

Esgotados e atarefados: O estresse e a Síndrome de Burnout na vida dos pastores

*Exhausted and Busy:
Stress and Burnout Syndrome in the life of the shepherds*

José Fábio Bentes Valente¹

Elton Eduardo Paz de Araújo²

Adiclécio Ferreira Dias³

Herika Christina Scalzer Gama Cazoni⁴

Resumo: A polissemia, na contemporaneidade, representa uma multiplicidade de significados de uma palavra sejam estas sob os níveis culturais, sociais, políticas e religiosas, formando o *ethos humanus* de cada indivíduo. Entretanto devido ao constante dinamismo que o homem moderno possui em seu *modus vivendi*, isso faz com ele esteja mais propício aos desgastes mentais e físicos, surgindo doenças tais como o Estresse e a doença de Burnout. No meio eclesástico, tais doenças incidem cada vez mais, principalmente entre os líderes das igrejas (pastores), por conta das diferentes demandas aos atendimentos sejam estes pessoais e/ou

Artigo recebido em: 06 junh. 2018

Aprovado em: 18 mar. 2019

¹ Graduado em Ciências Teológicas pela Faculdade Boas Novas, Mestrando em Ciências das Religiões pela Faculdade Unida de Vitória e Pós-Graduando em Docência do Ensino Superior pela Uniasselvi. E-mail: fbarmas@gmail.com

² Graduado em Ciências Teológicas pela Faculdade Boas Novas, Mestrando em Ciências das Religiões pela Faculdade Unida de Vitória. E-mail: preltoneduardo@hotmail.com

³ Mestrando em Ciências das Religiões pela Faculdade Unida de Vitória. Graduando em História pelo Centro Universitário Uninter, Bacharel em Teologia e Especialista em Ensino Religioso pela Fabra. E-mail: adiclecioferreira@gmail.com

⁴ Mestranda em Ciências das Religiões pela Faculdade Unida de Vitória. Pós-Graduada em Psicopedagogia pela Faesa. E graduada em Pedagogia.

familiares em seus respectivos ambientes laborais. Logo este artigo tem por objetivo suscitar os motivos que levam os líderes religiosos (Pastores) a sofrerem de Estresse e da Síndrome de Burnout, bem como examinar quais as causas que esses males possam ocasionar a esses líderes religiosos, sugerindo, também, as possíveis prevenções e curas a essas patologias quanto às suas consequências sistêmicas.

Palavras-chave: Estresse; Burnout; Pastores; Ambiente Laboral.

Abstract: Polysemy, in contemporaneity, represents a multiplicity of meanings of a word be these under the cultural, social, political and religious levels, forming the *ethos humanus* of each individual. However due to the constant dynamism that modern man possesses in his *modus vivendi*, this makes him more susceptible to mental and physical wear and tear, with diseases such as Stress and Burnout. In the ecclesiastical environment, such diseases are increasingly affecting, especially among the leaders of the churches (pastors), because of the different demands on the attendants, whether these are personal and / or family members in their respective work environments. The purpose of this article is to elicit the reasons that lead religious leaders (Pastors) to suffer from Stress and Burnout Syndrome, as well as to examine the causes that these evils may cause to these religious leaders, suggesting the possible preventions and cures to these pathologies as to their systemic consequences.

Key words: Stress; Burnout; Shepherds; Labor Environment.

Introdução

Polissemia é um conceito da área da linguística com origem no termo grego *polysemos*, que significa "algo que tem muitos significados". Uma palavra polissêmica é uma palavra que reúne vários significados, constituindo uma propriedade básica das unidades léxicas e um elemento estrutural da linguagem.

