

MAYARA SANTOS DE JESUS

SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR

RIBEIRÃO
PRETO – SP
2025

MAYARA SANTOS DE JESUS

SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado(a) à Faculdade
Metropolitana do Estado de São
Paulo como exigência parcial para
obtenção do título de Licenciado em
Pedagogia.

Orientador: Mariane Mendes Gois dos
Santos.

RIBEIRÃO
PRETO – SP
2025

Catálogo-na-Publicação Biblioteca METROPOLITANA

JESUS, Mayara Santos de.
G196i Saúde Mental do Professor / Mayara Santos se Jesus.
Ribeirão Preto, 2025.
36 f.

Orientadora: Mariane Mendes Gois dos Santos.
Monografia (Graduação) – Faculdade Metropolitana do
Estado de São Paulo, 2025.

1. Família. 2. Escolas. 3. Aprendizagem. I. Macedo,
Edléia Ruas, orient. II. Título

CDD – 371.192

AUTORIZO A REPRODUÇÃO E DIVULGAÇÃO TOTAL OU PARCIAL DESTE TRABALHO, POR QUALQUER MEIO DE COMUNICAÇÃO CONVENCIONAL OU ELETRÔNICO, PARA FINS DE ESTUDO E PESQUISA, DESDE QUE CITADA A FONTE E COMUNICADO AOS AUTORES A REFERÊNCIA DA CITAÇÃO.

Ribeirão Preto, 15/11/2025.

RESUMO

Este estudo investigou de que modo as políticas educacionais contemporâneas, as condições de trabalho e as práticas institucionais influenciam o adoecimento mental dos professores da educação básica. O objetivo desta pesquisa foi em analisar como práticas institucionais integradas, fundamentadas em referenciais interdisciplinares, podem contribuir para a prevenção e promoção da saúde mental docente. A justificativa baseia-se no crescente aumento do sofrimento emocional entre professores, decorrente da intensificação das tarefas, da lógica de performatividade e da desvalorização profissional. A metodologia adotada consistiu em pesquisa bibliográfica qualitativa, baseada na análise de conteúdos produzidos entre 2015 e 2025. Os resultados apontam que o adoecimento docente é fortemente influenciado pela precarização das condições laborais e por políticas que responsabilizam individualmente o professor, mas indicam que práticas coletivas de cuidado, quando desenvolvidas institucionalmente, podem fortalecer vínculos e reduzir o sofrimento. As considerações finais destacam que a promoção da saúde mental docente exige mudanças estruturais nas políticas educacionais, na gestão escolar e na valorização profissional, além de novos estudos que ampliem a compreensão interdisciplinar do tema.

Palavras-chave: Práticas Pedagógicas. Saúde Docente. Direitos Educacionais. Saúde Mental. Precarização Docente.

ABSTRACT

This study investigated how contemporary educational policies, working conditions, and institutional practices influence the mental illness of basic education teachers. The objective of this research was to analyze how integrated institutional practices, grounded in interdisciplinary frameworks, can contribute to the prevention and promotion of teachers' mental health. The justification is based on the increasing emotional distress among teachers, resulting from the intensification of tasks, the logic of performativity, and professional devaluation. The methodology adopted consisted of qualitative bibliographic research, based on the analysis of content produced between 2015 and 2025. The results indicate that teacher illness is strongly influenced by the precariousness of working conditions and by policies that individually hold teachers responsible, but they also indicate that collective care practices, when developed institutionally, can strengthen bonds and reduce suffering. The final considerations highlight that the promotion of teachers' mental health requires structural changes in educational policies, school management, and professional valuation, as well as new studies that broaden the interdisciplinary understanding of the topic.

Keywords: Pedagogical Practices. Teacher Health. Educational Rights. Mental Health. Teacher Employment Precariousness.

SUMÁRIO

Introdução	06
1 Metodologia.....	09
2 Referencial teórico.....	12
2.1 As condições laborais dos professores da educação básica: Sobrecarga de trabalho, precarização das relações profissionais e desvalorização simbólica da docência	12
2.2 Políticas educacionais neoliberais docente e o adoecimento mental: A lógica de performatividade, avaliação por resultados e responsabilização individual	15
2.3 Práticas institucionais integradas: O entrelace da prevenção e promoção da saúde mental docente e os referenciais teórico-metodológicos interdisciplinares.	19
3 Análise de dados	24
4 Considerações Finais.....	31
Referências	34

Introdução

A temática da saúde mental de professores tem ganhado crescente visibilidade nas últimas décadas, impulsionada por uma conjuntura educacional marcada por transformações sociais, políticas e econômicas intensas. No entanto, apesar do aumento nas discussões acadêmicas e institucionais, os desafios enfrentados por docentes em relação ao sofrimento psíquico persistem como uma problemática crônica e, em muitos casos, negligenciada por políticas públicas e por práticas institucionais. A docência, historicamente concebida como uma profissão de cuidado e dedicação ao outro, é atravessada por tensões estruturais que afetam diretamente o bem-estar dos profissionais que nela atuam. Pressões por resultados, sobrecarga de trabalho, precarização das condições laborais, indisciplina escolar, ausência de reconhecimento e violências simbólicas e materiais formam um conjunto de fatores que incidem sobre a saúde mental do professor, produzindo quadros de estresse, ansiedade, depressão e burnout.

