

## O MAL-ESTAR NA DOCÊNCIA: CONDIÇÕES DE TRABALHO E SUA (INTER) RELAÇÃO COM O ADOECIMENTO PSÍQUICO

Franciele Del Vecchio dos Santos<sup>1</sup>

Carlos Henrique Miranda Jorge<sup>2</sup>

Gracielle Almeida de Aguiar<sup>3</sup>

**RESUMO:** Nos últimos anos, a profissão docente no Brasil tem enfrentado um aumento alarmante de adoecimentos mentais, exacerbados por condições de trabalho precárias. A pesquisa da Confederação Nacional dos Trabalhadores em Educação (CNTE) de 2023 revelou que 72% dos professores relataram exaustão e 63% estão em risco de burnout, devido à carga horária excessiva, baixos salários e falta de suporte pedagógico. Além das responsabilidades de ensino, os educadores lidam com conflitos e oferecem suporte emocional aos alunos, o que intensifica a pressão. A cultura de produtividade imposta por políticas neoliberais e a gestão educacional precarizada contribuem para um ambiente de trabalho hostil, onde a saúde mental dos docentes é negligenciada. A pandemia de Covid-19 piorou a situação, aumentando o estresse e a ansiedade entre os professores. Estudos indicam que a falta de apoio institucional e a escassez de recursos afetam não só a saúde dos docentes, mas também a qualidade do ensino. A ausência de suporte psicológico e um ambiente colaborativo podem levar ao isolamento e ao adoecimento, refletindo na aprendizagem dos alunos. Diante deste cenário, é essencial implementar políticas públicas que priorizem a saúde mental dos professores, promovendo ambientes de trabalho saudáveis. A criação de redes de apoio e a formação contínua são medidas recomendadas para mitigar o adoecimento e garantir a qualidade do ensino. A promoção da saúde mental é, portanto, fundamental não apenas para os educadores, mas também para o desenvolvimento integral dos alunos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Adoecimento docente; Precarização do trabalho; Políticas públicas.

**ABSTRACT:** In recent years, the teaching profession in Brazil has faced an alarming increase in mental health issues, exacerbated by precarious working conditions. A 2023 survey by the National Confederation of Education Workers (CNTE) revealed that 72% of teachers reported exhaustion, and 63% are at risk of burnout due to excessive workloads, low salaries, and lack of pedagogical support. In addition to teaching responsibilities, educators deal with conflicts and provide emotional support to students, intensifying the

---

<sup>1</sup> Doutora em Educação - Universidade Estadual Paulista – UNESP / Araraquara. E-mail: fran.delvecchio@gmail.com

<sup>2</sup> Advogado. Mestre em Direito na área de Empreendimentos Econômicos, Desenvolvimento e Mudanças Sociais, pela Universidade de Marília (Unimar). Professor do Curso de Direito e Serviço Social da Fundação Educacional de Fernandópolis – SP. E-mail: c\_hmj@hotmail.com

<sup>3</sup> Psicóloga. Mestranda em Psicologia – Universidade Federal de Santa Maria-RS E-mail: gracielleaguiar5@gmail.com

pressure. The productivity-driven culture imposed by neoliberal policies and precarious educational management contributes to a hostile work environment where teachers' mental health is neglected. The Covid-19 pandemic worsened the situation, increasing stress and anxiety among teachers. Studies indicate that the lack of institutional support and resource shortages affect not only teachers' health but also the quality of education. The absence of psychological support and a collaborative environment can lead to isolation and illness, impacting students' learning. Given this scenario, it is essential to implement public policies that prioritize teachers' mental health and promote healthy working environments. Establishing support networks and continuous training are recommended measures to mitigate teacher burnout and ensure educational quality. Promoting mental health is, therefore, crucial not only for educators but also for the holistic development of students.

**KEY-WORDS:** Teacher illness; Precarization of work; Public policies.

## 1. INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, a influência do neoliberalismo sobre a educação tem transformado a escola em uma instituição marcada por metas de desempenho e produtividade aos professores. Nesse contexto, a docência tornou-se uma profissão cada vez mais vulnerável ao adoecimento mental, especialmente no Brasil, onde a intensificação das atividades e a cobrança por resultados geram um ambiente de constante pressão e desgaste emocional. A precarização das condições de trabalho e as adversidades enfrentadas pelos profissionais da educação são evidentes (Laval, 2004). A sobrecarga de tarefas, a pressão por desempenho e a deterioração das condições laborais têm levado muitos professores a experimentarem altos níveis de estresse, burnout, ansiedade e depressão.

