



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS  
CENTRO DE EDUCAÇÃO - CAMPUS A.C SIMÕES  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PEDAGOGIA**

JACIONE DOS SANTOS NASCIMENTO  
LARA JANAINA NASCIMENTO SILVA

**A INTENSIFICAÇÃO DO TRABALHO DOCENTE E SUAS REPERCUSSÕES NA  
SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES**

Condições de trabalho, sofrimento psíquico e a desvalorização da profissão

**Maceió  
2025**

JACIONE DOS SANTOS NASCIMENTO  
LARA JANAINA NASCIMENTO SILVA

**A INTENSIFICAÇÃO DO TRABALHO DOCENTE E SUAS REPERCUSSÕES NA  
SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES**

Condições de trabalho, sofrimento psíquico e a desvalorização da profissão

Artigo Científico apresentado como exigência parcial  
para a conclusão do Curso de Pedagogia do Centro  
de Educação da Universidade Federal de Alagoas.

Orientador: Prof. Dr. Pedro Paulo Viana Figueiredo

**Maceió  
2025**

JACIONE DOS SANTOS NASCIMENTO  
LARA JANAINA NASCIMENTO SILVA

**A INTENSIFICAÇÃO DO TRABALHO DOCENTE E SUAS REPERCUSSÕES NA  
SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES**

Condições de trabalho, sofrimento psíquico e a desvalorização da profissão

Artigo Científico apresentado ao Colegiado do Curso de Pedagogia do Centro de Educação da Universidade Federal de Alagoas como requisito parcial para obtenção da nota final do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC).

**Trabalho de Conclusão de Curso defendido e aprovado em: 20/08/2025**

**Orientador: Prof. Dr. Pedro Paulo Viana Figueiredo (CEDU/UFAL)**

**Comissão Examinadora**

Prof. Dr. Pedro Paulo Viana Figueiredo (CEDU/UFAL)  
Presidente

Prof. Dr. Adalberto Duarte Pereira Filho (CEDU/UFAL)  
2º. Membro

Prof. Dr. Valci Melo Silva dos Santos (CEDU/UFAL)  
3º. Membro

**Maceió  
2025**

# A INTENSIFICAÇÃO DO TRABALHO DOCENTE E SUAS REPERCUSSÕES NA SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES

Condições de trabalho, sofrimento psíquico e a desvalorização da profissão

Jacione dos Santos Nascimento  
[jacione.nascimento@cedu.ufal.br](mailto:jacione.nascimento@cedu.ufal.br)

Lara Janaina Nascimento Silva  
[lara.silva@cedu.ufal.br](mailto:lara.silva@cedu.ufal.br)

Pedro Paulo Viana Figueiredo  
[pedro.figueiredo@cedu.ufal.br](mailto:pedro.figueiredo@cedu.ufal.br)

**Resumo:** O presente artigo tem como objetivo discutir sobre a temática de saúde mental dentro do contexto educacional, analisando os principais fatores que causam o mal-estar docente e o afastamento. Com base em uma revisão de literatura contemporânea, é possível explorar a naturalização do sofrimento físico e mental associado à condição de ser professor; tal qual a ideia de Viegas (2022), que problematiza a sobrecarga de trabalho e a falta de reconhecimento profissional. A partir de estudos sobre as literaturas de Arbex, Mendonça e Souza (2013), buscamos evidenciar as dificuldades que os/as educadores/as enfrentam em suas relações interpessoais considerando o impacto de sua vida profissional, já que essas consequências ultrapassam a esfera de trabalho, afetando diretamente sua vida cotidiana, prejudicando e comprometendo suas relações. Além disso, foi possível constatar que a incidência de afastamentos por motivo de doenças é superior entre professores/as em comparação a outras categorias profissionais, conforme estudo que aponta níveis elevados de sofrimento mental. Por exemplo, em um estudo com 2.181 trabalhadores, 116 docentes apresentaram afastamentos por motivos de saúde mental, totalizando 246 afastamentos entre 2012 e 2016. Essa situação está relacionada às condições de trabalho, pressão psicológica por resultados, acúmulo de funções e à desvalorização da profissão. Dessa forma, é essencial a implementação de políticas públicas que garantam melhores condições de trabalho e que viabilizem o suporte adequado para os profissionais da educação, assegurando a preservação de sua saúde mental e qualidade de vida.

**Palavras chaves:** Saúde Mental, Sofrimento Psíquico, Mal-Estar Docente, Adoecimento Docente, Burnout

**Abstract:** This article aims to discuss the topic of mental health within the educational context, analyzing the main factors that cause teacher distress and absence. Based on a review of contemporary literature, we explore the naturalization of physical and mental suffering associated with being a teacher, similar to Viegas's (2022) approach, which problematizes work overload and lack of professional recognition. Based on studies of the literature by Arbex, Mendonça and Souza (2013), we seek to highlight the difficulties educators face in their interpersonal relationships, considering the impact on their professional lives. These consequences extend beyond the work sphere directly affecting their daily lives, harming and compromising their relationships. Furthermore, we found that the incidence of absences due to illness is higher among teachers compared to other professional categories, according to a study that points to high levels of mental distress. For example, in a study of 2,181 workers, 116 teachers were absent due to mental health issues, totaling 246 absences between 2012 and 2016. This situation is related to working conditions, psychological pressure to achieve results, the accumulation of responsibilities, and the devaluation of the profession. Therefore, it is essential to implement public policies that guarantee better working conditions and provide adequate support for education professionals, ensuring the preservation of their mental health and quality of life.

