


SAÚDE MENTAL DOCENTE: DESAFIOS E POLÍTICAS EDUCACIONAIS NO CONTEXTO ESCOLAR

TEACHER MENTAL HEALTH: CHALLENGES AND EDUCATIONAL POLICIES IN THE SCHOOL CONTEXT

 <https://doi.org/10.63330/armv2n5-073>

Submetido em: 26/05/2026 e Publicado em: 01/06/2026

Andressa Maria Freire da Rocha Arana
Doutorado em Humanidades, Culturas e Artes
UNIVASSOURAS
E-mail: andressa.arana@univassouras.edu.br

Carolina da Silva Moura de Matos
Ensino Médio
E-mail: carolmmatos30@gmail.com

Jessica Fortunato de Araújo Oliveira
Pós-graduação em Neurociência e Comportamento Humano
Estácio de Sá
E-mail: fortunatojessica908@gmail.com

Rosane Cristina de Oliveira
Doutora em Ciências Sociais (PPCIS/UERJ)
UNIVASSOURAS
PPGE/UNESA
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1286-5792>

RESUMO

O presente artigo analisa os fatores relacionados ao adoecimento psíquico de professores da educação básica, considerando as condições de trabalho, a intensificação das demandas profissionais e os impactos da saúde mental na prática pedagógica. A pesquisa caracteriza-se como bibliográfica, de abordagem qualitativa, desenvolvida a partir da análise de livros, artigos científicos, dissertações e legislações relacionadas ao trabalho docente e à saúde mental na educação. O estudo fundamenta-se, principalmente, nas contribuições teóricas de Dejours (1992), Han (2017), Tardif e Lessard (2014), Carlotto (2002), Benevides-Pereira (2021), Libâneo (2013), Nóvoa (1995) e Saviani (2011). As discussões desenvolvidas evidenciam que o sofrimento psíquico docente está diretamente relacionado à precarização das condições de trabalho, à pressão institucional, à responsabilização por resultados educacionais e à fragilidade das políticas de valorização profissional. O estudo também analisa os impactos da Síndrome de Burnout no cotidiano escolar e nas relações pedagógicas, destacando que o adoecimento emocional dos professores ultrapassa a dimensão individual e interfere diretamente na qualidade do processo educativo. Conclui-se



que o enfrentamento do sofrimento psíquico docente exige políticas públicas permanentes voltadas à valorização profissional, à melhoria das condições de trabalho e ao fortalecimento das redes institucionais de cuidado e apoio aos professores.

Palavras-chave: Saúde mental docente; Burnout; Trabalho docente; Adoecimento psíquico; Educação básica.

ABSTRACT

This article analyzes the factors related to the psychological distress of basic education teachers, considering working conditions, the intensification of professional demands, and the impacts of mental health on pedagogical practice. The research is characterized as a bibliographic study with a qualitative approach, developed through the analysis of books, scientific articles, dissertations, and legislation related to teaching work and mental health in education. The study is mainly based on the theoretical contributions of Dejours (1992), Han (2017), Tardif and Lessard (2014), Carlotto (2002), Benevides-Pereira (2021), Libâneo (2013), Nóvoa (1995), and Saviani (2011). The discussions developed reveal that teachers' psychological suffering is directly related to the precariousness of working conditions, institutional pressure, accountability for educational results, and the fragility of professional valorization policies. The study also analyzes the impacts of Burnout Syndrome on school daily life and pedagogical relationships, highlighting that teachers' emotional distress goes beyond the individual dimension and directly interferes with the quality of the educational process. It is concluded that confronting teachers' psychological suffering requires permanent public policies focused on professional valorization, improvement of working conditions, and strengthening of institutional care and support networks for teachers.

Keywords: Teacher mental health; Burnout; Teaching work; Psychological distress; Basic education.

1 INTRODUÇÃO

A discussão sobre saúde mental docente tem ganhado espaço nas pesquisas educacionais devido ao aumento dos casos de estresse, ansiedade, depressão e esgotamento profissional entre professores da educação básica. O trabalho docente, especialmente nas escolas públicas brasileiras, passou por mudanças significativas nas últimas décadas, ampliando as responsabilidades atribuídas ao professor e tornando a rotina escolar cada vez mais complexa. Além das atividades pedagógicas, os docentes lidam diariamente com demandas emocionais, burocráticas e sociais que impactam diretamente suas condições de trabalho e seu bem-estar psicológico.

A intensificação do trabalho docente está relacionada a diferentes fatores, como jornadas extensas,



excesso de turmas, superlotação das salas de aula, pressão por resultados, violência escolar e falta de suporte institucional. Nesse contexto, o professor deixa de atuar apenas como mediador do conhecimento e passa a assumir múltiplas funções dentro da escola, muitas vezes sem recursos adequados para lidar com essas exigências. Segundo Silva et al. (2025), as transformações nas políticas educacionais e na organização do trabalho escolar contribuíram para o aumento da sobrecarga e da precarização da docência, afetando diretamente a saúde física e mental dos profissionais da educação.

Além das dificuldades estruturais, o ambiente escolar também passou a incorporar uma lógica de desempenho e produtividade cada vez mais intensa. Han (2017) afirma que a sociedade contemporânea é marcada pelo excesso de cobrança e pela busca constante por rendimento, produzindo sujeitos emocionalmente exaustos. Na docência, essa realidade se manifesta na pressão por metas educacionais, indicadores de desempenho e responsabilização dos professores pelos resultados escolares, mesmo diante de condições de trabalho frequentemente insuficientes.