Segundo o estudo “Novas formas de trabalhar, novos modos de adoecer”, realizado com 714 trabalhadores da educação, divulgado no fim de 2021, pela Confederação Nacional dos Trabalhadores em Educação (CNTE), é possível perceber que os trabalhadores da educação que responderam à pesquisa encontram-se em situação bastante fragilizada no que diz respeito à sua saúde. De acordo com a pesquisa supracitada, problemas nas cordas vocais, distúrbios osteomusculares, lesão por esforço repetitivo e doenças do aparelho respiratório foram os danos físicos mais notificados pelos docentes. Nos danos psicológicos, destacam-se o estresse crônico, ansiedade, depressão e Síndrome de Burnout<sup>4</sup>. Os danos sociais que se

---

<sup>4</sup> O Burnout é uma síndrome ocupacional caracterizada por exaustão física e emocional, despersonalização e redução da realização pessoal, resultante de estresse crônico no trabalho. Reconhecido pela OMS como um fenômeno relacionado ao ambiente profissional, ele afeta principalmente indivíduos em ocupações de alta

sobressaíram relacionam-se a sobrecarga, hiperatividade, solidão por ausência do coletivo e assédio moral. Dentre os principais fatores associados a esse quadro, destacam-se a carga horária excessiva, as jornadas extensas, os baixos salários e a falta de suporte pedagógico adequado, elementos que contribuem significativamente para o agravamento da saúde mental dos docentes.

O trabalho docente, especialmente no setor público, tem passado por um processo de intensificação e ampliação de responsabilidades que vão muito além da sala de aula, incluindo a mediação de conflitos e o suporte emocional aos alunos. Além disso, os professores enfrentam a exigência de estarem disponíveis em múltiplos turnos, muitas vezes respondendo a demandas da equipe gestora, de alunos e familiares fora do horário escolar, impulsionados pelo uso de tecnologias digitais como o WhatsApp (Lamosa, 2021). Essa ampliação das funções também se reflete na pressão para atender a avaliações externas, que muitas vezes associam o desempenho dos alunos a incentivos salariais, aumentando o desgaste emocional e a precarização da profissão (Kuenzer, 2021).

Diehl e Marin (2016) ressaltam que as condições de trabalho docente, marcadas por sobrecarga, exigências burocráticas e falta de suporte institucional, contribuem significativamente para o adoecimento mental, tornando a profissão uma das mais suscetíveis a transtornos. As políticas neoliberais e a lógica empresarial adotadas na gestão educacional brasileira nas últimas décadas também agravam esse cenário, ao transformar a educação em uma mercadoria. Esse modelo desconsidera o bem-estar dos profissionais, impondo uma lógica de produtividade que desrespeita as particularidades do ensino (Ball, 2002). Freitas (2018) observa que a gestão empresarial gera uma cultura performática, onde os professores são constantemente pressionados a atingir metas irreais, o que intensifica o esgotamento emocional e físico.

A relação entre o trabalho docente e o adoecimento no Brasil é amplamente documentada, com um aumento significativo de licenças por transtornos mentais e comportamentais, especialmente após a pandemia de Covid-19 (Lamosa, 2021). Os dados recentes da CNTE confirmam essa tendência, apontando que a sobrecarga de trabalho e os baixos salários continuam sendo fatores críticos no aumento dos riscos de burnout e exaustão

---

demanda emocional, como saúde e educação. Suas causas incluem carga excessiva de trabalho, falta de autonomia e desequilíbrio entre vida pessoal e profissional (Vieira, 2010).

entre os professores. Outro aspecto relevante é o retorno ao trabalho após o adoecimento mental, que representa um desafio significativo para os professores. Macaia (2023) aponta que muitos docentes relatam dificuldades em se reintegrar ao ambiente escolar após longos períodos de afastamento, agravando a sensação de frustração e vulnerabilidade. O professor readaptado muitas vezes sente-se sem lugar, o que torna o retorno ao trabalho um processo complexo e muito difícil.

Diante desse cenário, a promoção da saúde mental dos professores demanda medidas estruturais e organizacionais que reconheçam a interseção entre as condições de trabalho e o bem-estar dos docentes. Nascimento e Seixas (2023) sugerem que é necessário pensar em políticas públicas específicas que promovam o cuidado integral da saúde mental do docente, garantindo condições adequadas de trabalho que previnam o adoecimento.

O presente artigo visa analisar as condições de trabalho dos professores e sua relação com o adoecimento psíquico, destacando os principais fatores que contribuem para o mal-estar docente no contexto brasileiro. A partir de uma revisão bibliográfica e de dados recentes, busca-se compreender como a precarização do trabalho, a intensificação das demandas e a falta de suporte institucional impactam a saúde mental dos educadores. Além disso, o estudo propõe reflexões sobre políticas públicas e estratégias organizacionais que possam mitigar esses problemas, promovendo um ambiente de trabalho mais saudável e sustentável para os profissionais da educação.