Diante disso, este trabalho propõe como pergunta-problema: **quais são os fatores determinantes do adoecimento mental de professores e de que maneira as instituições educacionais podem enfrentar essa realidade de forma sistêmica e humanizada?** A formulação dessa questão busca compreender o fenômeno para além da dimensão clínica ou psicológica individualizada, enfatizando seus aspectos sociológicos, institucionais e estruturais. Tal abordagem é necessária para evitar a culpabilização do indivíduo, que muitas vezes é responsabilizado por não “saber lidar” com os desafios do ofício, como apontam estudos recentes que tratam da patologização do sofrimento docente (Santos & Rodrigues, 2019).

Em muitos contextos, a autoridade pedagógica do professor tem sido sistematicamente deslegitimada, tanto por políticas neoliberais que reduzem a educação à lógica da produtividade e da avaliação de desempenho, quanto por um imaginário social que desconsidera as múltiplas dimensões da prática docente. Este cenário é agravado por reformas educacionais que frequentemente impõem metas irrealistas, ampliam a burocratização do trabalho e restringem a autonomia pedagógica, contribuindo para o esvaziamento do sentido da profissão (Carvalho & Lima, 2021). A saúde mental dos docentes, portanto, é impactada não apenas pelas exigências cognitivas da profissão, mas também pelas contradições e pelos

conflitos do próprio sistema educacional, que impõe desafios incompatíveis com as condições reais de trabalho.

Autores como Silva e Barreto (2018) indicam que mulheres negras, por exemplo, estão mais expostas a situações de sobrecarga emocional e violência institucional, o que aumenta a vulnerabilidade ao adoecimento. Tais dados revelam que a saúde mental dos professores deve ser analisada também sob a perspectiva da interseccionalidade, permitindo uma compreensão mais ampla das dinâmicas de opressão que atravessam o cotidiano escolar.

Paralelamente, o avanço das tecnologias e a hiperconectividade do mundo contemporâneo criaram novas formas de cobrança e vigilância sobre os professores. Com a pandemia da COVID-19 e a imposição do ensino remoto emergencial, muitos docentes enfrentaram situações de exaustão emocional, agravadas pela falta de preparo técnico, pela ausência de suporte institucional e pela intensificação do trabalho domiciliar. Pesquisa conduzida por Oliveira e Mendes (2022) identificou que mais de 70% dos professores relataram sintomas de estresse elevado durante o período pandêmico, evidenciando que a precarização da saúde mental já existente foi amplificada pelo contexto de crise sanitária.

O excesso de tarefas administrativas, a indisciplina dos alunos, a falta de reconhecimento profissional e o isolamento nas tomadas de decisão pedagógica contribuem para a construção de um cotidiano marcado pela frustração e pelo esgotamento. Estudos como o de Martins e Silva (2023) demonstram que programas institucionais de apoio psicológico, quando articulados a mudanças na organização do trabalho escolar, produzem impactos positivos no clima organizacional e na qualidade do ensino. Portanto, o enfrentamento da questão da saúde mental não pode se limitar a intervenções individuais pontuais, mas deve envolver transformações estruturais no modo como o trabalho docente é compreendido, organizado e valorizado.

Conforme Costa e Almeida (2020), é fundamental que as políticas educacionais e as práticas escolares incorporem uma perspectiva de cuidado sistêmico, que considere as condições objetivas de trabalho, a cultura organizacional das escolas e os processos de formação continuada como elementos-chave na promoção do bem-estar docente. Nesse sentido, a discussão

sobre saúde mental precisa ser transversal às políticas públicas educacionais, deixando de ser tratada como uma questão secundária ou complementar.

Assim, este estudo justifica-se pela urgência em compreender os múltiplos fatores que contribuem para o sofrimento psíquico de professores e pela necessidade de propor caminhos possíveis para a construção de uma cultura educacional mais humana, sustentável e comprometida com o cuidado. A saúde mental docente, mais do que um tema emergente, é uma condição fundamental para o exercício pleno da função pedagógica e, conseqüentemente, para a qualidade da educação oferecida. Pensar em estratégias de prevenção e promoção da saúde mental no ambiente escolar é, portanto, um compromisso ético, político e social que demanda o engajamento de pesquisadores, gestores, formuladores de políticas públicas e da sociedade como um todo.

Onde, este estudo tem como objetivo geral em Investigar os fatores estruturais, institucionais e subjetivos que contribuem para o adoecimento mental de professores da educação básica, analisando as condições de trabalho, os impactos das políticas educacionais contemporâneas e as possibilidades de intervenção sistêmica que promovam a saúde mental docente nas instituições escolares. E, como objetivos específicos em analisar criticamente as condições laborais dos professores da educação básica, com foco na sobrecarga de trabalho, na precarização das relações profissionais e na desvalorização simbólica da docência; em investigar os efeitos das políticas educacionais neoliberais sobre a subjetividade docente e o adoecimento mental, considerando a lógica de performatividade, avaliação por resultados e responsabilização individual; e por fim em propor diretrizes para o desenvolvimento de práticas institucionais integradas de prevenção e promoção da saúde mental docente, com base em experiências exitosas e referenciais teórico-metodológicos interdisciplinares.

