, ‘infraestrutura inaceitável’.

Os fatores desgaste físico e psíquico, segundo a literatura são desencadeantes da Síndrome de Burnout, caso não sejam modificados o quanto antes, os profissionais estão em risco com respeito a sua saúde. Segundo Benevides-Pereira (2010, p. 10), nos fatores estressores contribuintes para o aparecimento de sintomas de Burnout, [...] estão incluídos: a falta de recursos materiais, instalações e prédios malconservados, a baixa umidade do ar, a iluminação inadequada, climatização e componentes ambientais associados à sensação de desconforto, podendo evoluir para problemas de saúde.

Ao questionar sobre normas, mudanças, burocracia, clima, comunicação organizacional como possíveis fatores causadores de estresse, 34% dos respondentes apontaram ‘todos’ os itens citados, 25% ‘itens variados’ e 21% ‘comunicação organizacional’. Na categoria ‘todos’ (maior percentual), os respondentes indicaram todos os fatores estressores. Na categoria fatores variados, tem-se: ‘burocracia’, ‘comunicação organizacional’, ‘clima’ e ‘normas’. Infere-se que para os respondentes, a comunicação no

ambiente de trabalho tem sua importância e contribui para o bom funcionamento do setor. Sem a 'comunicação organizacional', o 'clima', as 'normas', 'a burocracia', as 'mudanças' passam a ser fatores estressantes. Os fatores acima estão inseridos no ambiente dos bibliotecários pesquisados e se persistirem podem ocasionar um possível adoecimento e, em consequência, o desenvolvimento da Síndrome de Burnout. Excesso de normas impedem a participação criativa e a autonomia, assim como a consequente tomada de decisão, emperrando as atividades que deveriam estar sendo realizadas [...].

Em relação à burocracia esta foi analisada em questões anteriores, [...] 'preenchimentos de formulários e a participação em reuniões administrativas acabam por consumir grande parte do tempo do profissional' (BENEVIDES-PEREIRA, 2010, p. 65-66). Para Gil-Monte (2003), o 'clima' social que impera no ambiente de trabalho é fator importante para que as pessoas possam se sentir confiantes, respeitadas e consideradas. O suporte social está relacionado com a qualidade do clima no labor implicando na saúde do trabalhador na organização.

Cassidy, Versluis e Menzies (2018) em pesquisa mostraram preocupação com as estruturas das bibliotecas acadêmicas, as relações de poder, os desafios no labor e os impactos para a sociedade. Com as análises realizadas no campo de estudo, destaca-se que o ambiente laboral do bibliotecário está propenso a fatores ditos estressores, que podem desenvolver no indivíduo um estresse ocupacional e persistindo, desencadeia-se a Síndrome de Burnout.

## **7 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Ao iniciar a pesquisa, a inquietação era a verificação da existência ou não de fatores estressores no ambiente de trabalho dos Bibliotecários da UFPE. Buscou-se, em caso afirmativo, conhecer quais poderiam desencadear a Síndrome de Burnout. Foi possível realizar estudos para conhecer os principais conceitos, os elementos e as dimensões da Síndrome de Burnout, além de identificar fatores estressores dos bibliotecários universitários no ambiente de trabalho. Em linhas gerais, destaca-se retorno satisfatório ao objetivo desta pesquisa, visto que os bibliotecários apresentaram em suas respostas que em seus ambientes de trabalho existem fatores estressores que são desencadeantes da Síndrome de Burnout, relacionados às atividades técnicas, atendimento ao usuário, atuação como gestor, dentre outras.



No ambiente laboral foram encontrados, em algumas bibliotecas, problemas de infiltração e mofo, e em outras, equipamentos em mal estado para uso ou até mesmo quebrados, somando-se a falta de materiais, computadores e impressoras, além de mobiliário com inadequação referente à ergonomia. Em algumas unidades a estrutura se encontra comprometida, isto é, os prédios e (ou) espaços se encontram em mal estado ou em decadência. A relevância deste estudo se justifica pela escassez de informação na literatura nacional relativa ao tema, podendo contribuir para futuras pesquisas na área da saúde do profissional bibliotecário com relação ao seu labor.

Diante da pesquisa realizada, observa-se que existem realidades desconhecidas voltadas ao setor trabalhista, como profissionais que se afastam ou abandonam seus trabalhos por motivos de saúde, sendo estes diagnosticados com doenças aparentemente corriqueiras ou psicológicas, mas que são decorrentes de um estresse ocupacional, que contribuiu para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout, decorrente de uma exaustão laboral. O labor é uma parte importante na vida de um indivíduo, porquanto boa parte da vida do profissional é dedicada ao trabalho. Com tantas desventuras encontradas no setor biblioteconômico, o profissional passou a ser vulnerável diante das condições do ambiente (setor) laboral. De tal maneira, o bibliotecário deve estar, a cada dia mais, em estado de alerta quanto a sua saúde. Constatou-se na teoria apresentada que existe na função deste profissional uma grande demanda de atividades que devem ser executadas, e para a realização das mesmas é necessário que o ambiente seja favorável e adequado quanto às condições e ao conforto, não apenas físico. Segundo os discursos dos pesquisados alguns estão trabalhando em ambiente inapropriado para a obtenção de uma boa qualidade de trabalho e vida.