Os impactos desse cenário podem ser observados no crescimento dos afastamentos por transtornos mentais e na ampliação dos casos de Síndrome de Burnout entre docentes. Carlotto (2002) destaca que o burnout é caracterizado pela exaustão emocional, pela despersonalização e pela redução da realização profissional, comprometendo tanto a saúde do professor quanto a qualidade das relações pedagógicas estabelecidas no ambiente escolar. O adoecimento psíquico docente, portanto, ultrapassa a dimensão individual e interfere diretamente no funcionamento da escola e no processo de ensino-aprendizagem.

Como afirma Freire (1996, p. 47), “ensinar exige risco, aceitação do novo e rejeição a qualquer forma de discriminação”. Para que o educador desenvolva uma prática pedagógica transformadora, é fundamental que esteja em condições adequadas de saúde física e mental. Estudos desenvolvidos por Silva et al. (2025), Trevisan (2024) e Carlotto (2002) demonstram que o estresse ocupacional entre professores da educação básica tem se intensificado nos últimos anos, comprometendo tanto a saúde desses profissionais quanto a qualidade das práticas pedagógicas e das relações construídas no ambiente escolar.

A pandemia da Covid-19 intensificou ainda mais esse cenário. A necessidade de adaptação ao ensino remoto, o aumento das demandas tecnológicas e os impactos emocionais decorrentes do isolamento social ampliaram o desgaste dos professores e evidenciaram fragilidades históricas relacionadas à valorização e às condições de trabalho docente. Mesmo após o retorno das atividades presenciais, muitos desses desafios permanecem presentes no cotidiano escolar.

Diante dessa realidade, torna-se necessário discutir a saúde mental docente para além da perspectiva individual do adoecimento, considerando também os fatores institucionais, sociais e políticos que atravessam o trabalho educativo. Assim, este artigo tem como objetivo analisar os fatores que impactam a saúde mental dos professores da educação básica e discutir as políticas educacionais relacionadas ao tema, refletindo sobre os desafios contemporâneos da docência e sobre a necessidade de construção de estratégias



de cuidado e valorização profissional no contexto escolar brasileiro.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 SAÚDE MENTAL E TRABALHO DOCENTE

A discussão sobre saúde mental docente não pode ser reduzida à análise individual do sofrimento psíquico dos professores. O adoecimento mental na docência está diretamente relacionado às formas de organização do trabalho escolar e às transformações que atingiram a educação nas últimas décadas. Nesse contexto, o sofrimento do professor deixa de ser entendido como fragilidade pessoal e passa a revelar tensões estruturais presentes no próprio funcionamento da educação básica brasileira.

Dejours (1992) afirma que o trabalho ocupa papel central na construção da identidade dos sujeitos, podendo produzir reconhecimento, pertencimento e realização. Quando as condições de trabalho impedem essa construção simbólica, o sofrimento tende a emergir de forma intensa. Na docência, essa questão ganha contornos ainda mais complexos, pois o trabalho do professor está profundamente ligado às relações humanas, ao envolvimento emocional e à responsabilidade social atribuída à educação. O desgaste docente, portanto, não está relacionado apenas ao excesso de tarefas, mas também ao enfraquecimento das condições que dão sentido à prática pedagógica.

As mudanças nas políticas educacionais contribuíram para ampliar esse cenário de tensão. Silva et al. (2025) destaca que a intensificação do trabalho docente produziu uma ampliação contínua das responsabilidades do professor, que passou a responder não apenas pelas atividades pedagógicas, mas também por demandas administrativas, burocráticas e socioemocionais. Ao mesmo tempo em que a escola passou a ser vista como espaço capaz de solucionar diferentes problemas sociais, as condições concretas de trabalho permaneceram marcadas pela precarização, pela falta de recursos e pela desvalorização profissional.

Essa lógica se aproxima da análise desenvolvida por Han (2017) sobre a sociedade do desempenho. Para o autor, a sociedade atual é marcada pela substituição das formas tradicionais de controle por mecanismos de autocobrança e produtividade permanente. No ambiente escolar, essa dinâmica aparece na pressão por metas, avaliações externas e resultados educacionais, produzindo um cenário em que o professor se mantém constantemente submetido à lógica do rendimento. O problema central dessa configuração não está apenas no excesso de trabalho, mas na naturalização do esgotamento como parte da própria atividade docente.

Nesse contexto, o sofrimento psíquico deixa de ser uma consequência isolada das dificuldades da profissão e passa a refletir um modelo educacional sustentado pela intensificação do trabalho e pela responsabilização individual do professor pelos resultados da escola. Muitas vezes, espera-se que o docente administre conflitos sociais, fragilidades emocionais dos estudantes, demandas familiares e baixos índices



educacionais sem que existam condições institucionais adequadas para sustentar essas exigências.

A discussão sobre saúde mental docente exige, portanto, uma análise que ultrapasse perspectivas individualizantes do adoecimento. O aumento dos casos de ansiedade, estresse e exaustão emocional entre professores revela não apenas dificuldades pessoais de enfrentamento, mas limites estruturais presentes nas relações de trabalho estabelecidas no contexto educacional brasileiro. Dessa forma, compreender o sofrimento docente implica também discutir as formas de organização da escola, as políticas educacionais e os processos de valorização profissional que atravessam o exercício da docência.