1. Metodologia

Este estudo será desenvolvido com base em uma abordagem qualitativa, de caráter exploratório e analítico, utilizando como principal estratégia metodológica a pesquisa bibliográfica e o estudo comparativo teórico. A escolha por essa abordagem justifica-se pela complexidade e pela natureza subjetiva do objeto de investigação — a saúde mental de professores — que demanda uma compreensão aprofundada das dimensões simbólicas, sociais, institucionais e históricas que atravessam o fenômeno do adoecimento docente.

A pesquisa qualitativa permite ao pesquisador captar sentidos, motivações, significados e relações que não podem ser reduzidos à mensuração numérica, oferecendo, portanto, maior sensibilidade para tratar de temas que envolvem experiências humanas, como sofrimento, bem-estar e identidade profissional (Minayo, 2022). A partir dessa perspectiva, busca-se compreender os fatores que contribuem para o adoecimento mental dos professores de forma holística, levando em consideração os contextos socioculturais em que estão inseridos, suas percepções subjetivas e as estruturas institucionais que influenciam seu cotidiano.

A etapa inicial da investigação consiste na realização de uma ampla pesquisa bibliográfica, fundamentada em obras científicas publicadas entre os anos de 2017 e 2025. Serão analisados livros, artigos acadêmicos, teses, dissertações, relatórios técnicos e documentos institucionais disponíveis em bases de dados reconhecidas, como SciELO, CAPES Periódicos, BDTD, Google Scholar e outras fontes especializadas na área da educação, psicologia, sociologia e saúde coletiva. O objetivo desta etapa é mapear o estado da arte sobre a temática, identificar os principais conceitos, debates e tendências analíticas em torno da saúde mental docente, além de construir o referencial teórico que sustentará a análise dos dados.

Segundo Gil (2019), a pesquisa bibliográfica permite ao pesquisador não apenas revisar e sistematizar o conhecimento já produzido, mas também identificar lacunas e contradições que podem orientar novas investigações. Neste estudo, essa revisão será orientada pelos eixos temáticos que estruturam os objetivos específicos: (i) condições laborais e organização do trabalho docente; (ii) impactos das políticas educacionais neoliberais sobre a

subjetividade docente; e (iii) experiências e propostas de promoção da saúde mental nas escolas.

Complementarmente, será conduzido um estudo comparativo teórico, com o intuito de analisar criticamente diferentes modelos explicativos e propostas de intervenção encontrados na literatura. A comparação se dará entre autores e correntes teóricas que abordam o adoecimento docente sob perspectivas distintas — por exemplo, a abordagem clínico-institucional, a psicodinâmica do trabalho, a sociologia da educação e os estudos críticos em políticas públicas. Este procedimento permitirá identificar convergências e divergências na forma como os estudiosos compreendem o sofrimento psíquico dos professores, suas causas estruturais e as alternativas sugeridas para enfrentamento.

Para realizar essa comparação, serão adotados critérios analíticos previamente definidos, como: concepção de saúde mental adotada; relação entre trabalho docente e sofrimento; ênfase em fatores individuais ou estruturais; papel das instituições escolares e do Estado; e viabilidade das propostas de intervenção. O estudo comparativo, segundo Yin (2018), é um recurso valioso para ampliar a compreensão sobre fenômenos complexos e multifacetados, como é o caso da saúde mental no ambiente escolar, permitindo o diálogo crítico entre diferentes paradigmas teóricos e ampliando a robustez interpretativa da pesquisa.

A triangulação entre a pesquisa bibliográfica e o estudo comparativo será fundamental para garantir consistência teórico-metodológica e profundidade na análise. Ao invés de recorrer a dados empíricos diretos (entrevistas, questionários ou observação), a proposta deste trabalho é aprofundar o debate teórico-conceitual e sistematizar o conhecimento já produzido, buscando contribuir com uma síntese crítica que possa orientar práticas futuras no campo da educação e da saúde mental docente.

Por fim, a análise dos dados bibliográficos e teóricos será conduzida por meio da técnica de análise de conteúdo temática, conforme proposta por Bardin (2016), com foco na identificação de categorias emergentes e recorrentes nos textos analisados. A categorização dos dados permitirá uma organização

sistemática das informações e a construção de argumentos consistentes em torno dos objetivos traçados.

Em síntese, a metodologia adotada neste estudo fundamenta-se na articulação entre pesquisa qualitativa, levantamento bibliográfico sistemático e estudo comparativo teórico, buscando construir um olhar crítico e interdisciplinar sobre a saúde mental dos professores. A escolha desse caminho metodológico está alinhada à proposta de compreender o adoecimento docente como um fenômeno complexo, multifatorial e enraizado em dinâmicas históricas e institucionais que exigem respostas coletivas e sustentadas.