## **2. METODOLOGIA**

O presente texto tem característica bibliográfica de abordagem qualitativa, tendo como objetivo central analisar a relação entre as condições de trabalho docente e sua relação com o adoecimento mental dos professores no Brasil. Para atingir essa finalidade, foram selecionadas publicações acadêmicas, relatórios de instituições educacionais e dados estatísticos recentes que abordam a temática em questão. A coleta de dados foi conduzida através de buscas em bases de dados científicas, como SciELO, CAPES e Google Acadêmico, além de organismos especializados nas áreas de educação e saúde do trabalhador. Esses recursos foram escolhidos devido à sua credibilidade e à relevância dos conteúdos disponíveis.

Os critérios de inclusão para a seleção dos materiais foram rigorosos, abrangendo artigos publicados entre 2010 e 2023, redigidos em língua portuguesa, que tratassem

especificamente da saúde mental dos professores, das condições de trabalho docente e das políticas educacionais relacionadas. Essa delimitação temporal e linguística garante uma análise atualizada e pertinente ao contexto brasileiro. Para facilitar a busca e a organização dos dados, foram utilizadas palavras-chave estratégicas, tais como "adoecimento mental", "professores", "saúde do trabalhador", "burnout", "condições de trabalho docente" e "políticas educacionais". A escolha dessas palavras-chave foi fundamental para direcionar a pesquisa e assegurar que os materiais selecionados fossem relevantes para a compreensão do fenômeno estudado.

Assim, a organização dos dados coletados e a análise das informações encontradas visam oferecer uma visão aprofundada sobre como as condições de trabalho impactam a saúde mental dos educadores, contribuindo para um entendimento mais amplo desse fenômeno complexo que afeta a qualidade da educação no Brasil. A pesquisa busca, portanto, não apenas documentar a realidade atual, mas também fornecer subsídios para futuras intervenções e políticas que promovam a saúde e o bem-estar dos docentes.

### **3. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

A relação entre a saúde mental e o trabalho docente é complexa, envolvendo diversos fatores psicossociais, estruturais e organizacionais. Segundo Dihel e Marin (2016), o estresse ocupacional e a Síndrome de Burnout estão entre os distúrbios mais frequentes entre professores, com maior incidência no ensino público e fundamental. Nesse sentido, Lamosa (2021) destaca que a intensificação do trabalho docente, impulsionada por demandas administrativas, a ampliação das responsabilidades além da sala de aula e a necessidade de disponibilidade contínua, inclusive por meio de tecnologias digitais, têm agravado o quadro de exaustão entre os professores. Além disso, Kuenzer (2021) aponta que a precarização da profissão, evidenciada por baixos salários, sobrecarga horária e a pressão por resultados atrelados a avaliações externas, contribui significativamente para o adoecimento mental da categoria. Esse cenário revela um processo de desvalorização e desgaste que impacta não apenas a saúde dos docentes, mas também a qualidade do ensino e das relações pedagógicas estabelecidas no ambiente escolar.

Estudos recentes ressaltam que as novas formas de organização do trabalho, especialmente o ensino remoto implementado durante a pandemia de Covid-19, ampliaram significativamente as demandas emocionais e cognitivas enfrentadas pelos docentes. Essa mudança brusca nas práticas pedagógicas não apenas exigiu uma adaptação rápida às novas tecnologias, mas também intensificou a carga de trabalho, levando ao aumento de ansiedade e ao isolamento social entre os professores. De acordo com um relatório de 2022, "a transição para o ensino remoto trouxe desafios inéditos aos professores, como o isolamento social e a sobrecarga de tarefas, o que aumentou o nível de estresse e adoecimento" (Artemisa, 2022, p. 6).

Esses novos desafios destacam a importância das condições de trabalho como fatores determinantes para a saúde mental dos educadores. A pressão para manter a qualidade do ensino em um ambiente virtual, muitas vezes sem o suporte adequado, resultou em um esgotamento emocional significativo. Além disso, a falta de interação social e o suporte presencial que tradicionalmente existiam nas escolas contribuíram para um sentimento de solidão e desamparo. Esse cenário revela a urgência de se repensar as políticas de trabalho docente, garantindo que os educadores tenham acesso a recursos e suporte emocional necessários para lidar com as exigências contemporâneas de sua profissão. Portanto, é essencial que medidas sejam tomadas para criar ambientes de trabalho que não apenas reconheçam, mas também atendam às complexas necessidades emocionais e profissionais dos docentes.