2.2 INTENSIFICAÇÃO E PRECARIZAÇÃO DO TRABALHO DOCENTE

O trabalho docente passou por mudanças significativas nas últimas décadas, especialmente em razão das transformações nas políticas educacionais e das novas exigências dirigidas à escola. A ampliação das responsabilidades atribuídas aos professores produziu uma rotina marcada pelo acúmulo de funções, pela intensificação das demandas institucionais e pela redução do tempo destinado ao planejamento pedagógico e ao cuidado com a própria saúde física e emocional.

Silva et al. (2025) afirma que a intensificação do trabalho docente está relacionada ao aumento das cobranças administrativas, à ampliação das tarefas burocráticas e à responsabilização crescente dos professores pelos resultados educacionais. Além das atividades ligadas ao ensino, muitos docentes precisam lidar diariamente com plataformas digitais, preenchimento de relatórios, avaliações externas, reuniões pedagógicas e demandas socioemocionais dos estudantes. Esse conjunto de exigências modifica a dinâmica da profissão e amplia o desgaste físico e mental dos profissionais da educação. A ampliação das funções da escola também interfere diretamente nesse processo.

Em muitos casos, espera-se que o professor atue não apenas como educador, mas também como mediador de conflitos, orientador emocional e agente de enfrentamento de problemas sociais presentes na comunidade escolar. A docência passa, assim, a incorporar responsabilidades que ultrapassam o campo pedagógico e que frequentemente são exercidas sem suporte institucional adequado.

Antunes (2018) destaca que as transformações no mundo do trabalho intensificaram processos de flexibilização e precarização das atividades profissionais. Embora a docência apresente características específicas, muitos desses elementos podem ser observados no trabalho docente, principalmente na ampliação das exigências profissionais sem melhoria proporcional das condições de trabalho. A precarização não se limita aos baixos salários, mas envolve também jornadas extensas, excesso de alunos por turma, infraestrutura inadequada e ausência de políticas permanentes de valorização profissional.

A pressão por desempenho educacional fortalece ainda mais esse cenário. As avaliações em larga escala e os indicadores de rendimento passaram a ocupar papel central nas políticas educacionais, aumentando a cobrança sobre os professores e reforçando uma lógica de responsabilização individual pelos



resultados escolares. Han (2017) afirma que a sociedade atual transforma o desempenho em referência permanente de valor e produtividade. No ambiente escolar, essa lógica aparece na cobrança contínua por metas e resultados, produzindo sentimentos de insuficiência, autocobrança e desgaste emocional.

As condições concretas de funcionamento das escolas públicas brasileiras interferem diretamente na saúde mental docente. Salas superlotadas, violência escolar, infraestrutura precária e ausência de suporte emocional adequado ampliam o desgaste físico e psicológico dos professores. Em muitos casos, o docente precisa lidar diariamente com situações de vulnerabilidade social sem apoio institucional suficiente para enfrentar essas demandas.

A precarização do trabalho docente não pode ser compreendida apenas como resultado de dificuldades individuais ou problemas pontuais da escola. Trata-se de um processo relacionado às formas de organização da educação básica brasileira, às políticas de gestão educacional e às condições históricas de valorização da profissão. A intensificação das demandas e a fragilidade das condições de trabalho contribuem para a construção de um ambiente marcado pelo desgaste contínuo, pelo adoecimento emocional e pela desvalorização da atividade docente.

2.3 SÍNDROME DE BURNOUT E ADOECIMENTO PSÍQUICO DOCENTE

O crescimento dos casos de ansiedade, estresse e exaustão emocional entre professores da educação básica tem ampliado as discussões sobre o adoecimento psíquico relacionado ao trabalho docente. A intensificação das demandas profissionais, associada à precarização das condições de trabalho e à pressão constante por resultados educacionais, contribui para a construção de uma rotina marcada pelo desgaste contínuo e pela sobrecarga emocional dos professores.

Nesse cenário, a Síndrome de Burnout passou a ocupar lugar central nos estudos sobre saúde mental e trabalho docente. Carlotto (2002) define o burnout como um processo de esgotamento relacionado ao trabalho, caracterizado pela exaustão emocional, pela despersonalização e pela redução da realização profissional. Mais do que um estado momentâneo de cansaço, a síndrome representa um desgaste progressivo que compromete a relação do professor com a prática pedagógica, com os estudantes e com o próprio exercício da docência.

A análise de Tardif e Lessard (2014) contribui para compreender por que a docência apresenta elevada vulnerabilidade ao adoecimento emocional. Segundo os autores, o trabalho docente é estruturado a partir de relações humanas intensas e permanentes, exigindo constante mobilização emocional, afetiva e subjetiva. O professor não trabalha apenas com conteúdos escolares, mas também com conflitos, expectativas, desigualdades sociais e diferentes demandas emocionais presentes no cotidiano da escola. Quando essas exigências se desenvolvem em contextos marcados pela pressão institucional e pela ausência de suporte adequado, o sofrimento psíquico tende a se intensificar.



Benevides-Pereira (2021) observa que profissões baseadas em relações interpessoais contínuas apresentam maior predisposição ao burnout justamente pela exigência constante de envolvimento emocional. Na docência, essa realidade torna-se ainda mais complexa porque o professor frequentemente precisa manter estabilidade emocional mesmo diante de situações de sobrecarga, violência escolar, excesso de responsabilidades e falta de reconhecimento profissional. Em muitos casos, o desgaste emocional acaba sendo naturalizado como parte da profissão, fazendo com que sinais de esgotamento sejam ignorados ou minimizados no ambiente escolar.