**Keywords:** Mental Health, Psychological Distress, Teacher Discomfort, Teacher Illness, Burnout

## 1 INTRODUÇÃO

Este artigo foi motivado a partir de situações vivenciadas em nosso contato com profissionais da educação e seus desafios perante as exigências dentro do contexto escolar. Mais especificamente, em como o exercício da docência pode ser causador de sofrimento psíquico. Atualmente, esse tema tem ganhado mais visibilidade, principalmente devido à pandemia de COVID-19, que agravou significativamente as condições de trabalho e aprofundou as desigualdades existentes no cenário educacional. Em razão de questões como a sobrecarga de trabalho, a falta de reconhecimento profissional, a pressão psicológica por resultados, o acúmulo de funções e a desvalorização da profissão, que impactam diretamente a vida pessoal e profissional desses educadores e afetam, portanto, a qualidade do ensino, sentimos a necessidade de aprofundar essa temática e discutir como as consequências do adoecimento docente podem ser sutis, porém, tendo influência no dia-a-dia dos profissionais da educação. Para Le Guillant (2006 *apud* Souza, 2019), a compreensão do psiquismo e suas formas de adoecimento nos contextos laborais exige que se vá além da organização do trabalho, alcançando as experiências pessoais e profissionais que compõem a história do indivíduo. Essa perspectiva nos ajuda a entender a nossa própria motivação para este artigo, que surgiu de vivências pessoais e do contato com os desafios dos profissionais da educação.

Em nossa experiência, o contato com a educação ocorreu primeiramente de maneira informal, antes mesmo de iniciar o curso de Pedagogia, através do reforço escolar, como uma necessidade de contribuir no desenvolvimento e aprendizagem de algumas crianças do bairro e colaborar financeiramente com a renda familiar. A partir dessas experiências, nos identificamos com o ato de ensinar e logo iniciamos a jornada acadêmica. Ao longo do curso, tivemos experiências durante os estágios obrigatórios e percebemos que a prática docente nos leva a reflexões importantes sobre o papel do professora, em especial no que se refere às suas habilidades e comprometimento no processo de construção do pensamento crítico sobre a sociedade.

Depois de passar pela teoria, isto é, pelo abstrato, o educando pode se posicionar de maneira diferente em relação à prática, pois modificou sua maneira de entendê-la. Em consequência, sua prática também não seria a mesma. Seu pensar e agir podem passar a ter uma perspectiva transformadora da realidade. Ao colocar em prática os conhecimentos adquiridos, o sujeito modifica sua realidade imediata (Gasparin, 2009, p.7).

Dessa forma, ao longo do processo de aprendizagem, o estudante tem a chance de aprimorar e desenvolver competências e conhecimentos que serão fundamentais para sua vida, tanto dentro quanto fora da escola. Algumas situações não são sempre abordadas de maneira teórica, elas são adquiridas através de experiências práticas, permitindo que os alunos não apenas aprendam, mas também façam uma contribuição positiva ao ambiente em que estão inseridos. A contraposição entre esse ideal pedagógico e a realidade encontrada pelos professores na prática docente é um dos pontos que nos motivou a aprofundar a discussão sobre o mal-estar docente.

Após iniciarmos o estágio remunerado pela Secretaria Municipal de Educação de Alagoas – SEMED/AL, tivemos nosso primeiro contato com a rede pública de ensino, ampliando nosso olhar para a realidade docente, no que diz respeito às condições de trabalho, as diferentes metodologias e a relação família-escola.”família-escola. Esse momento pudemos participar ativamente de intervenções e sermos vistas e nos reconhecemos como educadoras, entendendo a grande demanda de funções que são constantemente estabelecidas para o professor e as vivências que somente a sala de aula proporciona. Com base nessas vivências, refletimos sobre alguns problemas que os professores enfrentam em decorrência do excesso de atribuições e com relação à falta de suporte — a ausência de políticas públicas e de acolhimento institucional que garantam melhores condições de trabalho e ofereçam apoio psicológico, assim como observamos que os impactos dessa problemática ultrapassam os muros da escola e atingem diretamente a vida pessoal do docente, principalmente no que se refere ao desgaste físico e mental. Nesse sentido, afirma Esteve (1999, p.44):

O professor vai constatar que a realidade do magistério não corresponde aos ideais que aprendeu durante seu período de formação, e com os quais ele compara ele mesmo e compara boa parte da sociedade. Se ele havia identificado a “profissão docente” com as relações pessoais entre professor-aluno, vai deparar com essas relações a menos se elas são possíveis nas atuais condições de trabalho que imperam nos centros docentes.

Em linha semelhante, foi observando os profissionais da educação que percebemos o grande índice de pessoas com complicações de saúde, sendo física (como lombalgias, gastrites e dores no corpo) ou mental (como depressão, ansiedade, síndrome do pânico, síndrome de Burnout, alcoolismo e dependência

química), ocasionadas pelo desempenho da função que nos interessamos em pesquisar mais sobre essa temática. A ausência de políticas que valorizem a saúde mental no ambiente escolar é um desafio significativo. Com base no pensamento de Arbex, Souza e Mendonça (2013), essa problemática se relaciona diretamente à naturalização do sofrimento docente, ou seja, à aceitação do mal-estar físico e psíquico como uma condição inerente à profissão. Bendassolli (2011 *apud* Francisco; Ramos, 2018) pontua como as dificuldades enfrentadas no local de trabalho impactam diretamente as atividades realizadas: tanto as que ocorrem quanto aquelas que não podem ser efetuadas, afetando aspectos individuais e coletivos, como a autoestima e a realização das atividades com prazer e satisfação. Portanto, é crucial entender que as questões relacionadas à saúde mental afetam não apenas a vida profissional, mas também comprometem a qualidade de vida do indivíduo. Entre diversos fatores, nos instigou refletir sobre questões tais como: a possibilidade de fazer um trabalho de qualidade sem as condições adequadas; a interferência do estresse no ambiente de trabalho nas relações interpessoais dentro e fora da escola; e, como é possível auxiliar os indivíduos no desenvolvimento socioemocional quando se está passando por situações de sofrimento psíquico.