2. Referencial teórico

2.1. As condições laborais dos professores da educação básica: Sobrecarga de trabalho, precarização das relações profissionais e desvalorização simbólica da docência

As condições laborais dos professores da educação básica no Brasil configuram um cenário complexo, marcado pela intensificação das jornadas, pela precarização das relações de trabalho e por uma profunda desvalorização simbólica que afeta diretamente o exercício da docência. Diversas pesquisas têm revelado que o trabalho docente, embora essencial para o desenvolvimento social e econômico do país, encontra-se atravessado por desafios estruturais que comprometem tanto a qualidade do ensino quanto o bem-estar dos profissionais. Segundo Silva (2021), a docência tem sido cada vez mais atravessada por demandas administrativas, emocionais e pedagógicas que extrapolam o tempo de sala de aula, produzindo “um quadro persistente de sobrecarga e dificuldades organizacionais” (Silva, 2021, p. 7).

A sobrecarga de trabalho constitui um dos aspectos mais recorrentes nas narrativas docentes. Viegas (2022) destaca que muitos professores vivenciam jornadas que se estendem para além das horas contratuais, com atividades como planejamento, correção de atividades, acompanhamento de estudantes, elaboração de relatórios, participação em reuniões e formação continuada. Em análise crítica, o autor afirma que “as professoras e os professores estão envolvidos permanentemente com o trabalho, em uma lógica de intensificação que invade o espaço privado e produz adoecimento” (Viegas, 2022, p. 4). Essa intensificação está articulada tanto às exigências de produtividade impostas pelas redes quanto às múltiplas demandas emocionais e relacionais, típicas da educação básica.

No plano estrutural, a precarização das relações profissionais reforça esse quadro. Conforme argumenta Santos (2024), as redes estaduais e municipais têm ampliado o número de docentes contratados temporariamente, reduzindo a estabilidade, os direitos trabalhistas e a autonomia profissional. Para o autor, o professor temporário “representa a face mais vulnerável da categoria, submetido a contratos frágeis, rotatividade constante e ausência de garantias institucionais”

(Santos, 2024, p. 11). A predominância desses vínculos precários implica também em menor investimento em formação continuada, dificultando o desenvolvimento profissional e a qualidade do ensino.

Esse processo de flexibilização do trabalho docente não ocorre de forma isolada, mas está inserido em uma lógica de gestão escolar que se estrutura a partir de políticas de avaliação, metas, indicadores de desempenho e responsabilização individual. Conforme descreve Oliveira (2018), a implementação dessas políticas trouxe uma mudança significativa na percepção do trabalho docente, promovendo uma “gestão gerencialista que desconsidera as especificidades pedagógicas e humanas da educação” (Oliveira, 2018, p. 56). Tais mecanismos pressionam os professores, atribuindo-lhes responsabilidades desproporcionais diante das limitações materiais e estruturais das escolas públicas.

A desvalorização simbólica do magistério, por sua vez, constitui um processo multidimensional que combina fatores culturais e estruturais. Fanizzi (2025) discute o conceito de “precariedade simbólica do ofício docente”, argumentando que o imaginário social ainda associa a docência a características como vocação, amor, missão ou cuidado, o que historicamente legitima baixos salários, excesso de demandas e ausência de reconhecimento profissional. Em suas palavras, “a docência permanece submetida a um regime de desvalorização que compromete sua legitimidade enquanto profissão de conhecimento e responsabilidade social” (Fanizzi, 2025, p. 9). Essa desvalorização se manifesta tanto no cotidiano das escolas quanto nas políticas públicas, repercutindo diretamente na autoestima profissional e na identidade docente.

Esse cenário se agravou significativamente durante a pandemia de COVID-19. Estudos conduzidos por Neves (2021) demonstram que a transição emergencial para o ensino remoto provocou um aumento drástico na carga de trabalho, uma vez que os professores precisaram adequar conteúdos, reinventar metodologias e se apropriar de tecnologias sem apoio institucional adequado. Neves (2021, p. 14) destaca que “a pandemia explicitou a invisibilidade histórica do trabalho docente, tornando evidente a ausência de condições materiais e emocionais para o exercício profissional em situações de crise”. Além disso, a invasão do espaço doméstico pelo trabalho e a ausência de limites claros entre

tempo profissional e pessoal intensificaram quadros de estresse, ansiedade e esgotamento.

Outro aspecto fundamental na discussão das condições laborais é a desigualdade de gênero. O magistério da educação básica é majoritariamente composto por mulheres, e essa feminização da profissão tem implicações diretas na compreensão das sobrecargas vivenciadas. Segundo Rodrigues (2020), as professoras acumulam jornadas domésticas e afetivas, o que agrava o cansaço, dificulta o descanso e aumenta o risco de adoecimento. A autora observa que “a dupla jornada, somada à desvalorização histórica das profissões femininas, intensifica a percepção de que o magistério é um trabalho de menor prestígio social” (Rodrigues, 2020, p. 22). Essa intersecção entre gênero, cuidado e trabalho docente precisa ser considerada na formulação de políticas públicas.

Além disso, a remuneração ainda constitui um dos principais obstáculos para a valorização e permanência dos profissionais na carreira. O Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada destaca que “a remuneração é um aspecto central que explica grande parte das dificuldades encontradas na vida pessoal e profissional dos professores” (IPEA, 2017, p. 29). A defasagem salarial, associada à ausência de progressão consistente na carreira, limita a atratividade da docência para jovens e contribui para o afastamento precoce de profissionais qualificados.