Os estudos sobre saúde mental docente também têm demonstrado crescimento significativo dos casos de burnout entre professores da educação básica brasileira. Gonçalves (2023), em pesquisa realizada com 397 professores de escolas públicas e privadas de diferentes estados brasileiros, identificou prevalência de 32,75% de burnout entre os participantes, sendo o esgotamento pessoal a dimensão mais recorrente, atingindo 55,92% da amostra analisada. O estudo ainda aponta relação entre o adoecimento emocional, a satisfação no trabalho e fatores organizacionais presentes no cotidiano escolar.

Os dados apresentados por Gonçalves (2023) reforçam a análise de Dejours (1992) ao evidenciar que o sofrimento relacionado ao trabalho não está associado apenas ao excesso de tarefas, mas também à perda de reconhecimento, autonomia e sentido na atividade profissional. Quando o professor passa a exercer a docência em condições marcadas pela sobrecarga contínua, pela pressão institucional e pela fragilidade das relações de apoio no ambiente escolar, o desgaste emocional tende a afetar progressivamente sua identidade profissional e seu vínculo com a prática pedagógica.

A inclusão do burnout na Classificação Internacional de Doenças (CID-11) pela Organização Mundial da Saúde (OMS) fortaleceu ainda mais esse debate ao reconhecer a síndrome como fenômeno relacionado ao estresse crônico no trabalho não administrado adequadamente. Esse reconhecimento evidencia que o adoecimento emocional não pode ser interpretado apenas como fragilidade individual, mas como resultado das condições institucionais e organizacionais às quais os trabalhadores estão submetidos.

O burnout docente revela, portanto, limites presentes nas próprias formas de organização da educação básica brasileira. Ao mesmo tempo em que os professores são constantemente responsabilizados pelos resultados educacionais, as condições concretas de trabalho permanecem marcadas pela intensificação das exigências profissionais, pela precarização estrutural e pela ausência de políticas permanentes de cuidado e valorização docente.

2.4 IMPACTOS DO ADOECIMENTO MENTAL NA PRÁTICA PEDAGÓGICA

O sofrimento psíquico dos professores interfere diretamente nas relações pedagógicas e no funcionamento cotidiano da escola. A docência exige envolvimento emocional constante, capacidade de mediação, construção de vínculos e disponibilidade para lidar com diferentes demandas humanas presentes



no ambiente escolar. Quando o professor vivencia processos contínuos de desgaste emocional, essas dimensões tendem a ser afetadas, comprometendo não apenas sua saúde mental, mas também a qualidade das experiências educativas desenvolvidas em sala de aula.

Cunha (2010) afirma que a prática pedagógica se constrói nas relações estabelecidas entre professor, estudante e conhecimento. O processo educativo depende da escuta, do diálogo e da interação desenvolvidos no cotidiano escolar. Dessa forma, o adoecimento emocional docente afeta diretamente a construção das relações pedagógicas, interferindo na mediação do conhecimento, no acompanhamento dos estudantes e na qualidade das interações produzidas em sala de aula.

A intensificação do sofrimento psíquico também interfere na forma como o professor percebe sua própria atuação profissional. Nóvoa (1995) destaca que a identidade docente é construída a partir das experiências vividas na escola e das relações estabelecidas no exercício da profissão. Quando o trabalho passa a ser marcado predominantemente por pressão institucional, sobrecarga e ausência de reconhecimento profissional, ocorre um enfraquecimento progressivo do vínculo do professor com a docência, afetando sua motivação, seu sentimento de pertencimento e sua permanência na carreira.

Libâneo (2013) observa que o trabalho pedagógico depende de condições institucionais capazes de favorecer planejamento, participação e relações escolares saudáveis. Em contextos marcados pelo desgaste emocional contínuo, o professor tende a apresentar maiores dificuldades para desenvolver práticas pedagógicas criativas, estabelecer mediações mais significativas e sustentar relações de acolhimento com os estudantes. O desgaste mental reduz a disponibilidade emocional necessária para a construção de um ambiente educativo baseado no diálogo e na participação.

Os impactos do adoecimento docente também atingem o clima institucional da escola. Professores emocionalmente sobrecarregados tendem a apresentar maior distanciamento das atividades coletivas, dificuldades nas relações interpessoais e aumento dos afastamentos relacionados à saúde mental. Esse processo interfere diretamente na continuidade das práticas educativas, na organização do trabalho escolar e nas relações estabelecidas entre professores, estudantes e equipe gestora.

As pesquisas desenvolvidas por Codo (2002) já apontavam que o sofrimento emocional dos professores afeta não apenas o indivíduo, mas o próprio funcionamento da educação. O autor destaca que o desgaste contínuo pode produzir um processo de distanciamento afetivo em relação ao trabalho pedagógico, comprometendo o envolvimento docente e a construção de relações educativas mais humanizadas.

Saviani (2011) afirma que a educação possui papel central na formação humana e social dos indivíduos. No entanto, a efetivação desse processo depende das condições concretas em que o trabalho educativo é realizado. Quando a docência ocorre em ambientes marcados pela precarização das relações de trabalho e pelo desgaste emocional permanente, tornam-se mais limitadas as possibilidades de construção



de práticas pedagógicas críticas, participativas e socialmente transformadoras.

O adoecimento mental docente demonstra que a qualidade da educação está profundamente relacionada às condições de trabalho oferecidas aos professores. A intensificação das demandas escolares, associada à fragilidade do suporte institucional e à ausência de políticas efetivas de valorização profissional, afeta diretamente o trabalho pedagógico e a construção das relações humanas que sustentam o processo educativo.