Baseando nessa informação, a linguagem da sociedade brasileira é formada por diferentes significados que podem dar duas interpretações diferentes à mesma palavra, tendo significados diferentes dentro do contexto; isso se dá sob os aspectos culturais, sociais, políticas e religiosas, que formam o *ethos humanus* de cada indivíduo. Entretanto devido ao constante dinamismo que o homem moderno possui em seu *modus vivendi*, essa série de significados faz com que ele esteja mais propício aos desgastes mentais e físicos, surgindo doenças de transtornos mentais como o Estresse e a síndrome de Burnout, como por exemplo. No meio eclesiástico, essas patologias incidem cada vez mais, principalmente entre os líderes das igrejas (pastores), por conta das diferentes demandas aos atendimentos sejam estes pessoais e/ou familiares em seus respectivos ambientes laborais, como diz Souza: "Sofrer estresse ou

esgotamento é algo da vida moderna. Se há alguma vergonha a ser sentida não é pelos sintomas, mas pelo descuido para com a saúde pessoal”⁵. Logo este artigo tem por objetivo suscitar os motivos que levam os líderes religiosos (pastores), a sofrerem de Estresse e da Síndrome de Burnout, bem como examinar quais as causas que esses males possam ocasionar a esses líderes religiosos, sugerindo, também, as possíveis prevenções e curas a essas patologias quanto às suas consequências sistêmicas.

1. Definindo e distinguindo os termos

1.1 O Estresse

Segundo Pereira⁶, o Estresse vem a ser uma reposta que o seu corpo tem a qualquer demanda sobre ele, ou seja, quando há uma sobrecarga por conta dos afazeres exacerbados de uma vida de intensa rotina, sejam em ambientes familiares, ou laborais, em que o indivíduo possua, hodiernamente. Croucher⁷, também corrobora com isso ao afirmar que há o estresse bom, que está associado aos sentimentos de alegria, completude e realização, sendo esse de caráter passageiro, porquanto o estresse ruim, é aquele que segue princípios concatenados ao seu tempo de duração mais prolongado, que ocorre a uma elevada taxa constante durante o dia a dia, seja lá qual for a atividade exercida.

Corroborando com os postulados acima, Teixeira⁸, diz que não é possível viver sem estresse, pois a gênese do termo veio da física, sendo conceituada como a aplicação de força suficiente em objeto para contorcê-lo; todavia, isso se dá no mesmo, pois a ocorrência do estresse vem de fora do organismo, fazendo com que o nosso corpo responda com luta, quando estamos irados, ou fuja, quando estamos com medo.

Destarte quando se vive uma rotina de não organização de tarefas, cuja orientação se preconiza em atender uma grande quantidade de demandas em um curto espaço de tempo, surge assim uma expectativa que saiu do plano de ação mental para o plano de

⁵ SOUZA, 2017, p. 7.

⁶ PEREIRA, Antônio Marcos Teixeira. *Burnout: Quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

⁷ CROUCHER, Roland. *Estresses e Burnout no Ministério*. São Paulo: Aleph, 2010.

⁸ TEIXEIRA, Francisco Galvão; SILVA, Marcos Santos; MEDEIROS, George Lobato. Síndrome de Burnout: A interface entre o trabalho na área da educação e na enfermagem. *Revista de Enfermagem Referência*. v. 3. n. 2., 2010.

ação corporal, o que acarretará em reações para o corpo humano, problemas como: insônias, problemas digestivos, dores de cabeça, entre outros males, que, segundo Leite⁹, tais sintomas são vistos pela vítima como obstáculos ao desempenho e sucesso, em que, raramente, a pessoa que está sofrendo desses distúrbios, diminui a sua rotina de trabalho, gerando certa estagnação em suas ações, no momento em que for afligida por um mal que venha a adoecê-la, ou levá-la ao leito de morte.

1.2 A Síndrome de Burnout

A Síndrome de *Burnout* é um problema que pode ocorrer em qualquer profissão, sua raiz semântica vem do termo inglês *burn*, que significa queima e *out*, que, ao traduzir para a língua portuguesa, significa exterior, termos estes associados a uma síndrome que denota esgotamento proveniente do desgaste profissional. Luiz Cesar Cozzatti, psiquiatra e médico da delegacia do trabalho, define *Burnout* como um desgaste ocupacional dos cuidadores, ao qual Maslach e Jackson¹⁰, corroborando com os pressupostos supracitados, ainda definem como uma reação à tensão emocional crônica, originada no ambiente laboral de profissionais que mantém contatos diretos e permanentes com outras pessoas, fazendo com que isso afete o seu bem-estar físico e emocional de forma que venha a se exaurir, a ponto de apresentar sintomas de esgotamento.