Os dados da CNTE (2022) corroboram essas observações, indicando que 64% dos professores da educação básica pública relataram piora nas condições de trabalho durante a pandemia, o que ampliou os impactos na saúde mental. Além disso, mais de 60% dos docentes afirmaram sofrer de sobrecarga de trabalho, enquanto quase metade precisou acumular mais de uma função para complementar a renda, exacerbando o nível de estresse e exaustão. Essas estatísticas demonstram que a carga horária excessiva e as condições de trabalho precarizadas são fatores centrais no adoecimento dos docentes.

A Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE, 2019) também identifica uma relação direta entre as condições de trabalho e o bem-estar dos professores. De acordo com a organização, a crescente demanda de afazeres atribuída aos professores intensifica a sensação de despreparo frente a contextos multiculturais e desafiadores" (OCDE, 2018, p. 47), evidenciando uma lacuna no suporte oferecido para enfrentar tais adversidades. A falta de preparo reflete a ausência de políticas públicas

eficazes voltadas à promoção da saúde mental dos educadores, contribuindo para o agravamento do mal-estar docente.

Penteado e Souza Neto (2019) argumentam que o mal-estar e o adoecimento dos professores estão profundamente enraizados na organização do trabalho e nas condições impostas pelas políticas educacionais, frequentemente naturalizadas no cotidiano escolar. Segundo os autores, "o mal-estar e o adoecimento dos professores estão intimamente ligados à organização do trabalho docente e às condições impostas pelas políticas educacionais" (Penteado; Souza Neto, 2019, p. 138). As políticas educacionais, muitas vezes orientadas pela lógica da produtividade e do desempenho, impõem aos professores uma carga emocional que resulta em esgotamento físico e mental.

A ausência de apoio psicológico e institucional, aliada às pressões por resultados, intensifica o sofrimento psíquico dos docentes. O relatório da CNTE (2022, p. 33) destaca que "a falta de suporte psicológico nas escolas, combinada com a pressão por resultados e a instabilidade nas contratações, cria um ambiente de trabalho adverso, que compromete o bem-estar dos docentes". Além disso, a pressão constante por resultados e o medo de avaliações negativas promovem um ambiente de insegurança e instabilidade, criando um ciclo de adoecimento que afeta tanto os professores quanto a qualidade do ensino oferecido.

Diante desse contexto, é evidente a necessidade de políticas públicas que priorizem a saúde mental dos professores e promovam um ambiente de trabalho mais saudável e equilibrado. A OCDE (2019) sugere que "a criação de redes de apoio entre professores e o incentivo à formação continuada são estratégias eficazes para melhorar a saúde mental no ambiente de trabalho" (OCDE, 2019, p. 102). Essas ações precisam ser acompanhadas por uma revisão das políticas de gestão escolar, com o objetivo de reduzir a sobrecarga emocional e física dos docentes, promovendo práticas mais humanizadas na educação.

#### **4. DISCUSSÃO E RESULTADOS**

O mal-estar e o adoecimento dos professores, frequentemente associados à sobrecarga de trabalho, falta de suporte institucional e condições inadequadas de trabalho, têm se destacado como questões cruciais para a manutenção da qualidade educacional e do bem-estar dos educadores. Essas condições afetam não apenas a saúde física e mental dos

docentes, mas também têm implicações diretas na qualidade do ensino e no ambiente escolar. Diante desse cenário, torna-se imperativo compreender as múltiplas dimensões desse fenômeno e buscar estratégias que contribuam para melhorar as condições de trabalho dos professores, a fim de promover um ambiente educacional mais saudável e eficaz.

#### **4.1 O conceito de mal-estar e adoecimento docente**

O adoecimento docente tem se tornado um tema de crescente relevância nas discussões acerca da qualidade da educação e do bem-estar dos profissionais do ensino. “A expressão mal-estar docente é intencionalmente ambígua... Quando usamos a palavra mal-estar sabemos que algo não anda bem, mas não somos capazes de definir que é o que não anda e por quê...” (Esteve, 1994, p.12-13). Esse fenômeno é multifacetado e pode ser definido como o comprometimento da saúde dos educadores, resultante de uma série de fatores intrínsecos à prática profissional e ao ambiente escolar. Compreender as nuances desse fenômeno é fundamental para promover intervenções eficazes que visem à melhoria das condições de trabalho e à saúde dos docentes (Araújo, 2019).

De acordo com Martinez (2010), o mal-estar docente é o nome mais frequente do sofrimento psíquico dos professores, isto é, o termo usado para descrever os efeitos permanentes negativos que afetam a personalidade do professor como resultado das condições psicológicas e sociais em que se exerce a docência. Para a autora, os professores se encontram, diante de um desconcerto contínuo advindo das dificuldades e demandas cambiantes por não conseguirem executar e atender as exigências que lhes são feitas. Soma-se a esse fato a contínua crítica social que surge do paradoxo de que essa mesma sociedade que lhes exige novas responsabilidades aos professores não lhes provê dos meios que eles solicitam para cumpri-las; outras vezes, da demanda de exigências contrapostas e contraditórias.