2.5 POLÍTICAS PÚBLICAS E SAÚDE MENTAL DOCENTE

A discussão sobre saúde mental docente também exige analisar os limites e as possibilidades das políticas públicas voltadas às condições de trabalho e à valorização dos profissionais da educação. Embora o adoecimento psíquico dos professores tenha se tornado tema cada vez mais presente nas pesquisas educacionais e nos debates sobre saúde ocupacional, as ações institucionais voltadas ao cuidado com a saúde mental docente ainda permanecem insuficientes diante da dimensão do problema.

Oliveira e Santos (2024) observam que as políticas públicas relacionadas à saúde mental e ao trabalho docente ainda apresentam caráter fragmentado, frequentemente concentrado em ações pontuais e pouco articuladas às condições concretas de trabalho nas escolas. Para os autores, muitas iniciativas priorizam intervenções voltadas ao indivíduo, sem enfrentar os fatores estruturais que contribuem para o adoecimento emocional dos professores, como sobrecarga de trabalho, precarização profissional e ausência de suporte institucional.

A valorização docente aparece de forma recorrente nos discursos educacionais e nos documentos oficiais, mas enfrenta dificuldades para se materializar nas condições reais de trabalho oferecidas aos professores. Gatti et al. (2019) afirmam que políticas de valorização não se restringem à remuneração salarial, envolvendo também formação continuada, condições adequadas de trabalho, apoio institucional e reconhecimento profissional. A ausência desses elementos contribui diretamente para ampliar o desgaste emocional e a vulnerabilidade ao adoecimento psíquico.

Nesse cenário, a Lei nº 13.935/2019 representou um avanço importante ao estabelecer a prestação de serviços de psicologia e serviço social nas redes públicas de educação básica. A legislação prevê a atuação de equipes multiprofissionais voltadas ao acompanhamento das demandas sociais, emocionais e educacionais presentes no ambiente escolar. Apesar de sua relevância, a implementação da lei ainda ocorre de forma desigual em diferentes estados e municípios brasileiros, limitando o alcance das ações de apoio à comunidade escolar e aos próprios professores.

Mais recentemente, outras iniciativas passaram a incorporar a saúde mental como pauta institucional nas políticas educacionais e trabalhistas. A Lei nº 14.819/2024 instituiu a Política Nacional de Atenção Psicossocial nas Comunidades Escolares, propondo ações voltadas à prevenção do sofrimento psíquico,



promoção da cultura de paz e fortalecimento das redes de cuidado no ambiente escolar. A legislação amplia a discussão sobre saúde mental nas escolas ao incluir não apenas estudantes, mas também professores e demais profissionais da educação como sujeitos das ações de atenção psicossocial.

A Lei nº 14.831/2024 criou o Certificado Empresa Promotora da Saúde Mental, estabelecendo diretrizes relacionadas à promoção do bem-estar emocional no ambiente de trabalho. Embora voltada ao contexto organizacional de maneira ampla, a legislação fortalece discussões sobre prevenção do adoecimento ocupacional, acesso ao acompanhamento psicológico, combate ao assédio e construção de ambientes institucionais mais saudáveis, incluindo instituições educacionais.

As discussões recentes também têm ampliado o debate sobre saúde mental no trabalho a partir das mudanças nas normas de saúde ocupacional. A atualização da NR- 01, prevista para ampliação em 2026, passou a incluir maior atenção aos riscos psicossociais relacionados ao ambiente de trabalho, reconhecendo fatores como pressão excessiva, assédio, sobrecarga e desgaste emocional como elementos que interferem diretamente na saúde dos trabalhadores.

No âmbito estadual, algumas iniciativas específicas começaram a surgir como resposta ao crescimento dos afastamentos docentes relacionados à saúde mental. No Paraná, a Secretaria de Estado da Educação implementou o aplicativo Bem Cuidar, voltado ao atendimento psicológico e psiquiátrico de professores da rede estadual. Quadros (2026), ao analisar a implementação da política entre 2022 e 2024, identificou elevada demanda por atendimentos relacionados à ansiedade, estresse e depressão entre os docentes, evidenciando tanto a relevância da iniciativa quanto os limites de ações voltadas apenas ao acompanhamento individual sem mudanças estruturais nas condições de trabalho.

Libâneo (2013) observa que modelos de gestão educacional centrados predominantemente em metas e resultados quantitativos tendem a intensificar pressões sobre os professores e reduzir os espaços de participação e construção coletiva no ambiente escolar. Quando a lógica do desempenho se sobrepõe às condições humanas do trabalho educativo, o sofrimento psíquico tende a ser naturalizado como parte da profissão docente.

O avanço das discussões sobre saúde mental docente demonstra que o enfrentamento do adoecimento emocional exige mais do que ações isoladas de acolhimento psicológico. A construção de políticas públicas efetivas depende da articulação entre valorização profissional, melhoria das condições de trabalho, redução da sobrecarga institucional e fortalecimento das redes de apoio nas escolas. Sem esse movimento, o sofrimento psíquico dos professores tende a permanecer como uma das principais fragilidades presentes na educação básica brasileira.

3 METODOLOGIA

A presente pesquisa caracteriza-se como bibliográfica, de abordagem qualitativa e natureza



exploratória, tendo como objetivo analisar os fatores relacionados ao adoecimento psíquico docente e discutir as políticas públicas voltadas à saúde mental dos professores da educação básica. A escolha pela pesquisa bibliográfica fundamenta-se na necessidade de compreender o fenômeno investigado a partir da análise crítica de produções científicas, legislações e obras teóricas relacionadas ao trabalho docente, à saúde mental e às condições estruturais da educação brasileira.