No que se refere à saúde docente, pesquisas como a de Martins (2019) apontam para elevados índices de adoecimento relacionados ao trabalho, especialmente transtornos psíquicos como ansiedade, depressão, síndrome de burnout e transtornos do sono. Martins (2019, p. 47) afirma que “as condições inadequadas de trabalho e a intensificação das responsabilidades emocionais colocam os docentes em situação de alto risco de adoecimento crônico”. Esses dados revelam a urgência de políticas públicas específicas de cuidado, acompanhamento e prevenção, que contemplem desde a oferta de apoio psicológico até a reorganização das demandas institucionais.

Diante desse panorama, torna-se indispensável a formulação de políticas integradas que enfrentem simultaneamente a sobrecarga, a precarização e a desvalorização simbólica. Diversos autores convergem ao defender que a valorização docente depende de iniciativas estruturais e contínuas: melhoria salarial, planos de carreira sólidos, fortalecimento da formação inicial e

continuada, garantia de vínculos estáveis, reorganização do tempo escolar, políticas de saúde do trabalhador e reconhecimento social. Para Silva e Martins (2020), “a valorização docente não pode ocorrer de maneira fragmentada: precisa integrar dimensões materiais, profissionais e simbólicas, de forma coerente e contínua” (Silva; Martins, 2020, p. 61).

Nesse sentido, é essencial que estados e municípios revisem os modelos de contratação e assegurem concursos públicos regulares, evitando a expansão de vínculos temporários. Paralelamente, é necessário redefinir o tempo de trabalho do professor, certificando que horas de planejamento, avaliação e estudo sejam remuneradas e reconhecidas formalmente, como defendem Oliveira e Santos (2022). A implementação de programas de saúde mental específicos para a categoria também se mostra urgente, especialmente diante dos impactos pós-pandemia.

Por fim, a valorização simbólica precisa ser construída socialmente, por meio de campanhas públicas, políticas de Estado e reconhecimento da complexidade do trabalho docente. Isso implica compreender que o professor é um trabalhador altamente qualificado e que sua atuação não se restringe à sala de aula, mas envolve mediação humana, responsabilidade pedagógica e compromisso ético com o desenvolvimento da sociedade.

2.2. Políticas educacionais neoliberais docente e o adoecimento mental: A lógica de performatividade, avaliação por resultados e responsabilização individual

As políticas educacionais neoliberais têm se consolidado, desde a década de 1990, como um conjunto de práticas que reconfiguram profundamente o trabalho docente ao privilegiar mecanismos de avaliação por resultados, meritocracia, responsabilização individual e formas gerenciais de controle do processo educativo. Nos últimos anos, entretanto, tais políticas passaram a ser questionadas não apenas por seus resultados pedagógicos, mas também pelos impactos diretos sobre a saúde mental dos profissionais da educação. Como afirma Libâneo (2016), “a escola passa a operar sob lógicas empresariais, e o professor torna-se alvo de um sistema permanente de vigilância, metas e produtividade que desfigura o sentido formativo do trabalho docente” (Libâneo,

2016, p. 34). Essa reconfiguração tem consequências sérias para o bem-estar emocional e psicológico dos docentes, como demonstram pesquisas nacionais e internacionais.

O conceito de performatividade, cunhado inicialmente por autores da sociologia da educação crítica, refere-se à pressão exercida por modelos avaliativos que estabelecem metas rígidas e indicadores padronizados, frequentemente descontextualizados da realidade das escolas. Acton (2015), ao analisar esse movimento, argumenta que a performatividade cria “um clima institucional de constante comparação, competição e autorregulação, no qual o professor é avaliado mais por indicadores do que pela complexidade pedagógica de sua prática” (Acton, 2015, p. 12). Essa lógica afeta diretamente a saúde mental, pois intensifica o sentimento de inadequação, ansiedade e medo de punição simbólica.

Pesquisas recentes têm demonstrado que a responsabilização individual — ou accountability — opera como um dos mecanismos centrais das políticas neoliberais. Em vez de considerar fatores estruturais como desigualdade social, falta de recursos, turmas superlotadas e ausência de políticas de apoio, o modelo responsabiliza o professor pelos resultados de avaliações externas. Jerrim et al. (2021) analisaram dados do estudo TALIS e constataram que professores submetidos a sistemas rígidos de accountability relatam níveis significativamente maiores de estresse ocupacional, exaustão emocional e sentimento de injustiça profissional. Segundo os autores, “há uma correlação direta entre a intensidade dos mecanismos de responsabilização e o aumento de sintomas associados ao burnout” (Jerrim et al., 2021, p. 18).

Essa pressão por resultados acompanha um processo de simplificação do processo pedagógico. Em muitas redes, avaliações externas se tornam o principal parâmetro de qualidade, levando à redução curricular e ao foco restrito na preparação para provas. Carrasqueira e Ryan (2022) destacam que essa lógica gera uma “colonização do tempo pedagógico”, em que o professor passa a direcionar suas práticas não às necessidades dos estudantes, mas às metas impostas pelos sistemas de avaliação. Essa ruptura entre propósito educativo e exigências burocráticas provoca sofrimento ético, pois o professor vivencia a sensação de que sua prática não contribui para a formação integral dos alunos,

mas apenas para responder a indicadores institucionais.

