



SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES - DESAFIOS E IMPACTOS NO PROCESSO EDUCACIONAL

Natália Antero¹

Flávia Rossi Sagaz²

Prof. Lucio Mauro Machado³

INTRODUÇÃO

A saúde mental dos professores tem se mostrado cada vez mais impactada nos últimos anos, devido à rotina intensa, sobrecarga de trabalho e exigências emocionais do ambiente escolar (Bridi & Bridi, 2024). Tais condições, quando presentes, afetam diretamente o processo educacional, podendo comprometer a qualidade do ensino e o bem-estar dos estudantes. Assim, o estudo se faz necessário para analisar os desafios enfrentados pelos docentes e compreender como esses fatores influenciam sua saúde mental, a fim de subsidiar estratégias de intervenção e apoio para profissionais da área educacional.

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, realizada por meio de revisão de literatura, utilizando material já elaborado, conforme preconiza Gil (2010). Foram selecionados artigos científicos, livros e documentos publicados nos últimos dez anos, obtidos em bases de dados como SciELO, Pepsic e Google Acadêmico.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A maioria dos professores da educação básica enfrentam situações de sobrecarga e adoecimento, que comprometem seu equilíbrio emocional e prejudicam o desempenho profissional. Em decorrência disso, os docentes podem apresentar exaustão mental, desgaste físico e impacto na qualidade de ensino, além de sentimentos de frustração e diminuição da motivação pedagógica (Da Silva et al, 2025).

Países que possuem um sólido apoio institucional e contextos de cooperação mostram índices reduzidos de adoecimento, ao passo que lugares

que priorizam excessivamente resultados apresentam taxas elevadas de esgotamento. No Brasil, a precarização das condições de trabalho e a ausência de reconhecimento profissional intensificam o sofrimento dos professores (Aguilar et al. 2024).

Segundo Santos e Almeida (2021), os fatores mais significativos que contribuem para o sofrimento mental incluem: carga excessiva de tarefas, número elevado de turmas, remunerações reduzidas, cobrança por resultados, desmerecimento da profissão, agressões no ambiente escolar e ausência de suporte institucional. Esses aspectos promovem o aparecimento de sintomas como estresse, ansiedade, síndrome de burnout e depressão.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O bem-estar psicológico dos educadores é profundamente afetado pela quantidade excessiva de trabalho e pela instabilidade nas condições laborais, o que se reflete na qualidade do aprendizado. É fundamental a criação de intervenções e planos que valorizem os professores e incentivem condições escolares mais saudáveis.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, Gracielle Almeida de et al. Saúde mental dos professores em contextos de precarização: perspectivas sobre a educação contemporânea. Revista PPC – Políticas Públicas e Cidades, Curitiba, v. 13, n. 2, p. 1-16, 2024.

BRIDI, Diego André²; BRIDI, Caroline Neris²³. FATORES DETERMINANTES NA SAÚDE MENTAL DE PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA: UMA REVISÃO NARRATIVA. **NOSSO OBJETIVO**, p. 55, 2024.

DA SILVA, Teresa Cristina Ferreira 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**, v. 10, n. 4, p. e7945-e7945, 2025.

GIL, A.C. Como elaborar projetos de pesquisa. 5.ed. São Paulo: **Atlas**, 2010.

SANTOS, Andréia Rodrigues; ALMEIDA, José Ricardo. Adoecimento mental e o trabalho do professor: um estudo de caso na rede pública de ensino. Revista Educação em Debate, Fortaleza, v. 21, n. 2, p. 45-62, 2021

¹Acadêmica do curso Bacharelado em Psicologia da Faculdade Sant'Ana, 10º período, nat141204@gmail.com.

²Acadêmica do curso Bacharelado em Psicologia da Faculdade Sant'Ana, 4º período, flaviarossi6@gmail.com.

³docente da Faculdade Sant'Ana, @gmail.com.