Os tipos de adoecimento observados entre docentes podem ser classificados em duas categorias principais: físicos e psicológicos. Os adoecimentos físicos incluem uma variedade de doenças que podem ser originadas ou agravadas pelas condições de trabalho. Entre esses, destacam-se os problemas musculoesqueléticos, que afetam uma grande parte dos professores e se manifestam frequentemente como dores nas costas, tendinites e outras lesões relacionadas à postura inadequada ou ao esforço repetitivo. Além disso, os docentes podem

sofrer de doenças respiratórias, que são particularmente comuns em ambientes escolares com ventilação inadequada ou exposição a alérgenos. Também são observadas patologias relacionadas ao estresse, como hipertensão e distúrbios cardíacos, que podem ser desencadeados por pressões constantes e pela carga emocional associada ao exercício da profissão (Wagner, et al., 2014).

Por outro lado, os adoecimentos psicológicos referem-se a questões de saúde mental, que englobam transtornos como depressão, ansiedade e síndrome de burnout. A síndrome de burnout, em particular, tem sido amplamente discutida nas últimas décadas como uma condição que afeta muitos educadores, caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e uma diminuição da realização pessoal. Esses transtornos psicológicos são frequentemente exacerbados por ambientes de trabalho estressantes, que carecem de suporte emocional e de uma cultura de colaboração.

Ressalta-se que a ausência de mecanismos de apoio, como a supervisão pedagógica e o acolhimento emocional, pode intensificar a sensação de isolamento e desamparo, levando a um ciclo vicioso de adoecimento que prejudica não apenas os professores, mas também os alunos e a comunidade escolar como um todo (Gasparini, 2006). Dessa forma, faz-se crucial que as instituições de ensino reconheçam a importância da saúde mental e física dos docentes como parte integrante da qualidade educacional. Políticas que promovam um ambiente de trabalho saudável, com a oferta de recursos adequados, apoio emocional e um equilíbrio nas demandas profissionais, são essenciais para prevenir o adoecimento docente e garantir um ambiente escolar mais produtivo e acolhedor.

#### **4.2 Fatores de risco e impactos no desempenho funcional**

Os fatores de risco relacionados ao trabalho docente que contribuem para o adoecimento são diversos e significativos, refletindo a complexidade e os desafios inerentes à profissão. Um dos principais aspectos que merece destaque é a carga horária excessiva, uma realidade que resulta do acúmulo de funções e da carga prolongada na rotina dos educadores. Muitas vezes, os professores não apenas ensinam, mas também desempenham papéis de mediadores, orientadores e até conselheiros, o que eleva ainda mais a demanda sobre suas capacidades. Essa sobrecarga contínua pode levar ao esgotamento físico e mental,

resultando em altos índices de absenteísmo, o que, por sua vez, prejudica a continuidade do processo educacional e afeta os alunos (Nascimento, et al., 2017).

Outro fator de risco importante é a falta de apoio, que se manifesta na ausência de suporte institucional, tanto por parte da administração escolar quanto da equipe pedagógica. Essa carência pode intensificar a sensação de isolamento e desamparo entre os docentes, criando um ambiente onde se sentem desprotegidos em suas funções. A escassez de recursos, como materiais didáticos adequados e tecnologia de apoio, juntamente à falta de um ambiente colaborativo, contribui para o desgaste emocional e a sensação de impotência que muitos professores experimentam (Alves, 2017).

Além disso, as condições de trabalho inadequadas, como infraestrutura precária, escassez de materiais didáticos e salas superlotadas, impactam diretamente a saúde dos professores. Essas circunstâncias dificultam não apenas a execução das atividades pedagógicas, mas também geram um estresse constante, que pode afetar a capacidade de ensino e a qualidade do aprendizado. Ambientes de trabalho que não promovem o bem-estar físico e psicológico tendem a resultar em um ciclo vicioso de estresse e adoecimento.

O adoecimento docente tem repercussões significativas na qualidade do ensino e no bem-estar dos alunos. Quando os educadores estão adoecidos, seu desempenho pedagógico é comprometido, resultando em uma redução perceptível na qualidade do ensino. Professores afetados por problemas de saúde frequentemente enfrentam dificuldades em manter a motivação e o engajamento nas aulas, o que impacta diretamente a dinâmica de aprendizado e o desempenho acadêmico dos alunos. É importante ressaltar que a capacidade do docente de inspirar e motivar os alunos é profundamente afetada por seu próprio estado emocional e físico (Rodrigues Amaral, 2023).