Segundo Carlotto e Gobbi¹¹, essa exaustão emocional se refere à sensação de esgotamento que pode ser físico e mental, bem como a diminuição de energia vital para os fazeres hodiernos laborais, sendo que os sentimentos de esgotamento emocional são transformados em sentimentos de frustração e tensão no trabalho, haja vista que um dos motivos desse desgaste se dá por conta do conflito pessoal nas relações pessoais.

⁹ LEITE, Nilton Medeiros Barros. *Síndrome de Burnout e Suas Relações Sociais no Trabalho: Um estudo com professores da educação básica*. 2007. 168 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Instituto de Psicologia, Brasília, 2007.

¹⁰ MASLACH, C.; JACKSON S. E. The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, Sussex, England, v.2, n.2, p.99-113, 1981.

¹¹ CARLOTTO, Marcos dos Santos; GOBBI, Michael Duarte. Síndrome de Burnout: Um problema do indivíduo ou do seu contexto de trabalho? *Alethéia*, Canoas, v. 10, p.103-104, 1999.

Maslach e Jackson, em seus pressupostos, delineiam a síndrome de burnout de modo triádico em: Exaustão emocional, que é compreendida pela falta ou ausência de energia e entusiasmo e por um sentimento de esgotamento de recursos para lidar com determinada situação, ou seja, nesse caso, há um desgaste físico e mental. Segundo eles a despersonalização está ligada à alteração da personalidade do profissional, fazendo com que ele se relacione com outras pessoas de maneira fria e impessoal. Esses sintomas são: ansiedade, aumento de irritabilidade, perda de motivação, redução de metas no trabalho e baixo ou nenhum comprometimento com os resultados, e, por último, a baixa realização profissional, caracterizada por fazer com que o trabalhador tenda a se autoavaliar de forma negativa, passando a se sentir infeliz consigo mesmo e insatisfeito com o seu desempenho, sendo que esse sentimento pode causar o desejo de abandono do trabalho, acarretando em um sentimento que afeta a sua produtividade, tornando sua relação com as outras pessoas muito difícil, devido ao seu comportamento se tornar agressivo em muitos casos.

1.3 Distinções e Características do Estresse e a Síndrome de Burnout

Segundo Croucher, pode-se apresentar algumas distinções e características entre o Estresse e a Síndrome de Burnout, cujos parâmetros podem ser identificáveis pelas seguintes preposições, a saber, na tabela abaixo:

Burnout	Estresse
É uma defesa caracterizada pelo desinteresse	É caracterizada pelo comprometimento
As emoções tornam-se enfraquecidas	As emoções tornam-se exageradas
O dano emocional é primário	O dano físico é primário
A exaustão afeta a motivação e o empenho	A exaustão afeta a energia física
Produz desmoralização	Produz desintegração
Pode ser entendido como perda de ideias e esperança	Pode ser entendido como perda de combustível e energia
A depressão é causada pela aflição produzida pela perda dos ideais e esperança	A depressão é produzida pela necessidade do corpo de se proteger e conservar energia
Produz um senso de desamparo e esperança	Produz um senso de urgência e hiperatividade
Produz paranoia, despersonalização e desinteresse	Produz pânico e desordens de fobia e ansiedade

Nota-se que a proposição estabelecida acima, por mais que parece de caráter simplista, sua denotação de forma sintética apresenta os principais pontos de divergências entre o burnout e o estresse. Lutezer¹², corroborando com tais diferenças suscitadas acima, diz o seguinte:

Enquanto o estresse é caracterizado por excesso de envolvimento e participação, o esgotamento (Burnout) é caracterizado pelo afastamento e pela perda de sentido e de esperança. Independentemente do que a pessoa faça, as recompensas parecem pequenas demais para se preocupar. Esse estado pode levar à depressão.¹³

Verifica-se que a proposição de Lutezer, nos mostra que o resultado final independente do *modus operandi* (estresses ou burnout), pois todos levam o indivíduo à depressão. Portanto se faz necessário apontar os possíveis fatores e causas que levam o indivíduo a esse mal e, todavia, isso está abordado no próximo item.