É necessário que a Instituição compreenda as necessidades laborais assim como todos os envolvidos devem estar preparados para acontecimentos eventuais inesperados ou infortúnios, por isso, a gestão deve ter estratégias adequadas para a tomada de decisão em prol do bom funcionamento da unidade de informação, da segurança e do bem-estar dos profissionais.

Ressalta-se, portanto, a necessidade de intervenção nas bibliotecas universitárias do país, onde já ocorre a incidência do acometimento da Síndrome de Burnout e os problemas relativos aos fatores estressores, bem como se indicam medidas preventivas conjuntas nos ambientes universitários, incluindo ações efetivas a partir das Áreas de Gestão dos Sistemas de Bibliotecas, da Qualidade de Vida e Saúde do Trabalhador, e da

Gestão de Pessoas das próprias Universidades. Espera-se que por parte dessa pesquisa haja uma compreensão entre os gestores e profissionais responsáveis pela melhoria da qualidade de vida no labor, e principalmente, pela alta gestão da UFPE, quanto à importância dos Bibliotecários e da promoção de saúde no trabalho com medidas de prevenção. Destaca-se, ainda, a autorresponsabilidade pela saúde e a motivação no trabalho. Enseja-se, também que os atores envolvidos na Academia apoiem os bibliotecários para que estes venham a atuar em ambientes cada vez mais condizentes, podendo obter mais êxito em sua atuação profissional e adquirindo melhor bem-estar pessoal.

## REFERÊNCIAS

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Ed.70, 1979.

BENEVIDES-PEREIRA, A.M.T. O processo de adoecer pelo trabalho. *In*: BENEVIDES-PEREIRA, A.M.T. (org.). **Burnout**: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. 1.ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

BENEVIDES-PERREIRA, A. M.T. **Burnout**: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. 4. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.

BRASIL. Lei 4.084, de 30 de julho de 1962. Dispõe sobre o exercício da profissão de Bibliotecário e das suas atribuições. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF., 1962. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/LEIS/1950-1969/L4084.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/LEIS/1950-1969/L4084.htm). Acesso em: 12 jan. 2020.

BRASIL. **Decreto nº 56.725, 1965**. Regulamenta a Lei nº 4.084, de 30 de junho de 1962 que dispõe sobre o exercício da profissão de Bibliotecário. Brasília: Câmara dos Deputados, 1965. Disponível em: <https://www2.camara.leg.br/legin/fed/decret/1960-1969/decreto-56725-16-agosto-1965-397075-publicacaooriginal-1-pe.html>. Acesso em: 14 jan. 2020.

BRASIL. Ministério do Trabalho. **Classificação Brasileira de Ocupações 2612 Profissionais da Informação**. Brasília, 2002. Disponível em: <https://www.ocupacoes.com.br/cbo-mte/261205-bibliotecario> Acesso em: 18 jan. 2020.

CARLOTTO, M.S.; GOBI, M.D. Síndrome de Burnout: um problema do indivíduo ou de seu contexto de trabalho? **Aletheia**, Canoas, v.10, p.103-114, abr./jun. 2000.

CARLOTTO, M.S. Síndrome de Burnout: Diferenças segundo níveis de ensino. **Psico (Porto Alegre)**, Porto Alegre, v. 41, n. 4, p. 495-502, out. 2010.

CARLOTTO, M. S.; DALCIN, L. Avaliação de efeito de intervenção para a Síndrome de Burnout em professores. **Psicologia escolar e educacional**, Campinas, v. 22, n. 1, p. 141-150, jan./abr. 2018.

CASSIDY, M.; VERSLUIS, A.; MENZIES, E. Disrupting traditional power structures in academic libraries: Saying no, how to do it, and why it matters. *In*: CRITICAL LIBRARIANSHIP AND PEDAGOGY SYMPOSIUM, 2018, Tucson, AZ. **Anais [...]**. Tucson, AZ.: University of Arizona, 2018. Disponível em: <https://repository.arizona.edu/bitstream/handle/10150/632090/Handout%20-%20Disrupting%20Structures.pdf?sequence=4&isAllowed=y>. Acesso em: dez. 2019.

CFB – Conselho Federal de Biblioteconomia. **Resolução nº 42/2002**. Código de Ética Profissional do Bibliotecário. Brasília, DF., 2002. Disponível em: <http://www.cfb.org.br/legislacao/resolucoes/Resolu%20E30%20042-02.asp>. Acesso em: 31 nov. 2019.