Outro elemento central desse quadro é a intensificação do trabalho docente. Li et al. (2023), em estudo recente sobre estresse ocupacional, demonstram que sistemas educacionais que vinculam desempenho docente a metas quantitativas e resultados padronizados tendem a registrar maiores índices de adoecimento mental. Os autores observaram que “a percepção de perda de autonomia pedagógica e o sentimento de controle externo sobre o próprio trabalho constituem os principais mediadores entre políticas de accountability e exaustão emocional” (Li et al., 2023, p. 8). Em outras palavras, não é apenas a sobrecarga que adocece, mas também a deslegitimação da própria agência profissional.

No Brasil, onde as desigualdades sociais estruturam o cotidiano escolar, as políticas inspiradas no gerencialismo neoliberal apresentam efeitos ainda mais intensos. Cunha (2024), ao analisar as experiências de professores da rede pública, descreve que a imposição de metas e indicadores externos tem ampliado sentimentos de impotência e frustração, especialmente em regiões vulneráveis. Segundo a autora, “mecanismos de avaliação por resultados ignoram desigualdades históricas e tratam como falha individual aquilo que é produto de condições estruturais adversas” (Cunha, 2024, p. 5). Esse tipo de responsabilização injusta gera sofrimento psíquico e desgaste emocional, pois os docentes são cobrados por resultados que não dependem exclusivamente de sua atuação.

A desvalorização simbólica da docência, intensificada pelo discurso meritocrático, também contribui para o adoecimento. Em sistemas orientados pela lógica neoliberal, o professor é frequentemente representado como “profissional insuficiente”, “pouco produtivo” ou “resistente a mudanças”, sobretudo quando os resultados não atingem metas. Como observa Molina Pérez (2024), esse discurso fragiliza identidades profissionais e cria “um cenário de permanente insegurança, em que o docente se vê compelido a provar continuamente seu valor, mesmo diante de condições de trabalho precárias” (Molina Pérez, 2024, p. 14).

O período da pandemia intensificou esses elementos. Professores foram submetidos a novos formatos de avaliação, tiveram de desenvolver competências digitais sem formação adequada e enfrentaram vigilância ampliada sobre suas práticas. Estudos apontam que o ensino remoto aumentou a carga horária

invisível, o estresse e a sensação de incapacidade frente às demandas institucionais (Neves, 2021). A cobrança por resultados, mesmo em condições emergenciais, reforçou a percepção de abandono institucional.

Além disso, a literatura aponta que as políticas neoliberais favorecem processos de precarização do trabalho docente, como contratos temporários, salários baixos, redução da autonomia e sobreposição de funções. A precarização intensifica fatores de risco para adoecimento mental, como falta de apoio institucional, instabilidade profissional e sentimento de desproteção. Para Silva e Martins (2020), a desvalorização material e simbólica, características centrais do neoliberalismo educacional, “comprometem a saúde mental dos docentes, pois fragilizam a identidade profissional e ampliam a sensação de desamparo” (Silva; Martins, 2020, p. 61).

O adoecimento docente, portanto, não é fenômeno isolado, mas consequência de um conjunto articulado de fatores estruturais e ideológicos. Professores enfrentam um contexto em que metas são descontextualizadas da realidade escolar, resultados são usados como instrumentos de vigilância e punição simbólica, a autonomia pedagógica é reduzida, o trabalho é intensificado e desprofissionalizado, as políticas ignoram desigualdades sociais, o professor é responsabilizado por fatores que não controla.

Esses elementos compõem o que diversos autores chamam de sofrimento institucionalizado. Trata-se de sofrimento produzido não por falhas individuais, mas por estruturas organizacionais e políticas públicas. Isso implica que o enfrentamento dessa problemática não pode se limitar a soluções individuais — como cursos de gestão emocional — mas requer transformações sistêmicas.

Políticas de mitigação precisam reduzir a centralidade das avaliações padronizadas, construir indicadores que considerem contextos e desigualdades, fortalecer a autonomia pedagógica, estabilizar vínculos de trabalho, garantir formação continuada e suporte psicossocial, valorizar o trabalho docente de forma material e simbólica.

Como argumentam Silva e Martins (2020), “a valorização docente exige ações integradas que articulem condições de trabalho, reconhecimento institucional e respeito à complexidade da prática pedagógica” (p. 63). A saúde mental dos professores depende de políticas públicas que reconheçam a

educação como prática humana, complexa e coletiva — e não como engrenagem de produtividade mensurável.

2.3. Práticas institucionais integradas: O entrelace da prevenção e promoção da saúde mental docente e os referenciais teórico-metodológicos interdisciplinares.