Segundo Arbex, Souza e Mendonça (2013), os professores nem sempre valorizam as necessidades de prevenção e promoção da saúde e apresentam uma cultura de naturalização dos problemas à condição de ser/estar professor. São inúmeros os problemas causados em decorrência do estresse, afetando não apenas questões psíquicas, mas também físicas, desencadeando diversos problemas de saúde e problemas em seus relacionamentos e comportamentos. Por isso, a saúde mental é um tema que deve ser difundido e amplamente discutido, pois compreender o assunto e procurar formas de combatê-lo (ou seja, os problemas causados pelo estresse e seus impactos) é uma das medidas de enfrentamento.

Nesse sentido, tivemos a seguinte problemática: quais as consequências que o trabalho docente têm na vida desses profissionais a partir de sua rotina pedagógica? Visto que, no estágio de capitalismo tardio em que nos encontramos, os níveis de exigências são desumanos, pois as práticas de Saúde Mental nas instituições de ensino coincidem em pressionar por produtividade gradativa, num espaço competitivo, cujo indivíduo deve estar preparado para modificar e se adequar às demandas do mercado.

A difusão do pensamento neoliberal na educação, de acordo com Laval (2004),

faz com que as escolas - sejam elas públicas ou privadas - sofrem assédios por parte de empresas para aderir à ideologia neoliberal, em que se pensa os processos escolares como sendo os de uma empresa, o corpo docente como colaboradores e os estudantes como consumidores. Nesse sentido, afirma Laval (2004, p. 305, grifos no original):

A ação pedagógica supõe uma convicção "presa ao corpo" no valor do ofício que se faz e na sua importância social. Enfraquecer essa convicção banalizando o ofício de professor, querendo fazer do professor um administrador ou um técnico, recai paradoxalmente na diminuição da eficácia global do sistema educativo (se por ele se entende a transmissão de conhecimentos). Pior, atacar as identidades profissionais enraizadas na ética do conhecimento e do serviço público, como o faz o novo gerenciamento, tem efeitos fragilizantes, até mesmo destrutivos, sobre as pessoas e as expõe muito mais ao que se denomina "sofrimento no trabalho". Os educadores só podem estar desorientados pela perda de significação do ensino.

Para compreender esse sofrimento, optamos por realizar uma revisão narrativa, com o objetivo de investigar a saúde mental de professores e a relação entre a prática profissional e o adoecimento, bem como a compreensão dos diversos fatores pontuados na literatura científica que contribuem para isso, tanto dentro do ambiente escolar como fora da escola. Ao compreender que a função da escola vai além da aprendizagem de conteúdos, precisamos ter a criticidade de entender que a escola não se trata de um fim em si mesmo, isolado das pessoas e seus contextos fora da escola, e inevitavelmente situações que acontecem para além de seus muros acabam interferindo nesse ambiente, seja com relação ao corpo discente ou docente

## **2 METODOLOGIA**

O estudo apresentado tem como objetivo analisar as diferentes causas pontuadas para o adoecimento docente a partir da literatura científica nos últimos cinco anos e dar visibilidade para o problema da normalização da sobrecarga no ambiente de trabalho no que se refere ao contexto escolar, especialmente no que diz respeito ao sofrimento psíquico inerente à própria profissão. Segundo Barros, Fregadolli e Ferro (2020), "Os profissionais da educação apresentaram níveis elevados de sofrimento mental, muito superior ao esperado em outras categorias profissionais". Esse cenário se soma à pouca valorização referente às questões de saúde mental do corpo docente no dia a dia.

Além disso, o almejam também investigar os impactos que o adoecimento

dos professores pode ter em suas vidas pessoais e profissionais, interferindo diretamente no exercício da profissão e em suas relações interpessoais. Para isso, foi utilizada uma metodologia qualitativa e descritiva (Flick, 2009), que busca entender e explicar as dificuldades que os educadores enfrentam ao longo dos anos em seus diversos aspectos e durante o período pós-pandemia.

A seleção de artigos para esta revisão foi realizado a partir de um levantamento bibliográfico na base de dados SciELO utilizando os seguintes descritores: “sofrimento psíquico”, “adoecimento”, “mal-estar”, “saúde mental” e “afastamento” em conjunto com os descritores “professores” e “docentes”, compreendendo os anos de 2020 a 2025. A seleção do conteúdo foi feita com base nos descritores acima mencionados e, a partir disso, a leitura dos resumos de artigos que tinham estes descritores.

A opção pela revisão narrativa da literatura se alinha ao objetivo do nosso estudo, que busca explorar as diferentes causas do adoecimento docente a partir da literatura científica recente. Reconhecemos que, embora este método seja flexível, optamos por utilizar parâmetros rigorosos para a seleção dos artigos, como a delimitação temporal entre 2020 e 2025 e o uso de descritores específicos na base de dados SciELO. Essa abordagem criteriosa nos permitiu garantir que os artigos selecionados estivessem alinhados ao escopo do trabalho e fossem relevantes para a discussão proposta, resultando na análise aprofundada de 11 artigos.