2. Fatores e causas

2.1 O estresse pastoral e seus possíveis fatores

Segundo Croucher, as causas do estresse pastoral podem estar associadas de modo diário devido aos seguintes fatores: o psicossomático e o fator vocacional. O fator psicossomático do estresse pastoral está relacionado, em sua primeira instância, com o *modus vivendi* dos pastores, ou seja, nesse caso, a sua má alimentação, que se dá ao ingerir muita cafeína, excesso de comida com alta taxa de colesterol e açúcar, entre outros alimentos que fazem mal à saúde, associando-se ao sedentarismo, que é, obviamente, a falta de exercícios físicos.

Nesse *interim*, a esse fator citado acima, se correlaciona de modo simbiótico ao fator psicológico, cuja causa pode ser identificada pelas crises que surgem durante a vida desses pacientes, que é imbricada por um movimento centrípeto, ou seja, de fora para dentro, cujas crises exteriores, como por exemplo, a morte de um cônjuge, o divórcio, morte de um membro da família e até mesmo

¹² LUTEZER, Erwin. *De Pastor para Pastor*. 2. ed. São Paulo: Vida, 2000.

¹³ LUTZER, 2000, p. 78.

uma enfermidade pessoal. Tudo isso pode fluir para que uma pessoa venha a se acometer a um estresse.

O segundo fator é o vocacional, aquele que se correlaciona com as incertezas da carreira, neste caso, referimos ao pastor, uma vez que o seu ofício consiste a muitas ambiguidades de funções, sendo estas subentendidas como a falta de funções definidas, pois a figura do pastor tende a ser multifacetada, para atender casos que vão desde os conselhos familiares aos pessoais; outra característica está no conflito de papéis, bem como em suas obrigações de tempo ligadas ao fator de distribuição de obrigações temporais, seja na vida ministerial, familiar e pessoal.

E interessante frisar que esses fatores do estresse propostos por Croucher se coaduna com o que Lutezer propõe ao afirmar que tais fatores estão ligados a uma atividade intermitente, sem um devido descanso, ou seja, problemas conjugais, falta de apoio e compreensão da igreja, problemas com membros da igreja, cobrança das igrejas consideradas sedes, e mudanças constantes de campos ministeriais.

2.2 O Burnout e a Labuta do Pastoreio

A síndrome de burnout, assim como o estresse, ocorre de maneira silenciosa e sutil, sem que o pastor perceba que a sua vida está sendo dirimida por este mal, ao qual, segundo Maslach e Jackson, no que tange sua labuta ministerial, o seu estado de exaustão física, emocional e mental, que pode ser identificado pelos seguintes sinais: energia reduzida, pois manter a constância de suas atividades se torna cada vez mais difícil; sentimento de fracasso na vocação; sendo reduzido de recompensa por derramar tanto de si mesmo no trabalho ou projetos; senso de desamparo e inabilidade que não o permite ver uma saída para os problemas e, por último, o cinismo e o pessimismo sobre si mesmo, quanto aos outros, ao trabalho e à sociedade, como um todo.

Essas tipificações suscitadas por Maslach corroboram com o que Santos¹⁴ suscita ao dizer que o pastor se sente exaurido emocionalmente “devido ao desgaste diário ao qual é submetido no relacionamento com as pessoas com quem lida”. E, geralmente, não é possível haver ponto de contato entre os dois indivíduos, sendo que, dessa forma, ocorre certo desgaste desse vínculo ao qual o pastor não é capaz de responder aos níveis psicológicos exigidos, que, conseqüentemente, gera um acerta afetividade que não é atendida, e, desse modo, consome as suas energias.

¹⁴ SANTOS, 2004, p. 37

Outro fator que se pode sugerir quanto à síndrome de burnout em relação à labuta ministerial, seguem sob as perspectivas de Maslach e Jackson que ligam este mal ao fracasso, pois o pastor não consegue alcançar seus objetivos finais, perdendo a autoestima e a autoconfiança, preconizando-se o desejo de desistência, que infere em uma reflexão de si próprio de forma negativa, concluindo que não há mais sentido de exercer a atividade de pastor, pois todos os seus objetivos, sejam os mais simplórios possíveis, ele não consegue alcançá-los.