Ademais, a saúde física e mental dos docentes influencia a atmosfera da sala de aula de maneira significativa. Educadores estressados ou desmotivados podem criar um ambiente menos acolhedor e produtivo, o que prejudica não apenas o aprendizado, mas também as relações interpessoais dentro do espaço escolar. Um clima escolar positivo é essencial para o desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais dos alunos; portanto, o estado emocional dos professores desempenha um papel crucial nesse aspecto.

Por conseguinte, o estado emocional e a saúde dos docentes refletem diretamente no bem-estar dos estudantes. A presença de um professor estressado pode aumentar a ansiedade e a desmotivação entre os alunos, criando um ciclo de dificuldades que se traduz em problemas de aprendizagem e desenvolvimento. Isso não só afeta a vida acadêmica dos

alunos, mas também pode impactar sua saúde mental e emocional a longo prazo (Diehl, 2020).

Em síntese, o adoecimento docente é um problema complexo que demanda atenção e ação imediata. Compreender os conceitos, identificar os fatores de risco e analisar os impactos é fundamental para promover políticas de apoio e intervenções que visem à saúde dos educadores. Dessa forma, faz-se crucial que as instituições educacionais priorizem a promoção da saúde docente em suas agendas, assegurando não apenas a preservação da saúde dos profissionais, mas também a qualidade da educação oferecida aos alunos. Sendo assim, conclui-se que um ambiente escolar saudável e solidário é, sem dúvida, a chave para um futuro educacional mais promissor.

#### **4.3 A relação entre saúde mental dos professores e desempenho educacional:**

O adoecimento mental entre os professores tem repercussões diretas na qualidade do ensino. Segundo Penteado e Souza Neto (2019), o aumento de licenças médicas relacionadas a transtornos mentais, como ansiedade e depressão, compromete a continuidade das atividades pedagógicas, prejudicando o processo de aprendizagem dos alunos. "A desmotivação e o esgotamento levam a um ciclo vicioso de afastamentos frequentes e substituições, o que desestabiliza o ambiente escolar" (Penteado; Souza Neto, 2019, p. 145). Além disso, a Confederação Nacional dos Trabalhadores em Educação (CNTE, 2017) aponta que 61% dos profissionais da educação básica pública são mulheres, sendo elas particularmente impactadas pelas condições precárias de trabalho, jornadas longas e acúmulo de funções, fatores que aumentam os níveis de estresse e esgotamento.

Em escala internacional, o relatório TALIS (2018), da OCDE, evidencia que cerca de 25% dos professores nos países da organização relatam altos níveis de estresse no trabalho. Isso demonstra que o adoecimento mental é um fenômeno global que afeta a profissão em diversos contextos. O estudo também destaca a falta de preparação dos docentes para lidar com as demandas emocionais da profissão, especialmente em cenários de alta vulnerabilidade social, o que agrava os problemas de saúde mental e aumenta a rotatividade dos professores (OCDE, 2018).

A pandemia da COVID-19 intensificou ainda mais essa situação. De acordo com a Organização Internacional do Trabalho (OIT, 2023), a rápida transição para o ensino remoto e a volta às aulas presenciais sem o devido suporte emocional resultaram em uma sobrecarga de trabalho e acentuaram o esgotamento docente. A UNESCO (2020) reforça a necessidade de que as políticas públicas priorizem o bem-estar psicológico e emocional dos professores, sugerindo a criação de redes de apoio psicossocial e programas de formação continuada para a gestão do estresse.

Para enfrentar o adoecimento mental dos professores, é imprescindível que as políticas públicas se concentrem na promoção do bem-estar no ambiente escolar. A OCDE (2018) recomenda a criação de redes de apoio entre os docentes e o incentivo à formação continuada como estratégias para melhorar a saúde mental no trabalho. Penteadó e Souza Neto (2019, p. 150) também defendem a promoção de uma cultura de autocuidado entre os professores, aliada à criação de espaços de escuta e apoio psicológico, como formas eficazes de reduzir os níveis de estresse e esgotamento.

Sendo assim, a questão do adoecimento mental docente exige uma abordagem que considere as condições de trabalho, a sobrecarga emocional e a implementação de políticas públicas que promovam ambientes escolares saudáveis. Investir em suporte psicológico adequado e programas de formação contínua é essencial para garantir tanto a qualidade do ensino quanto o bem-estar dos professores. A promoção de uma cultura de autocuidado, juntamente com a oferta de espaços para escuta ativa e apoio emocional, se torna uma medida crucial para combater o esgotamento e melhorar as condições de trabalho nas escolas.