A partir dos artigos consultados de acordo com os critérios pontuados na metodologia, chegamos ao número de 14 artigos, dos quais 11 entraram no critério de inclusão. Diante disso, foi criada uma tabela (Quadro 1) na qual separamos as referências encontradas e categorizamos de acordo com a discussão presente nesses artigos: sofrimento psíquico, adoecimento, mal-estar, afastamento, saúde mental - podendo um artigo compreender mais de uma categoria. Ademais, utilizamos critérios de exclusão para refinar os resultados da pesquisa e garantir que os artigos selecionados estivessem alinhados ao objetivo do estudo. Foram excluídos os artigos que não tinham o texto completo disponível para leitura, assim como aqueles que, mesmo contendo os descritores da busca, não se adequaram ao tema principal de saúde mental e adoecimento docente.

Quadro 1 - Temáticas dos artigos incluídos

Referência	sofrimento psíquico	adoecimento	mal-estar	afastamento	saúde mental
Mendes <i>et al.</i> (2018)		X	X	X	X
Lima <i>et al.</i> (2021)	X		X	X	X
Barros <i>et al.</i> (2020)	X			X	
Viegas (2022)		X			
Silva <i>et al.</i> (2023)		X	X		
Cunha <i>et al.</i> (2024)	X			X	
Penteado; Souza Neto (2019)			X		
Costa <i>et al.</i> (2018)	X	X		X	
Silva <i>et al.</i> (2025)	X	X			X
Ramos <i>et al.</i> (2023)	X				
Figueiredo; Silva (2022)	X				

Fonte: As autoras(2025)

No âmbito da pesquisa, o adoecimento docente é conceituado como uma consequência direta da sobrecarga e da intensificação do trabalho pedagógico, manifestando-se em diversos quadros clínicos que comprometem a saúde física e mental dos profissionais. Em complemento, o sofrimento psíquico é visto como um problema que surge das condições de trabalho e da falta de reconhecimento, afetando tanto a vida profissional quanto a pessoal, sendo muitas vezes naturalizado no cotidiano escolar. O mal-estar docente, por sua vez, é um conceito que descreve a lacuna entre os ideais da profissão e a realidade encontrada nos centros de ensino, um estado constante que debilita a identidade profissional. O afastamento é uma categoria que representa a consequência final desse processo, sendo o resultado direto do adoecimento, com uma incidência significativamente superior entre

professores. Por fim, a saúde mental é abordada como o tema central que, apesar de sua importância para a qualidade de vida e do ensino, ainda não é devidamente valorizada no ambiente escolar, o que reforça a necessidade de políticas de prevenção e apoio.

Por fim, selecionamos aqueles que estavam de acordo com o escopo de nosso trabalho, ou seja, que destacavam os fatores de adoecimento decorrentes da prática docente sobre a saúde mental desses profissionais analisando desde fatores psicossociais e emocionais, como também a influência das condições de trabalho e a desvalorização da profissão nesse processo de adoecimento. Na próxima seção, discutiremos os motivos para o adoecimento de acordo com os argumentos, dados e resultados de pesquisa desses artigos.

### **3 MOTIVOS PARA O ADOECIMENTO DOCENTE: ANÁLISE DA LITERATURA CONSULTADA**

O adoecimento docente é um assunto que tem sido amplamente debatido nos últimos anos, principalmente acerca dos crescentes casos de afastamentos vinculados a transtornos mentais e a elevada carga de trabalho enfrentada pelos profissionais da educação. A análise desses artigos aponta que os fatores que causam esse adoecimento entre os professores ultrapassam o âmbito escolar envolvendo aspectos emocionais, sociais e institucionais. Sendo assim, os principais fatores observados pelos autores são a sobrecarga de trabalho, o acúmulo de funções, a pressão por resultados, falta de reconhecimento profissional, precarização das condições de trabalho e a normalização de violências às quais os professores estão submetidos no exercício da função.

A partir disso, o estudo desses elementos evidencia que as consequências do adoecimento de professores não apenas comprometem sua saúde física e mental, mas também sua vida particular e social, visto que o trabalho ocupa um papel muito importante na construção da identidade dos sujeitos, sendo responsável pelo reconhecimento social definindo seu papel na sociedade e dando sentido às suas ações. Através da literatura consultada, é possível compreender como esses fatores se relacionam e causam impacto negativo no que diz respeito à qualidade do ensino.

Almejando compreender como a qualidade de vida no ambiente de trabalho é um fator muito importante para o desempenho da função, Mendes *et al.* (2018)

realizaram um estudo buscando identificar ações para a promoção de um ambiente de trabalho mais seguro para professores, ou seja, um ambiente que proteja contra o desgaste físico e mental, a violência e as más condições de trabalho. Com isso, eles argumentam que foi possível analisar diversos elementos que contribuem para o adoecimento de professores, como a sobrecarga de trabalho, o acúmulo de funções, a pressão por resultados, a falta de reconhecimento profissional e a precarização das condições de trabalho, e, conseqüentemente, o afastamento dos mesmos do contexto profissional com a saúde mental prejudicada. De forma semelhante, os artigos de Carlotto *et al.* (2019) e Barros, Fregadolli e Ferro (2020) também pontuam essa questão:

Dentre a população média de trabalhadores do estudo (2.181), foram identificados 2.931 afastamentos por motivos de saúde entre os anos de 2012 e 2016. Destes, 116 docentes apresentaram afastamentos por motivos de saúde mental, perfazendo 246 afastamentos (Carlotto *et al.*, 2019, p. 7).