As políticas voltadas à saúde mental docente têm ganhado destaque nas discussões educacionais contemporâneas, especialmente à medida que se reconhece que o bem-estar dos professores não é apenas uma condição individual, mas também um problema institucional que requer práticas integradas de prevenção e promoção. A perspectiva da promoção da saúde mental docente demanda abordagens interdisciplinares que conjugam saberes da psicologia, saúde pública, educação e políticas de trabalho. Intervenções institucionais bem sucedidas não atuam apenas no alívio de sintomas ou no enfrentamento de crises, mas estruturam ambientes escolares em que a saúde mental torna-se parte do projeto pedagógico, da gestão escolar e da organização institucional.

Um referencial teórico-metodológico central para pensar essas intervenções é a perspectiva da promoção e prevenção em saúde mental, que difere de modelos biomédicos reativos. No paradigma da promoção, o foco está em fortalecer fatores de proteção e construir condições para a resiliência, e não apenas tratar doenças. Conforme Faria e Rodrigues (2020), a promoção da saúde mental se baseia numa abordagem mais contextualizada e holística, “focada nos processos de saúde e não apenas na ausência de transtorno” (Faria; Rodrigues, 2020, p. 86). Esse paradigma permite que a escola seja entendida como um espaço privilegiado para práticas de cuidado institucional.

Na prática, as oficinas pedagógicas têm se destacado como uma estratégia eficaz de promoção da saúde mental docente. Santos e Queiroz (2023) descrevem que, por meio de oficinas em escolas, foi possível promover diálogos sobre sofrimento, autocuidado, autoimagem profissional e estratégias colaborativas para lidar com pressão institucional. As autoras apontam que há uma “ausência de ambientes de trabalho que promovam um acolhimento adequado para práticas dialógicas” e que a institucionalização dessas oficinas pode transformar a rotina docente (Santos; Queiroz, 2023, p. e023006). Esse tipo

de intervenção, além de proporcionar escuta e reflexão, tem caráter preventivo, ajudando a reduzir o impacto de estressores crônicos no cotidiano dos professores.

Outra dimensão fundamental é a promoção da saúde mental por meio de grupos de escuta e suporte. Coelho, Silva e Pellegrini (2021) relatam a experiência de “rodas de conversa” on-line com professores durante a pandemia de COVID-19, como parte de um projeto de extensão universitária. As rodas permitiram acolher docentes, compartilhar angústias e estratégias de enfrentamento diante da sobrecarga do ensino remoto. Segundo os pesquisadores, “a criação de espaços de escuta e acolhimento das demandas docentes foi essencial para a prevenção e a promoção da saúde mental” (Coelho; Silva; Pellegrini, 2021, p. 7). Esse tipo de prática exemplifica um modelo institucional que articula psicologia comunitária, educação e gestão escolar para construir redes de apoio coletivo.

No plano institucional, a gestão pública escolar exerce um papel decisivo na promoção da saúde mental do corpo docente. Bottega e Pedroso (2022) fizeram uma revisão bibliográfica e identificaram que muitos gestores públicos subestimam sua responsabilidade em desenvolver ações sistemáticas para prevenir o adoecimento mental dos professores. Eles argumentam que “a gestão escolar e pública deve assumir proativamente práticas de promoção, prevenção e vigilância da saúde mental docente, configurando uma política de responsabilidade institucional” (Bottega; Pedroso, 2022, p. 45). Essa visão requer que a administração escolar invista em formação para gestores, planos de ação e recursos para programas contínuos.

As práticas de promoção da saúde no trabalho docente também se beneficiam de metodologias participativas. Um estudo na área da enfermagem (mas relevante para o contexto docente) utilizou a pesquisa-ação participante, guiada pelo itinerário de Paulo Freire, para construir grupos de cultura entre professores, nos quais se discutiram condições de trabalho, relações interpessoais, equilíbrio entre vida profissional e pessoal, preparo emocional e hábitos de vida saudáveis (Acta Paulista De Enfermagem, 2022). Esses círculos de cultura mostraram que os professores valorizavam a troca de saberes, o apoio mútuo e a crítica coletiva, apontando para a necessidade de políticas institucionais que favoreçam esse tipo de auto-organização participativa.

Do ponto de vista das políticas educacionais, a institucionalização de práticas integradas também requer articulação entre diferentes setores. Conforme um relatório analisado por Oliveira e Mota (2022), no Plano Distrital de Educação de uma capital brasileira consta que “é necessário estabelecer ações efetivas voltadas à promoção, prevenção, atenção e atendimento à saúde mental dos profissionais da educação como condição para a melhoria da qualidade educacional” (Oliveira; Mota, 2022, p. 102). Esse tipo de diretriz institucional representa um compromisso explícito de incorporar a saúde mental no planejamento estratégico da rede escolar.

Um pilar teórico-metodológico que sustenta essa articulação intersetorial é a epistemologia da integralidade, inspirada nas políticas de saúde pública e nos princípios do SUS. A integralidade exige que ações de saúde mental não sejam fragmentadas: prevenção, promoção, atenção psicossocial e vigilância devem operar de maneira integrada. A partir desse referencial, a Política Nacional de Atenção Psicossocial nas Comunidades Escolares (PNAP-CE) — instituída por lei recente — propõe exatamente essa articulação entre educação, saúde e assistência social para promover a saúde mental escolar (Fernandes et al., 2024). Segundo esse marco legal, as escolas devem colaborar com unidades de saúde do SUS e com equipes interprofissionais para desenvolver programas contínuos de promoção, prevenção e atendimento psicossocial.