## **5. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O adoecimento mental dos professores é um problema grave que exige ações imediatas e abrangentes. A precarização das condições de trabalho docente, que inclui a falta de recursos, a alta carga horária e a insegurança laboral, combinada com a ausência de suporte adequado, tem gerado um ambiente profissional adverso. Essa situação tem levado a níveis alarmantes de estresse, ansiedade e burnout entre os educadores, comprometendo não apenas sua saúde física e mental, mas também a qualidade da educação que oferecem aos alunos. É imprescindível que sejam implementadas políticas eficazes e medidas de apoio que visem a proteção e valorização dos professores, a fim de reverter esse quadro preocupante e promover um ambiente de trabalho mais saudável e sustentável.

Diante do preocupante cenário do adoecimento dos professores, é evidente que a saúde mental dos professores deve ser uma prioridade nas políticas educacionais. A relação entre as condições de trabalho, as demandas emocionais e o bem-estar dos educadores é intrínseca e complexa, refletindo não apenas nos profissionais, mas também na qualidade do ensino e no desenvolvimento dos alunos. Os dados revelam uma situação preocupante, com altos índices de estresse, burnout e outras condições de saúde mental, exacerbados por práticas de gestão que priorizam a produtividade em detrimento do cuidado e do suporte.

As evidências apresentadas nesta pesquisa sublinham a necessidade urgente de intervenções que promovam ambientes de trabalho mais saudáveis e solidários para os educadores. Este imperativo não se restringe apenas à revisão das cargas horárias excessivas, mas também abrange a oferta de suporte pedagógico adequado e recursos que facilitem o dia a dia dos professores. É fundamental que as instituições educacionais implementem políticas que não apenas reconheçam, mas também valorizem o papel do educador como um profissional essencial, digno de respeito, apoio e cuidados.

A promoção da saúde mental deve ser vista como uma abordagem integral, que leva em consideração não só o contexto educacional, mas também a individualidade dos professores e suas necessidades específicas. Isso implica em criar um ambiente onde os educadores se sintam valorizados e apoiados, com acesso a recursos que incluam supervisão pedagógica, apoio psicológico e oportunidades de desenvolvimento profissional contínuo. Além disso, é crucial que haja uma cultura escolar que promova a colaboração e o diálogo aberto, permitindo que os professores compartilhem suas experiências e desafios.

Com isso, ao criar condições favoráveis ao bem-estar dos educadores, não apenas estamos promovendo a saúde mental deles, mas também impactando positivamente a qualidade da educação oferecida aos alunos. Ambientes de trabalho que priorizam a saúde e o bem-estar dos professores resultam em maior satisfação profissional, engajamento e eficácia no ensino. Portanto, é imperativo que ações concretas sejam implementadas para transformar o ambiente escolar em um espaço que não apenas educa, mas também cuida e valoriza seus profissionais. Isso se traduz em uma educação de qualidade, que beneficiará não só os professores, mas também toda a comunidade escolar.

Outrossim, o retorno ao trabalho após períodos de adoecimento requer uma atenção especial. É imprescindível que as instituições desenvolvam estratégias que facilitem a

reintegração dos docentes, garantindo que eles se sintam valorizados e apoiados em sua trajetória profissional. A criação de redes de apoio psicológico e a formação continuada são fundamentais para que os educadores possam enfrentar as complexidades da profissão, mantendo sua saúde mental e emocional.

Portanto, o compromisso com a saúde dos docentes é um investimento não apenas na qualidade da educação, mas também no futuro das novas gerações. Ao priorizar o bem-estar dos professores, estamos, na verdade, promovendo um ambiente escolar mais saudável e produtivo, onde todos os atores envolvidos – educadores e alunos – podem prosperar. Assim, construir uma educação de qualidade passa, necessariamente, pela valorização da saúde mental dos educadores, reconhecendo que a saúde e o bem-estar são elementos essenciais para o sucesso educacional.

## REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, T. M.; PINHO, P.; MASSON, M. L. V. Trabalho e saúde de professoras e professores no Brasil: reflexões sobre trajetórias das investigações, avanços e desafios. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 35, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00087318>. Acesso em: 4 out. 2024.
- ARTEMISA. **Relatório da pesquisa epidemiológica**. 2022.
- BALL, S. J. et al. **Global education inc.: new policy networks and the neo-liberal imaginary**. London: Routledge, 2013.
- CNTE – Confederação Nacional dos Trabalhadores em Educação. **Relatório sobre a saúde dos professores**. Disponível em: <https://www.cnte.org.br>. Acesso em: 2 out. 2024.
- DIEHL, L.; CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout em professores: diferenças entre níveis de ensino. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 5, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i5.2623>. Acesso em: 4 out. 2024.
- ESTEVE, J. M. **O mal-estar docente**. Barcelona: Paidós, 1994.
- FARIA LIMA, C. **Precarização, adoecimento & caminhos para a mudança: trabalho e saúde dos professores**. São Paulo: Fundacentro, 2023.
- GASPARINI, S. M.; BARRETO, S. M.; ASSUNÇÃO, A. A. Prevalência de transtornos mentais comuns em professores da rede municipal de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 22, 2006. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/PHJS4FcB5TdMrGNh6gwHJ8m/> Acesso em: 4 out. 2024.
- HARVEY, D. **O novo imperialismo**. São Paulo: Edições Loyola, 2005.