Os profissionais da educação apresentaram níveis elevados de sofrimento mental, muito superior ao esperado em outras categorias profissionais. As doenças preexistentes, o elevado número de alunos por turma, a carga horária de trabalho no ambiente escolar e a continuidade do trabalho em casa constituíram situações que corroboram com o sofrimento mental (Barros; Fregadolli; Ferro, 2020, p.17).

Além disso, esses artigos pontuam ainda a influência das experiências vividas por esses profissionais a partir de suas relações interpessoais, condições de trabalho e o aumento significativo de transtornos psíquicos (como Síndrome de Burnout, depressão, ansiedade, síndrome do pânico, além de alcoolismo e dependência química) adquiridos ao longo dos últimos anos no que se refere ao contexto educacional. Por exemplo, Barros, Fregadolli e Ferro (2020, p.12) afirmam que:

Os afastamentos, raras vezes oficializados, decorrentes de estresse, que constantemente encobrem o alcoolismo, a dependência química, a síndrome do pânico e a síndrome de Burnout, dentre outros transtornos, lombalgias, gastrites e depressão; ou mesmo a utilização de ansiolíticos, antidepressivos ou medicamentos conhecidos como tarja preta, estão experimentando um ascensor acelerado entre os professores.

O mal-estar docente é uma temática amplamente abordada por diversos artigos, que o relacionam diretamente à desvalorização profissional, ao acúmulo de funções e à precarização do trabalho. Autores como Costa, Silva e Oliveira (2018) e Penteadó e Souza Neto (2019) discutem como o desrespeito, os baixos salários, a sobrecarga e a perda de sentido do ofício docente são fatores responsáveis por um

intenso sofrimento. Em linha semelhante, Cunha *et al.* (2024) também associam o mal-estar às condições precárias de trabalho, influenciadas por políticas neoliberais. Além disso, as pesquisas de Ramos *et al.* (2023) e Silva *et al.* (2025) reforçam a intensificação do trabalho e a precarização como causas de sofrimento psíquico e burnout, evidenciando como esses problemas foram significativamente agravados durante o período da pandemia de COVID-19. Ademais, sobre mal-estar docente, Viegas (2022, p.16) destaca que:

O adoecimento é uma das consequências da sobrecarga e intensificação, levando as trabalhadoras a apresentarem diversos problemas de saúde que elas associam ao trabalho. Aspectos como o risco de perda de bonificações, descontos nos salários e mesmo ameaças de perda de emprego, além do compromisso profissional e com as colegas de trabalho, fazem com que as professoras não tenham tempo de recuperar adequadamente sua força de trabalho e assim laborem frequentemente estando doentes, o que resulta no agravo dos problemas de saúde.

No estudo realizado por Silva *et al.* (2023, p.7), é destacado que os professores declaram indicadores que têm efeito positivos ou negativos na saúde mental dos docentes: “[...] a partir das vivências do seu cotidiano de trabalho, os professores atribuíram os seguintes aspectos: satisfação, motivação, valorização, reconhecimento, autonomia, esgotamento emocional, estresse, medo entre outros analisadores”.

Para Cunha *et al.* (2024, p. 18), os impactos negativos são discutidos a partir das condições de trabalho a partir de políticas neoliberais e a precarização do mesmo como motivo de aumento do mal-estar docente:

O professor tem se deparado cotidianamente com conflitos e tensões no contexto escolar, com impactos negativos na sua vida. Esses fatos têm resultado, na maioria das vezes, em processos de adoecimento físico e ou mental desta classe trabalhadora.

Costa, Silva e Oliveira (2018, p. 97) também destacam fator semelhante:

A desvalorização do trabalho do professor se traduz pelo desrespeito por parte dos alunos, baixos salários, carga de trabalho exaustiva, alto número de alunos por classe e pressão por metas de produtividade, fatores responsáveis pelo intenso sofrimento docente.

Além disso, esses artigos evidenciam que grande parte dos professores enfrentam pressões constantes por produtividade, uma lógica relacionada à visão neoliberal da educação, e uma sobrecarga de atividades, o que na maior parte do tempo os leva a continuar trabalhando em casa, vivendo em função do trabalho e

frequentemente abrindo mão de momentos de descanso e lazer para atender a demandas profissionais, ampliando sua jornada de trabalho para além do ambiente escolar.

Sobre esse mal-estar constante, que debilita a própria identidade docente, Penteado e Souza Neto (2019) discutem acerca da narrativa do sofrimento no trabalho indicada pela desvalorização e sobrecarga de tarefas, em que o profissional acaba perdendo o sentido da atividade docente devido às demandas institucionais e sociais que não levam em consideração a realidade da prática docente. Segundo os autores citados acima (2019, p. 15):

o corpo do professor, pela problemática do mal-estar, do sofrimento e do adoecimento no trabalho docente, pode expressar a narrativa coletiva de uma cultura profissional que traz imensas dificuldades para que eles reconheçam (em si e perante seus colegas, seus superiores no trabalho e a sociedade) sua condição humana e seus potenciais como agentes sociais no âmbito do cuidado e da promoção da saúde e do bem-estar docente.