Percebe-se que as proposições, quanto aos sinais do burnout, fazem com que o pastor se veja como alguém que somente está a cumprir tabela, cujo sentido desse sentimento faz com que ele tome atitudes de abandonar o trabalho pastoral, haja vista que seus trabalhos, sob a ótica dele, não trazem mais resultados satisfatórios e eficientes como antes.

2.3 A membresia e sua possível culpabilidade

Uma das possíveis causas desses males, que a síndrome de burnout e do estresse se instauraram cada vez mais na vida de pastores, se concretiza devido ao descaso que a membresia tem em relação ao pastor, criando-se uma figura icônica, como aquele que deva sempre estar disponível e pronto para sanar os problemas da Igreja como um todo, colocando-o como um ser que não pode adoecer e, quanto à disponibilidade de atendimentos, este independe de suas obrigações familiares e pessoais.

Segundo Silva¹⁵, assim como o homem, cada vez mais, é exigido nessa sociedade, que não para de se transmutar e, que, conseqüentemente, tem de se resignificar, tais ideias tornam-se mais constantes dentro da igreja. Sob esse perfil, o pastor acaba sendo cobrado por esses moldes, devendo ser possuidor de uma “mente tranquila, um coração inocente e pele de rinoceronte”¹⁶ ou seja, esse *mutatis mutandis*, caso não ocorra no *modus vivendi* do pastor, em seu ambiente laboral (membresia), pode haver certa exclusão e certo abandono em muitos casos.

Outra forma de culpa, que pode se preconizar nos ambientes eclesiásticos, se encontra na falta de acompanhamento e

¹⁵ SILVA, Francisco Alves. *Uma Abordagem Sobre o Esgotamento Físico dos Pastores*. Igreja Presbiteriana Renovada em Barueri. Adaptação da palestra aos alunos de medicina da UNIFESP. São Paulo: Aleluia, 4. p. 2011. Disponível em: <http://www.iprb/artigos/textos/art200_249/art201.html>. Acesso em: 02 dez. 2018.

¹⁶ Silva, 2011, p. 56

aconselhamento aos pastores sobre a saúde deles, uma vez que são líderes religiosos pelas instituições eclesiásticas ao qual fazem parte. Rocca¹⁷ é bem sucinto ao afirmar que em muitos ministérios eclesiásticos não existem um departamento que cuide e inspecione a saúde de seus liderados, não havendo um investimento nessa área, por conta que nesses ambientes se cria uma égide de plenitude e integralidade ao líder religioso, derivando conceitos errôneos de uma pessoa que esteja imune aos males dessa vida.

Nota-se que essa falta de preocupação com a saúde dos pastores ocorre de modo ignorado tanto na organização (instituição) como no organismo (membresia) que, talvez, por idealizarem a figura do pastor ao “Super Homem” (vamos assim dizer), esquecendo que, como qualquer pessoa, o pastor também está suscetível ao fracasso, ao desânimo, ao desgaste físico e emocional, que, conseqüentemente, a falta da percepção dessas patologias por conta desses agentes, tanto institucionais como pessoais, acarreta casos extremos quanto à internação e até na morte desses líderes. Portanto faz-se necessário a prevenção e a cura para a contenção dessas síndromes patológicas que, cada vez mais, se assolam nos ambientes eclesiásticos. Isso, todavia, será abordado no próximo parágrafo.