INEP – Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. **Censo Escolar 2022**. Disponível em: <https://www.gov.br/inep/pt-br/assuntos/censos/censo-escolar>. Acesso em: 2 out. 2024.

KUENZER, Acacia Zeneida. A precarização do trabalho docente: o ajuste normativo encerrando o ciclo. In: AFFONSO, Cláudia; FERNANDES, Claudio; FRIGOTTO, Gaudêncio; MAGALHÃES, Jonas; MOREIRA, Valéria; NEPOMUCENO, Vera (orgs.). **Trabalho docente sob fogo cruzado – Volume 2**. Rio de Janeiro: LPP/UERJ, 2021. p. 235-250.

LAMOSA, Rodrigo. O trabalho docente no período de pandemia: ataques, lutas e resistências. In: AFFONSO, Cláudia; FERNANDES, Claudio; FRIGOTTO, Gaudêncio; MAGALHÃES, Jonas; MOREIRA, Valéria; NEPOMUCENO, Vera (orgs.). **Trabalho docente sob fogo cruzado – Volume 2**. Rio de Janeiro: LPP/UERJ, 2021. p. 104-118.

LAVAL, C. **A escola não é empresa: o neoliberalismo em ataque ao ensino público**. Londrina: Planta, 2004.

MACAIA, A. A. S. Excluídos no trabalho? Análise sobre o processo de afastamento por transtornos mentais e comportamentais e retorno ao trabalho de professores da rede pública municipal de São Paulo. In: FARIA LIMA, C. **Precarização, adoecimento & caminhos para a mudança: trabalho e saúde dos professores**. São Paulo: Fundacentro, 2023.

MARTINEZ, D. Mal-estar docente. In: OLIVEIRA, D. A.; DUARTE, A. M. C.; VIEIRA, L. M. F. **Dicionário: trabalho, profissão e condição docente**. Belo Horizonte: UFMG, 2010.

NASCIMENTO, G. O.; LEAL, F. S. F. As práticas parentais positivas e negativas como fatores colaborativos no rendimento escolar. **Revista de Estudios y Investigación en Psicología y Educación**, extra, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.05.2762>. Acesso em: 4 out. 2024.

NASCIMENTO, K. B.; SEIXAS, C. E. O adoecimento do professor da Educação Básica no Brasil: apontamentos da última década de pesquisas. **Revista Educação Pública**, v. 36, 2023. Disponível em: <https://educacaopublica.cecierj.edu.br>. Acesso em: 3 out. 2024.

OECD. **TALIS 2018 Results**. OECD Publishing, 2019.

PENTEADO, R. Z.; SOUZA NETO, S. Mal-estar, sofrimento e adoecimento do professor: de narrativas do trabalho e da cultura docente à docência como profissão. **Saúde e Sociedade**, São Paulo, v. 28, n. 1, 2019.

RODRIGUES AMARAL, Anna Carrollina; DE ARAÚJO MENDES SILVA, LUCIANA. SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DA ÁREA DA SAÚDE: um olhar para literatura com ênfase na necessidade de cuidar de quem cuida. **Scientia Generalis**, v. 4, n. 1, p. 1–12, 2023. Disponível em: <http://scientiageneralis.com.br/index.php/SG/article/view/470>. Acesso em: 10 out. 2024.

SELIGMANN-SILVA, E. Saúde mental e trabalho: o caso dos profissionais do ensino. In: FARIA LIMA, C. **Precarização, adoecimento & caminhos para a mudança: trabalho e saúde dos professores**. São Paulo: Fundacentro, 2020.

VIEIRA, Isabela. Conceito(s) de burnout: questões atuais da pesquisa e a contribuição da clínica. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, São Paulo, v. 35, n. 122, p. 140-148, dez. 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbso/a/KTtx79ktPdtVSxwrVrkkNyD/>. Acesso em: 27 fev. 2025.

WAGNER, J.; COUTO, W. L. S.; ANDRADE, A. M. DE S.; NOBRE, L. C. DA C. **Protocolo de atenção à saúde mental e trabalho**. Salvador: DIVAST, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/BYh8RV9xyw6N6kdJSqqHkLg/?lang=pt>. Acesso em: 4 out. 2024