Uma das coisas que esperaríamos encontrar no levantamento, era o impacto causado pela pandemia de COVID-19 que, de maneira mais intensa, afetou nosso país e o contexto educacional entre os anos de 2020 e 2022. No que se refere a esse contexto, Ramos *et al.* (2023) afirmam através do estudo realizado por eles que grande parte dos professores foram afetados pela Síndrome de Burnout nesse período em decorrência do intenso e trabalhoso processo de mudança para o ensino remoto, em que além de lidar com as questões já pontuadas anteriormente, essas professoras passavam por um momento atípico de associação entre insegurança, isolamento e o uso intenso e forçado da tecnologia. Ainda nesse estudo, também evidenciam a urgência de políticas públicas que preservem a saúde mental dos profissionais da educação e que repense as condições de trabalho até então estabelecidas na tentativa de garantir sua qualidade de vida.

De forma semelhante o fazem Silva *et al.* (2025, p.20) destacando que:

as condições precárias no desenvolvimento do trabalho no novo formato de aulas e as dificuldades de acesso à internet e de comunicação com estudantes e gestores(as) trouxeram influências na saúde mental, como quadros de depressão, ansiedade, sofrimento psíquico, tristeza, dificuldades para dormir, descontentamento, dentre outros; além de dores no corpo devido ao longo tempo na posição sentada. O assédio moral foi relatado em pesquisas, o que reitera a necessidade de explorar esta violência no trabalho e as suas inter-relações com a saúde mental.

Há muito tempo o ensino nas escolas públicas brasileiras enfrenta problemas como oferta insuficiente de materiais didáticos, estruturas físicas precárias, falta de formação profissional dos professores, evasão escolar e declínio da qualidade do ensino. As razões são complexas e multifacetadas, influenciadas por fatores sociais, culturais, políticos, econômicos e históricos que foram exacerbados durante a pandemia, resultando em maior comprometimento do desenvolvimento educacional dos alunos (Cordeiro, 2022).

Ainda no que diz respeito ao contexto da pandemia de COVID-19, no estudo exploratório realizado por Leite, Lima e Carvalho (2020) com o objetivo de analisar as condições enfrentadas pelos discentes de vários níveis de ensino no período de suspensão das aulas presenciais em consequência das restrições da pandemia, foram analisadas as respostas de 254 docentes que atuavam remotamente nos primeiros meses após o início da pandemia em níveis e redes de ensino diferentes, verificou-se que 60% dos professores afirmaram não terem recebido informação suficiente para trabalhar na modalidade remota e 80% declarou que as informações fornecidas pela formação continuada não foram úteis para o uso de tecnologias digitais dentro dos parâmetros impostos pela pandemia.

Silva, Andrade e Porto (2025), analisam as condições de trabalho dos professores da Educação Básica no Brasil e afirmam que a pandemia de COVID-19, agravou significativamente a situação. A demanda imposta de trabalho, sem a formação adequada, junto a necessidade de adaptação ao ensino remoto, resultou no sofrimento psíquico dos educadores. As mulheres professoras especificamente, foram impactadas durante a pandemia, devido ao acúmulo de tarefas profissionais com o trabalho doméstico e o cuidado familiar, sobrecarregando a sua saúde mental. Nesse cenário ocorreu um aumento significativo dos casos de burnout, ansiedade e depressão, resultando em afastamentos por motivo de saúde, além do avanço da precarização do trabalho docente, com a fragilização dos vínculos trabalhistas, agravando o quadro de adoecimento.

Ainda no que diz respeito a ter condições adequadas de trabalho, Figueiredo e Silva (2022) discutem a importância da temática da inclusão analisando as adversidades enfrentadas pelos profissionais que atuam nas Salas de Recursos Multifuncionais, em que existe a necessidade de uma infraestrutura adequada e capacitação dos professores para o desempenho de um trabalho competente e eficaz. A ausência desses fatores influencia na sobrecarga e desgaste emocional no

ambiente de trabalho prejudicando não apenas o profissional seu bem-estar mas causando um impacto negativo no suporte desses alunos que precisam de atendimento especializado.

As condições precárias de trabalho são mais evidentes no ensino público. Para Costa, Silva e Oliveira (2018), o sofrimento mental dos professores no ensino público tem como fatores principais a sobrecarga de trabalho, a indisciplina dos estudantes, a violência no ambiente escolar e a ausência de reconhecimento na profissão. As condições precárias no ambiente de trabalho, relacionadas à exigência de diversas atribuições, que incluem a pressão constante por produtividade e a sobrecarga de atividades que levam a trabalhar em casa, a necessidade de adaptação ao ensino remoto e o uso da tecnologia, além do acúmulo de tarefas profissionais com o trabalho doméstico e o cuidado familiar, especialmente para as mulheres, contribui para o sofrimento psíquico, estresse crônico e desenvolvimento de transtornos mentais, como depressão e ansiedade. Os autores argumentam que o sofrimento ocorre de maneira discreta, muitas vezes naturalizado no cotidiano escolar, criando obstáculos ao acesso de políticas de saúde mental e meios de prevenção..Essas situações causadoras do adoecimento mental, tem levado o afastamento de docentes do ambiente escolar, prejudicando a qualidade do ensino, como também agravando o quadro de precarização.

A partir disso, entre os artigos consultados a questão da precarização do trabalho se mostra como a causa central do adoecimento dos professores, enfatizando o impacto do adoecimento na saúde mental, como ansiedade, depressão e burnout (Costa; Silva; Oliveira, 2018; Silva; Andrade; Porto, 2025). Os textos alertam sobre a invisibilidade e a naturalização do sofrimento docente, evidenciando o afastamento de professores como uma consequência direta do adoecimento mental relacionado às condições de trabalho, também enfatizando a necessidade de políticas públicas para melhorar as condições de trabalho, valorização profissional, prevenir e proteger a saúde mental dos professores.