3. Prevenção e cura

3.1 Similitudes preventivas

A prevenção e cura da síndrome de burnout e do estresse pastoral, segundo Silva, a fim de obter resultados que corroborem para que essas duas patologias sejam amenizadas no contexto eclesiástico, apresenta algumas medidas que devem ser seguidas, a saber: fazer com que o pastor entenda o que vem ser o ministério pastoral, antes de ele assumir as respectivas atividades, definindo e explicando, com clareza, os alvos a serem conquistados, além de deixá-lo avisado sobre a utopia de ser amado por todos; informá-lo quanto à complexidade do trabalho, explicitando as situações adversas no ministério e suas subjetividades; avisá-lo também sobre o perigo das altas expectativas e pontuar as muitas responsabilidades diárias que o ministério exige, sugerindo boa

¹⁷ ROCCA, Marcos Antônio Cardoso. *Saúde dos Líderes Religiosos: A vocação em sintonia a saúde pessoal. Um olhar de cuidados, sobre os líderes religiosos no contexto atual.* 2011. Dissertação (Mestrado em Ciências da Religião). Universidade Metodista de São Paulo. São Bernardo do Campo, 2011.

programação e organização do seu tempo; comunicá-lo, sobre a sua liderança e suas ovelhas, uma vez que o pastor não tem como dar conta de tudo, assim como também, nem sempre receberá a aprovação de todos.

Segundo Croucher¹⁸, concatenando-se com o que Santos, propôs acima, seus pressupostos apresentam cinco prerrogativas que, se forem seguidas, possivelmente poderão evitar, bem como obter uma possível cura aos pastores que venham a ser afligidos por esses males, a saber:

- Tire tempo livre com frequência, organizando suas atividades laborais ministeriais, como atendimentos, e outras atividades ministeriais que exijam sua presença, de modo a possuir um espaço de tempo para descansar;
- Faça exercícios hodiernamente e durma bem, pois esse ponto é essencial para tirar o sedentarismo que ocorre na vida do pastor, bem como uma noite boa de sono serve para recobrar as energias que são gastas em sua labuta eclesiástica;
- Relaxe, o método de relaxamento serve como uma válvula de escape durante suas atividades laborais diuturnas ministeriais, esvaziando sua mente e descontraindo a tensão muscular;
- Junte-se a um pequeno grupo de apoio, pois colegas de ministério irão entender melhor suas necessidades e, conseqüentemente, aumentar a confiança e providenciar a maior ampliação de suas visões nas questões de resolver muitos problemas que surgem seja no campo de aconselhamento pessoal, como em algumas áreas de administração eclesiástica;
- Restruturação cognitiva, esse ponto é bem interessante destacar, pois corresponde a reavaliação que o pastor deve fazer concernente as suas metas e objetivos, que vai desde o conhecimento de seus limites, quanto à maneira de enfrentar e como contornar as situações difíceis;

Como podemos perceber, as tais prerrogativas aqui suscitadas por Silva e Croucher, quanto às semelhanças que há quanto à prevenção e o tratamento da síndrome de burnout e o estresse, tem de haver um elo de conscientização mútua entre a parte institucional, ou seja, aqueles que gerenciam; assim como também da parte pessoal, membresia, ao procurar métodos para que essas patologias psicológicas sejam amenizadas, evitando a provocar danos irreparáveis na vida dos pastores.

¹⁸ CROUCHER, 2010, p. 55-57

3.2 O Papel da Igreja

Dos pressupostos de vários autores, até aqui apresentados, ao se tentar achar o cerne de como prevenir e combater esses males, que cada vez se fazem mais presentes na vida hodierna dos pastores, a Igreja (organização e organismo) tem um papel importante, como uma mola motriz, capaz de auxiliar o pastor a superar, bem como não contrair essas patologias que vão contra a saúde deles.

Segundo Steger¹⁹, o principal modo de combater esses males, está no papel da igreja em reconhecer e debater francamente em seus ambientes eclesiásticos, acerca desses problemas que, incidentalmente, a cada vez mais, vem acontecendo entre os seus líderes. Cabe a Igreja, através de palestras, trazer a devida orientação e conselhos de como proceder quando o líder (pastor) estiver devidamente identificado com esses males, bem como criar medidas protetivas para que essas doenças não ocorram.

Nesse *interim*, quando o pastor for auxiliado por sua membresia, logo ele começará a compreender e aceitar que está suscetível a contrair essas doenças ocasionadas pela correria de suas obrigações. Desse modo a Igreja o fará enxergar que somente estagnando um pouco mais as suas atividades, ou seja, dando tempo ao tempo, pois, assim, a probabilidade de ser acometido por essas mazelas psicossomáticas diminuirão a contingência desses pormenores no meio eclesiástico.