Segundo Gil (2022), a pesquisa bibliográfica permite ao pesquisador aprofundar a análise de determinado tema por meio do levantamento e interpretação de materiais já publicados, possibilitando a construção de um diálogo entre diferentes perspectivas teóricas. Nesse sentido, o estudo foi desenvolvido com base na análise de livros, artigos científicos, dissertações, documentos oficiais e legislações relacionadas à saúde mental docente e ao adoecimento ocupacional no contexto educacional.

A abordagem qualitativa foi escolhida por possibilitar uma compreensão mais ampla das relações entre trabalho docente, sofrimento psíquico e políticas educacionais, considerando os aspectos sociais, institucionais e subjetivos envolvidos nesse processo. Minayo (2001) destaca que a pesquisa qualitativa busca compreender significados, relações e interpretações construídas nas experiências humanas, permitindo analisar fenômenos complexos para além de dados estatísticos e quantitativos.

O levantamento bibliográfico foi realizado em bases de dados científicas e repositórios acadêmicos, como SciELO, Google Acadêmico, CAPES, Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD) e documentos disponibilizados por órgãos oficiais. Foram utilizados descritores como “saúde mental docente”, “burnout em professores”, “adoecimento psíquico docente”, “trabalho docente”, “precarização da docência” e “políticas públicas educacionais”. O recorte temporal priorizou produções publicadas entre 2010 e 2026, sem excluir autores clássicos considerados fundamentais para a compreensão teórica do tema.

Entre os principais referenciais utilizados na pesquisa destacam-se Dejours (1992), ao discutir as relações entre trabalho e sofrimento psíquico; Han (2017), com a análise sobre a lógica do desempenho e da produtividade; Silva et al. (2025), ao abordar a intensificação do trabalho docente; Antunes (2018), na discussão sobre precarização das relações de trabalho; Carlotto (2002) e Benevides-Pereira (2021), nos estudos sobre Síndrome de Burnout; Tardif e Lessard (2014), ao analisarem a docência como profissão marcada por intensas relações humanas; Nóvoa (1995), na discussão sobre identidade docente; Libâneo (2013) e Saviani (2011), ao tratarem das relações entre trabalho pedagógico, gestão educacional e formação humana.

Também foram analisadas legislações e políticas públicas relacionadas à saúde mental e ao ambiente escolar, como a Lei nº 13.935/2019, que dispõe sobre a atuação de psicólogos e assistentes sociais na educação básica, a Lei nº 14.819/2024, que institui a Política Nacional de Atenção Psicossocial nas Comunidades Escolares, e a Lei nº 14.831/2024, relacionada à promoção da saúde mental nos ambientes de trabalho.



A análise dos materiais ocorreu por meio da leitura interpretativa e da análise temática dos conteúdos, buscando identificar relações entre intensificação do trabalho docente, adoecimento psíquico, impactos na prática pedagógica e limites das políticas públicas voltadas à valorização e ao cuidado com os profissionais da educação. A partir desse processo, buscou-se construir uma discussão crítica sobre a saúde mental docente no contexto da educação básica brasileira.

4 ANÁLISE E DISCUSSÃO

A ampliação das demandas atribuídas à escola modificou profundamente o sentido do trabalho docente. Ao longo dos últimos anos, o professor deixou de ocupar apenas a função de mediador do conhecimento e passou a assumir responsabilidades ligadas ao acolhimento emocional, à resolução de conflitos sociais e ao enfrentamento de problemas que extrapolam o espaço pedagógico. Essa mudança ocorreu sem que houvesse reorganização efetiva das condições de trabalho ou fortalecimento das políticas de valorização profissional, produzindo um cenário em que o desgaste passou a ser incorporado à rotina escolar como elemento natural da profissão.

A reflexão desenvolvida por Dejourns (1992) contribui para compreender que o sofrimento relacionado ao trabalho não está associado somente ao excesso de tarefas, mas à perda de sentido e reconhecimento da atividade profissional. Essa discussão ganha força quando articulada às análises de Silva et al. (2025), que evidenciam o aumento contínuo das exigências institucionais dirigidas aos professores. A combinação entre responsabilização crescente e fragilidade do suporte profissional produz um ambiente em que o docente precisa responder por múltiplas demandas sem possuir autonomia ou condições adequadas para sustentá-las.

Essa lógica revela uma contradição importante presente na educação básica brasileira. Embora o discurso educacional atribua centralidade ao papel do professor na transformação social, as condições concretas de exercício da docência permanecem marcadas pela precarização e pelo enfraquecimento das redes institucionais de apoio. A valorização docente aparece frequentemente como princípio nos documentos e debates educacionais, mas encontra limites quando confrontada com jornadas extensas, excesso de alunos por turma, baixos salários e ausência de acompanhamento emocional permanente nas escolas.

As análises de Han (2017) ajudam a compreender como a lógica do desempenho passou a atravessar o cotidiano escolar. A pressão por produtividade, metas e resultados desloca para o professor responsabilidades que possuem origem estrutural, fazendo com que problemas históricos da educação básica sejam frequentemente interpretados como falhas individuais do docente. A escola passa, então, a operar sob mecanismos permanentes de cobrança, nos quais o rendimento educacional assume maior centralidade do que as próprias condições humanas necessárias ao desenvolvimento do trabalho



pedagógico.

Os dados apresentados por Gonçalves (2023), ao identificarem prevalência de 32,75% de burnout entre professores da educação básica, evidenciam que o sofrimento emocional deixou de representar situação excepcional. O percentual encontrado pela autora demonstra que o esgotamento se tornou experiência recorrente no cotidiano docente, especialmente em contextos marcados por pressão institucional, fragilidade organizacional e dificuldade de equilíbrio entre demandas profissionais e preservação da saúde mental.