Verifica-se a necessidade de ampliar a investigação, no sentido de melhor compreender a gênese do sofrimento mental dos professores, oferecendo subsídios para a produção de mudanças significativas, visando à melhoria de saúde destes, agindo nos processos determinantes do adoecimento e não através da simples medicalização. (Costa; Silva; Oliveira, 2018, p. 96)

Dessa forma, a análise dos artigos consultados traz uma reflexão das atuais

condições de trabalho docente e suas consequências relacionadas à saúde física e mental de professores, enfatizando que essas ocorrências afetam consideravelmente não somente o professor e suas relações pessoais, mas a qualidade do ensino. A partir disso é possível pensar em mudanças que contribuam para a melhoria do sistema educacional no que se refere às condições de trabalho, políticas efetivas que auxiliem no reconhecimento/valorização da profissão docente e o oferecimento de suporte psicológico adequado para esses profissionais na tentativa de promover uma educação de qualidade atendendo as necessidades básicas de saúde dos educadores.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Com base nos estudos mencionados, é possível afirmar que o contexto educacional apresenta um cenário crítico com relação à saúde mental dos profissionais, já que o número elevado de professores que sofrem com problemas de saúde física e mental possui uma discrepância considerável acerca de outras profissões (Barros; Fregadolli; Ferro, 2020). É dessa forma que podemos evidenciar uma série de fatores que contribuem para o mal-estar e o afastamento docente vinculados ao exercício da função, sejam eles causados pelas condições de trabalho como a sobrecarga de tarefas, a falta de recursos para diversificar as aulas, a falta de reconhecimento profissional juntamente com a desproporção salarial e as violências enfrentadas diariamente dentro do ambiente escolar.

Durante a realização deste artigo, compreendemos que o adoecimento docente além de ser uma dificuldade dentro do contexto escolar, também causa inúmeros prejuízos no que diz respeito a vida pessoal desses profissionais, afetando não somente seu ambiente de trabalho mas suas relações interpessoais como família e amigos causando um impacto emocional diretamente ligado a perda de sua identidade profissional e o sentimento de frustração, ansiedade e medo por não conseguir exercer suas atribuições.

Dessa forma é importante destacar que esse sofrimento docente vinculado ao exercício da profissão é um fator preocupante quanto a qualidade do ensino, visto que é necessário condições adequadas de trabalho para o bom desempenho da função. Sendo assim, é imprescindível a carência de políticas públicas que proporcionem garantia do bem-estar dos educadores com a finalidade promover uma educação de qualidade, reconhecendo os profissionais e oferecendo os recursos

essenciais para realização do seu trabalho.

Diante do estudo analisado sobre saúde mental dos profissionais de educação, é possível afirmar que o adoecimento psíquico nos educadores, está sujeito às influências determinadas por conjuntos de fatores estruturais, que envolvem a precarização das condições de trabalho, a intensificação das demandas, desvalorização dos profissionais e ausência de acolhimento institucional.

Autores (Arbex *et al.*, 2013; Bendassolli, 2018; Mendes *et al.*, 2018) destacam que o sofrimento mental no magistério está intrinsecamente ligado às condições de trabalho precarizadas, à intensificação das demandas laborais e à perda do sentido do trabalho. A sobrecarga, a desvalorização social, a ausência de reconhecimento e a escassez de recursos materiais e institucionais formam um contexto que impacta diretamente na saúde emocional dos docentes (Viegas, 2022; Gasparin, 2009).

Ademais, todo processo de adoecimento docente necessita ser entendido em suas variadas dimensões: não apenas como resultado de fatores externos, mas também como uma vivência individual marcada pela frustração, culpa, ansiedade e exaustão (Esteve, 1999; Penteado; Souza Neto, 2022). A pandemia de Covid-19, como enfatizam Silva *et al.* (2025) e Ramos *et al.* (2023), agravou essas condições, aprofundando desigualdades e tornando mais visível o peso do trabalho docente, principalmente para mulheres. Esse cenário contribuiu para o aumento dos casos de burnout, afastamentos por transtornos mentais e sentimentos de isolamento.

Os estudos analisados caminham para a necessidade de políticas públicas intersetoriais que associem saúde e educação, oferecendo suporte psicológico, formação continuada, melhoria das condições de trabalho e valorização docente (Cunha *et al.*, 2024; Barros; Fregadolli; Ferro, 2020). O espaço escolar deveria ser um ambiente de construção coletiva do saber, mas tornou-se um local de adoecimento, que urge refletir sobre as práticas educacionais, como também as políticas que promovam a saúde do trabalhador da educação. A prática preventiva e a promoção de um ambiente escolar saudável devem ser priorizadas, com o objetivo de garantir a qualidade da educação quanto para proteger os sujeitos que nela atuam.

Em suma, é fundamental compreender o trabalho docente não somente como uma atividade técnica, mas como uma prática humana, social e política. Valorizar o professor é, acima de tudo, reconhecer que sua saúde mental é uma condição indispensável para uma escola democrática, acolhedora e transformadora. Preservar a saúde dos profissionais de educação é um compromisso coletivo com a qualidade

da educação e com a construção de uma escola democrática, justa e humanitária.

## Referências

ARBEX, M. A.; SOUZA, L. M. F.; MENDONÇA, M. H. M. Saúde mental e trabalho docente: considerações sobre um campo de pesquisa e intervenção. **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**, São Paulo, v. 16, n. 2, 2013.