Rocca diz que a finalidade desses tipos de conhecimento ao se entronizar na Igreja, mostrará tanto para a membresia como para os pastores e, assim como também, aos líderes de forma geral, suas devidas limitações humanas, cujo resultado final será numa relação de mútua confiança entre os líderes e liderados, surgindo uma égide do cuidar, e da preocupação que transpassa barreiras hierárquicas eclesiásticas, ou seja, em que um cuida do outro.

Considerações finais

Portanto o que se procurou neste artigo foi suscitar, através de pressupostos de vários autores, como a síndrome de burnout e o estresse pastoral estão cada vez mais presentes no meio eclesiástico, cabendo a Igreja (organização e organismo), compreender e combater esses males cuja propagação aumenta a cada dia.

¹⁹ STEGER, Walter; NASTRINI, Walter. *Ministério: Uma revista para pastores e líderes da Igreja*. Esgotados: Quando o líder cristão chega ao limite. Adventista. p.7-9. Maio-junho de 2017.

Notou-se que não basta somente à igreja criar medidas protetivas a fim de impelir que essas doenças se alastrem em seu *modus vivendi*, se o pastor não possuir a devida consciência de suas limitações humanas, uma vez que a grande maioria dos casos, sob a percepção desses líderes, somente acontecem quando já estão em estágios avançados das doenças ou no leito de morte.

Destarte para que haja um resultado bem plausível no que tange a esse controle protetivo a essas doenças, deve-se possuir uma harmonia do campo institucional eclesiástico com a membresia da Igreja, pois através dessa união simbiótica, ocorrerá a devida compreensão, bem como a criação de medidas protetivas a fim de combater esses males que, cada vez mais, afligem a vida dos pastores. É sabido que um dos objetivos da Igreja está em cuidar um dos outros, independente de hierarquizações eclesiásticas.

Referências

CARLOTTO, Marcos dos Santos; GOBBI, Michael Duarte. *Síndrome de Burnout: Um problema do indivíduo ou do seu contexto de trabalho?* Alethéia, Canoas, v. 10, p.103-104, 1999.

CROUCHER, Roland. *Estresses e Burnout no Ministério*. São Paulo: Aleph, 2010.

LEITE, Nilton Medeiros Barros. *Síndrome de Burnout e Suas Relações Sociais no Trabalho: Um estudo com professores da educação básica*. 2007. 168 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Instituto de Psicologia, Brasília, 2007.

LUTZER, Erwin. *De Pastor para Pastor*. 2. ed. São Paulo: Vida, 2000.

MASLACH, C.; JACKSON S. E. *The measurement of experienced burnout*. Journal of Occupational Behaviour, Sussex, England, v.2, n.2, p.99-113, 1981.

PEREIRA, Antônio Marcos Teixeira. *Burnout: Quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

ROCCA, Marcos Antônio Cardoso. *Saúde dos Líderes Religiosos: A vocação em sintonia a saúde pessoal. Um olhar de cuidados, sobre os líderes religiosos no contexto atual*. 2011. 82 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Religião). Universidade Metodista de São Paulo. São Bernardo do Campo, 2011.

SILVA, Francisco Alves. *Uma Abordagem Sobre o Esgotamento Físico dos Pastores*. Igreja Presbiteriana Renovada em Barueri. Adaptação da palestra aos alunos de medicina da UNIFESP. São Paulo: Aleluia, 4. p. 2011. Disponível em: <http://www.iprb/artigos/textos/art200_249/art201.html>. Acesso em: 02 dez. 2018.

STEGER, Walter; NASTRINI, Walter. *Ministério: Uma revista para pastores e líderes da Igreja*. Esgotados: Quando o líder cristão chega ao limite. Adventista. p.7-9. Maio-junho de 2017.

TEIXEIRA, Francisco Galvão; SILVA, Marcos Santos; MEDEIROS, George Lobato. *Síndrome de Burnout: A interface entre o trabalho na área da educação e na enfermagem*. Revista de Enfermagem Referência. v. 3. n. 2., 2010.