As consequências desse processo ultrapassam o indivíduo e atingem diretamente as relações pedagógicas. Cunha (2010) afirma que o processo educativo se constrói a partir das interações estabelecidas entre professor, estudante e conhecimento. Quando o desgaste emocional se intensifica, tornam-se mais frágeis as possibilidades de diálogo, escuta e construção de vínculos no ambiente escolar. O problema não se limita à redução do desempenho profissional, mas à dificuldade de sustentar práticas pedagógicas capazes de produzir experiências educativas mais significativas e humanizadas.

Nóvoa (1995) contribui para ampliar essa discussão ao afirmar que a identidade docente é construída nas relações vividas ao longo da trajetória profissional. Em ambientes marcados predominantemente por pressão, instabilidade e ausência de reconhecimento, ocorre um enfraquecimento progressivo do vínculo do professor com a própria docência. A perda de sentido atribuída ao trabalho pedagógico favorece afastamentos, desmotivação e dificuldades de permanência na carreira, especialmente entre profissionais submetidos continuamente a situações de desgaste emocional.

As discussões desenvolvidas por Codo (2002) e Saviani (2011) permitem compreender que os impactos desse processo atingem o próprio funcionamento da escola. A naturalização do esgotamento docente produz ambientes institucionais em que o cuidado emocional deixa de ser entendido como condição necessária ao trabalho pedagógico e passa a ser tratado como questão individual do professor. Com isso, o sofrimento psíquico tende a ser invisibilizado, dificultando a construção de estratégias coletivas de acolhimento, prevenção e valorização profissional.

As políticas públicas voltadas à saúde mental docente representam avanços importantes, especialmente com a criação da Lei nº 13.935/2019 e da Política Nacional de Atenção Psicossocial nas Comunidades Escolares. Entretanto, como observam Oliveira e Santos (2024), muitas dessas ações permanecem concentradas em medidas pontuais de acolhimento psicológico, sem enfrentar os fatores estruturais relacionados à organização do trabalho escolar. O cuidado emocional, quando desvinculado das condições concretas de trabalho, tende a produzir intervenções limitadas diante da complexidade do problema.

A análise realizada neste estudo demonstra que o sofrimento emocional docente não pode ser compreendido de forma isolada ou individualizante. A intensificação das exigências profissionais, a lógica



da responsabilização e a precarização das condições de trabalho revelam limites presentes nas próprias formas de organização da educação básica brasileira. Discutir saúde mental docente implica discutir também valorização profissional, gestão educacional, condições institucionais e os sentidos atribuídos ao trabalho pedagógico na escola contemporânea.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A discussão desenvolvida neste estudo permitiu compreender que o adoecimento psíquico docente não pode ser analisado como consequência exclusiva de fragilidades individuais ou dificuldades pessoais de enfrentamento. A partir das reflexões de Dejours (1992), foi possível perceber que o sofrimento relacionado ao trabalho emerge quando o sujeito perde reconhecimento, autonomia e sentido em sua atividade profissional. No contexto da educação básica brasileira, essa realidade se manifesta em um cenário marcado pela intensificação das exigências institucionais, pela ampliação das responsabilidades atribuídas aos professores e pela fragilidade das condições concretas de trabalho.

As análises propostas por Silva et al. (2025) demonstraram que o trabalho docente passou a incorporar demandas administrativas, burocráticas e socioemocionais cada vez mais amplas, sem que houvesse fortalecimento proporcional das políticas de valorização profissional. Essa discussão dialoga com Han (2017), ao evidenciar que a lógica do desempenho e da produtividade permanente atravessou o ambiente escolar, fortalecendo mecanismos de pressão contínua, responsabilização individual e cobrança por resultados quantitativos.

Ao mesmo tempo, Tardif e Lessard (2014) possibilitaram compreender que a docência é uma profissão sustentada por relações humanas intensas e permanentes, exigindo constante mobilização emocional dos professores. Essa perspectiva aproxima-se das reflexões de Benevides-Pereira (2021), ao destacar que profissões fundamentadas em relações interpessoais contínuas apresentam maior vulnerabilidade ao burnout e ao sofrimento emocional. Nesse contexto, o desgaste psíquico docente deixa de representar situação isolada e passa a refletir os limites estruturais presentes na organização do trabalho escolar.

Os dados apresentados por Gonçalves (2023), ao identificarem prevalência de 32,75% de burnout entre professores da educação básica, reforçam a dimensão do problema discutido ao longo deste estudo. O crescimento dos casos de esgotamento emocional demonstra que o sofrimento docente não pode mais ser tratado como consequência natural da profissão ou como dificuldade individual de adaptação ao trabalho escolar.

As reflexões de Cunha (2010), Nóvoa (1995) e Libâneo (2013) também permitiram compreender que os impactos do adoecimento emocional ultrapassam a saúde individual do professor e atingem diretamente a prática pedagógica, as relações escolares e o próprio funcionamento da escola. Quando o



trabalho docente passa a ser exercido em condições marcadas pela exaustão contínua, tornam-se mais frágeis as possibilidades de diálogo, construção de vínculos e desenvolvimento de práticas educativas mais humanizadas e participativas.