BARROS, B. S. de; FREGADOLLI, A. M. V.; FERRO, J. N. de S. Saúde mental: as principais causas do afastamento dos profissionais da educação dos seus trabalhos. **Revista Científica Sistemática**, São José dos Pinhais, v. 2, n. 1, p. 1–10, abr./jun. 2020.

BENDASSOLLI, P. F. Significados do trabalho e saúde mental no trabalho docente. In: FRANCISCO, Cláudia C.; RAMOS, Marília F. (orgs.). **Saúde mental e trabalho: práticas e saberes em debate**. São Paulo: Outras Expressões, 2018.

CARLOTTO, M. S. et al. Prevalência de Afastamentos por Transtornos Mentais e do Comportamento Relacionados ao Trabalho em Professores. **Psi Unisc**, v. 3, n. 1, p. 19–32, 2019. DOI: 10.17058/psiunisc.v3i1.12464. Disponível em: <https://seer.unisc.br/index.php/psi/article/view/12464>. Acesso em: 7 ago. 2025.

CORDEIRO, Ana Carolina Silva. **Ensino Médio na pandemia da Covid-19 em uma Escola de Referência de Recife/PE: que educação foi construída?** Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Ciências Sociais) – Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2022. Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/46753>. Acesso em: 05 mai. 2025.

COSTA, Maria Aparecida; SILVA, João Carlos da; OLIVEIRA, Ana Paula de. Sofrimento mental de professores do ensino público. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 42, n. 116, p. 87–99, jan./mar. 2018. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/4063/406369039008/>. Acesso em: 20 jun. 2025.

CUNHA, Saulo Daniel Mendes; SOBRINHO, José de Andrade Matos; SILVEIRA, Aparecida Rosângela; SAMPAIO, Cristina Andrade. Vivências, condições de trabalho e processo saúde-doença: retratos da realidade docente. **Educação em Revista**, Belo Horizonte, v. 40, 2024. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/edrevista/article/view/36820>. Acesso em: 25 jun. 2025.

ESTANISLAU, Gustavo M.; BRESSAN, Rodrigo A. **Saúde mental na escola: o que os educadores devem saber**. São Paulo: Artmed, 2014.

ESTEVE, José M. **O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores**. Bauru: EDUSC, 1999.

FIGUEIREDO, Séfora Lima de; SILVA, Edil Ferreira da. Desafios do fazer docente nas salas de recursos multifuncionais (SRM). **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 42, e230191, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/JGSqGrJJMtPQHcF97NB3Tzg/>. Acesso em: 30 abr. 2025.

FLICK, Uwe. **Desenho da pesquisa qualitativa**. Porto Alegre: Artmed, 2009.

GASPARIN, João Carlos. **A didática na prática**. 6. ed. Curitiba: Gráfica Popular, 2009.

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

LEITE, Nahara Moraes; LIMA, Elidiane Gomes Oliveira de; CARVALHO, Ana Beatriz Gomes. Os professores e o uso de tecnologias digitais nas aulas remotas emergenciais no contexto da pandemia da Covid-19 em Pernambuco. **Teia: Revista de Educação Matemática e Tecnológica Iberoamericana**, Recife, v. 11, n. 2, 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/emteia/article/view/248154>. Acesso em: 16 fev. 2025.

MOREIRA, Daniela Zanoni; RODRIGUES, Maria Beatriz. Saúde mental e trabalho docente. **Estud. psicol.**, Natal, v. 23, n. 3, p. 236-247, set. 2018. Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-294X2018000300004&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2018000300004&lng=pt&nrm=iso) Acesso em 07 ago. 2025. <https://doi.org/10.22491/1678-4669.20180023>.

PENTEADO, Regina Zanella; SOUZA NETO, Samuel de. 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, p. 135–153, jan./mar. 2019 [publicado em 2022]. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/Y9Wfn6NphqsptvZBMpZcsSJ/>. Acesso em: 20 ago. 2025.

RAMOS, D. K. et al.. Professores na pandemia: fatores e condições associados à Síndrome de Burnout. **Pro-Posições**, v. 34, p. e20210100, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-6248-2021-0100> Acesso em: 30 jun 2025

SILVA, Jerto Cardoso da *et al.* Saúde mental, adoecimento e trabalho docente. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 27, e242262, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pee/a/jFwBLBbY68HcnmK8d3gKy5J/>. Acesso em: 30 jun. 2025.

SILVA FILHO, José Nunes da; ANDRADE, Cristiane Batista; PORTO, Flávia. O impacto da pandemia de Covid-19 nas condições de trabalho da categoria docente da Educação Básica no Brasil, através de uma revisão de escopo: precarização, trabalho feminino e saúde. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 35, n. 1, e350103, 2025. Disponível em: <https://www.scielosp.org/j/physis/article/view/e350103/>. Acesso em: 10 nov. 2024.

SOUZA, Paulo César Zambroni-de; ATHAYDE, Milton. A contribuição da abordagem clínica de Louis Le Guillant para o desenvolvimento da Psicologia do Trabalho. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 6, n. 1, p. 6–19, jun. 2006. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/revispsi/article/view/11077>. Acesso em: 23 set. 2024.

VIEGAS, Moacir Fernando. Trabalhando todo o tempo: sobrecarga e intensificação

no trabalho de professoras da educação básica. **Educação e Pesquisa**, v. 48, 2022. Disponível em:

<https://scielo.br/j/ep/a/7Jx7mQXpBGZp5CLgcW94WHy/?format=pdf> Acesso em: 25 jun. 2025