CODO, W. **Educação**: carinho e trabalho. Petrópolis: Vozes, 1999.

FABER, B. A. **Inconsequentiality**: The key to understanding teacher burnout. Cambridge: Cambridge University Press, 1999. p. 159-165.

FERNANDES, M.A; SILVA, D.A.R.A.; IBIAPINA, A.R.S.; SILVA, J.S. Adoecimento mental e as relações com o trabalho: estudo com trabalhadores portadores de doenças mental. 2018. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**. São Paulo, v.16, n.3, p.277-286, 2018. DOI: 10.5327/Z1679443520180110. Disponível em: <https://cdn.publisher.gn1.link/rbmt.org.br/pdf/v16n3a04.pdf>. Acesso em: 24 nov. 2019.

FIRTH, J. Personal meanings of occupational stress: cases from clinic. **Journal of Occupational Psychology**, England, v.58, n.2, p. 139-148, jun. 1985.

FREUDENBERGER, H. Staff Burn-out. **Journal of Social Issues**, New York, v. 30, n. 1, p. 154-165, 1974.

GUDITUS, C. W. Staff Burnout: Job Stress in the Human Services Cary Cherniss Beverly Hills, California. Thousand Oaks, Califórnia: Sage Publications, 1980. 199 p.

GIL-MONTE, P. R. Burnout Syndrome: ¿síndrome de quemarse por el trabajo, desgaste profesional, estrés laboral o enfermedad de Tomás? *In: Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, Madrid, v. 19, n. 2, p. 181-197, 2003. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=231318052004>. Acesso em: 10 nov. 2019.

LEVY, C.T. M. A Síndrome de Burnout em Professores do Ensino Fundamental. *In: Nunes Sobrinho. A Síndrome de Burnout em Professores no Ensino Regular: Pesquisa, reflexões e enfrentamento*. Cognitiva: Rio de Janeiro, 2010.

LIPP, M. N. **O stress do professor**. São Paulo: Papirus, 2002.

LO, L. S.; HERMAN, B. An Investigation of Factors Impacting the Wellness of Academic Library Employees. **College & Research Libraries**, [S.l.], v. 78, n. 6, p. 789, aug. 2017. ISSN 2150-6701. Disponível em: <https://crl.acrl.org/index.php/crl/article/view/16736/18248>. Acesso em: 30 jan. 2020. DOI: <https://doi.org/10.5860/crl.78.6.789>.

MAGNO, O.B. **ABC Direito Tutelar do Trabalho**. São Paulo: Revista dos Tribunais, 2000.

MARTIN, C. Libray Burnout: causes, symptoms, solutions. *In: Library worklife*. ALA APA: Chicago, Il., 2009. Disponível em: <http://ala-apa.org/newsletter/2009/12/01/spotlight-2/>. Acesso em: 11 dez. 2019.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. The Measurement of Experienced Burnout. *In: Journal of Occupational Behavior*, Sussex, England, v. 2, n. 2, p. 99-113, apr. 1981. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/job.4030020205> Acesso em: 15 mar. 2020.

MASLACH, C.; LEITER, M.P. **Trabalho: Fonte de prazer ou desgaste? Guia para vencer o estresse na empresa**. São Paulo: Papirus, 1999.

MOREIRA, H. R.; COLLET, C.; FARIAS, G.O.; NASCIMENTO, J. V. Síndrome de Burnout em professores de Educação Física: um estudo de casos. *In: efdeportes Revista Digital*, Buenos Aires, v. 13, n.123, ago. 2008. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd123/sindrome-de-burnout-em-professores-de-educacao-fisica.htm>. Acesso em: 12 nov. 2019.

NASSETI, P. **O que você deve saber sobre Estresse**. 4.ed. São Paulo: Martin Claret, 2003.

NUNES SOBRINHO, F.P. **A Síndrome de Burnout em professores do ensino regular: pesquisa, reflexões e enfrentamento**. Rio de Janeiro: Cognitiva, 2010.

ODORIZZI, C. M. A. Síndrome de Burnout: resposta inadequada um estresse emocional crônico. *In: Revista do Professor*. Porto Alegre, Rio grande do Sul, v. 11, n. 43, 1995.

RAMOS, F.N.; NEME, C. M. Burnout em Profissionais de Bibliotecas. *In: Estudo de Pesquisa em Psicologia*, Rio de Janeiro: v. 8, n. 3, p. 578-596, 2008. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/4518/451844627003.pdf>. Acesso em: 8 dez. 2019.

SOUZA, F. C.; SILVA, P. S. O Trabalho do bibliotecário e os riscos em potenciais em torno do campo da ergonomia. *In: Rev. Em Questão*. v. 13, n. 1, 2007. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/EmQuestao/article/view/34/1333>. Acesso em: 9 dez. 2019.