A análise das políticas públicas revelou avanços importantes, especialmente a partir da Lei nº 13.935/2019 e da Política Nacional de Atenção Psicossocial nas Comunidades Escolares. Entretanto, como observam Oliveira e Santos (2024), muitas dessas ações ainda permanecem concentradas em estratégias pontuais de acolhimento psicológico, sem enfrentar de forma efetiva fatores estruturais ligados à precarização da docência e à intensificação das demandas profissionais.

Conclui-se que discutir saúde mental docente implica discutir também valorização profissional, gestão educacional, condições de trabalho e os sentidos atribuídos à docência na educação básica brasileira. O cuidado com os professores não pode ocupar lugar secundário nas políticas educacionais, pois a fragilidade das condições emocionais e institucionais de trabalho afeta diretamente a construção das relações pedagógicas e a qualidade do processo educativo.

Mais do que ampliar ações de assistência psicológica, torna-se necessário construir políticas permanentes de valorização profissional, fortalecimento das redes institucionais de apoio e melhoria das condições concretas de funcionamento das escolas. Sem esse movimento, o sofrimento psíquico tende a permanecer invisibilizado e naturalizado no cotidiano escolar, comprometendo não apenas a saúde dos professores, mas também as possibilidades de construção de uma educação mais humanizada, crítica e socialmente comprometida.

REFERÊNCIAS

ANTUNES, Ricardo. **O privilégio da servidão: o novo proletariado de serviços na era digital**. São Paulo: Boitempo, 2018.

BENEVIDES-PEREIRA, Ana Maria Teresa. **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador**. 5. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2021.

BRASIL. **Lei nº 13.935, de 11 de dezembro de 2019**. Dispõe sobre a prestação de serviços de psicologia e de serviço social nas redes públicas de educação básica. Brasília, DF: Presidência da República, 2019. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2019/lei/113935.htm. Acesso em: 25 maio 2026.

BRASIL. **Lei nº 14.819, de 16 de janeiro de 2024**. Institui a Política Nacional de Atenção Psicossocial nas Comunidades Escolares. Brasília, DF: Presidência da República, 2024. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2024/lei/114819.htm. Acesso em: 25 maio 2026.

BRASIL. **Lei nº 14.831, de 27 de março de 2024**. Institui o Certificado Empresa Promotora da Saúde Mental. Brasília, DF: Presidência da República, 2024. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2024/lei/114831.htm. Acesso em: 25 maio 2026.



CARLOTTO, Mary Sandra. A síndrome de burnout e o trabalho docente. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 7, n. 1, p. 21-29, 2002. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/hfg8JKJTYFpgCNgqLHS3ppm/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 25 maio 2026.

CODO, Wanderley. **Educação: carinho e trabalho**. 4. ed. Petrópolis: Vozes, 2002. CUNHA, Maria Isabel da. **O bom professor e sua prática**. 22. ed. Campinas: Papirus, 2010.

DEJOURS, Christophe. **A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho**. 5. ed. São Paulo: Cortez, 1992.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa**. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

GATTI, Bernadete Angelina et al. **Professores do Brasil: novos cenários de formação**. Brasília, DF: UNESCO, 2019. Disponível em: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000367919>. Acesso em: 25 maio 2026.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2022.

GONÇALVES, Raphaela dos Santos. **A síndrome de burnout em professores: sua relação com a satisfação no trabalho, fatores sociodemográficos e organizacionais**. 2023. 78 f. Dissertação (Mestrado Interdisciplinar em Ciências da Saúde) – Universidade Federal de São Paulo, Santos, 2023.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 2017.

LIBÂNEO, José Carlos. **Organização e gestão da escola: teoria e prática**. 6. ed. São Paulo: Heccus, 2013.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 18. ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

NÓVOA, António. **Os professores e sua formação**. 2. ed. Lisboa: Dom Quixote, 1995. OLIVEIRA, Erik Cunha de; SANTOS, Marcos Antonio Almeida. **Políticas públicas em saúde mental e trabalho docente: uma revisão crítica da literatura**. *Contemporary Journal*, v. 4, n. 10, p. 1-10, 2024. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/5997> .Acesso em: 25 maio 2026.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Burn-out an occupational phenomenon: International Classification of Diseases**. Genebra: OMS, 2022. Disponível em: <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases> . Acesso em: 25 maio 2026.

QUADROS, Ariane Pinheiro de. **Aplicativo Bem Cuidar: avaliação dos resultados do instrumento de política pública de saúde mental com foco nos professores da rede estadual de ensino do Paraná**. 2026. 105 f. Dissertação (Mestrado em Políticas Públicas e Desenvolvimento) – Universidade Federal da Integração Latino-Americana, Foz do Iguaçu, 2026. Disponível em: <https://dspace.unila.edu.br/server/api/core/bitstreams/2ca7302d-b240-4f34-9ded-f3dcb4ca5288/content> . Acesso em: 25 maio 2026.

SAVIANI, Dermeval. **Pedagogia histórico-crítica: primeiras aproximações**. 11. ed. Campinas: Autores Associados, 2011.



SILVA, Teresa Cristina Ferreira da et al. **Adoecimento docente e os impactos na qualidade do ensino: um olhar sobre saúde mental, condições de trabalho e políticas de valorização do professor.** ERR01, [S. l.], v. 10, n. 4, p. e7945, 2025. DOI: 10.56238/ERR01v10n4-008. Disponível em: <https://periodicos.newsciencepubl.com/err01/article/view/7945>. Acesso em: 25 maio 2026.

TARDIF, Maurice; LESSARD, Claude. **O trabalho docente: elementos para uma teoria da docência como profissão de interações humanas.** 9. ed. Petrópolis: Vozes, 2014.