Além disso, os programas de promoção da saúde mental docente podem se apoiar em metodologias psicoeducativas e de regulação emocional. Intervenções baseadas em regulação emocional, mindfulness, autocuidado e auto-compaixão têm sido testadas para professores com bons resultados. Por exemplo, estudos recentes internacionais empregam modelos de co-regulação, nos quais o treinamento docente em regulação emocional (uso de autocuidado, autocompaixão e conexão social) é mediado por práticas fisiológicas (como monitoramento da variabilidade da frequência cardíaca) para fortalecer a resiliência emocional (Chehayeb et al., 2025). Essas metodologias combinam dados fisiológicos, autorreflexão e suportes interpessoais, traduzindo-se em programas inovadores para a promoção institucional do bem-estar docente.

Uma perspectiva interdisciplinar ainda mais robusta envolve a colaboração entre psicologia, educação e sociologia por meio de comunidades de prática

emocional. Um estudo recente de Mahmood, Talafian e Shafer (2023) analisou como professores de física, em um grupo de desenvolvimento profissional, construíram coletivamente um espaço de “conforto emocional” (“comfort-building”) no qual puderam negociar riscos socioemocionais, expressar vulnerabilidades e reforçar laços de colaboração. Segundo as autoras, esse processo de co-construção é vital para criar ambientes seguros emocionalmente onde a regulação afetiva e a solidariedade profissional possam florescer (Mahmood; Talafian; Shafer, 2023, p. 15). Essa abordagem evidencia a importância de práticas institucionais que favoreçam o pertencimento social e a regulação emocional de forma coletiva, não apenas individual.

Não obstante, a avaliação e monitoramento dessas práticas institucionais integradas também são fundamentais para sua consolidação. A literatura aponta para a necessidade de indicadores institucionais que avaliem não apenas absenteísmo ou indicadores biomédicos, mas também dimensões subjetivas como sentido de pertença, autoeficácia docente, redes de apoio e percepção de escuta institucional. Uma revisão integrativa sobre saúde mental docente realizada por Madalozzo, Marcon e Cioato (2024) destaca que “as intervenções mais eficazes são aquelas que combinam ações de nível individual, relacional e institucional, incorporando monitoramento participativo e construção coletiva de indicadores de bem-estar” (Madalozzo et al., 2024, p. 25).

Por fim, vale enfatizar que a implantação de práticas integradas de promoção e prevenção demanda compromisso político, alocação de recursos e redes de cooperação. A revisão sistemática de Lavor-Filho et al. (2021) sobre evidências teórico-práticas em saúde mental do trabalhador aponta que políticas bem-sucedidas envolvem múltiplos atores (educação, saúde, trabalho) e utilizam frameworks interdisciplinares para construir estratégias sustentáveis de cuidado coletivo (Lavor-Filho et al., 2021, p. 108). Essas políticas não tratam o professor apenas como sujeito individual de intervenção, mas como parte de uma rede social e institucional que deve participar ativamente da construção das intervenções.

Em síntese, as práticas institucionais integradas que entrelaçam a prevenção e promoção da saúde mental docente demandam uma abordagem interprofissional e interdisciplinar, sustentada por referenciais teórico-metodológicos como a psicologia comunitária, a epistemologia da integralidade, a

educação participativa e a regulação emocional. Oficinas pedagógicas, rodas de conversa, comunidades de prática emocional e políticas estruturais (como a PNAP-CE) são exemplos concretos de como essa integração pode ser operacionalizada. A avaliação dessas práticas exige indicadores que vão além de métricas tradicionais, incorporando dimensões subjetivas e coletivas. Para que essas ações sejam duradouras, é necessário um compromisso institucional, bem como a construção participativa de recursos, espaços e processos que promovam a saúde mental docente como parte integrante do projeto educativo.

3. Análise de dados

A discussão sobre as condições laborais docentes, o impacto das políticas educacionais neoliberais e as práticas institucionais integradas de promoção da saúde mental revela um cenário complexo e multifatorial que caracteriza o cotidiano profissional dos professores da educação básica no Brasil. Os estudos utilizados ao longo dos subtemas convergem para a compreensão de que o adoecimento docente não é apenas um fenômeno individual, mas o resultado de determinantes estruturais, organizacionais, políticos e institucionais que se imbricam no ambiente escolar contemporâneo. A análise dos autores mobilizados — entre eles Bottega e Pedroso (2022), Santos e Queiroz (2023), Coelho, Silva e Pellegrini (2021), Faria e Rodrigues (2020), Mahmood, Talafian e Shafer (2023), Fernandes et al. (2024) e Lavor-Filho et al. (2021) — permite identificar conexões críticas entre precarização do trabalho, lógica de performatividade e necessidade de ações interdisciplinares de cuidado coletivo.

O primeiro eixo de análise trata das condições materiais e simbólicas de trabalho, marcadas por sobrecarga e precarização. Estudos recentes vêm apontando que o professor enfrenta múltiplas jornadas, acúmulo de funções, exigências burocráticas e pressão por resultados, características intensificadas nas últimas décadas. Essa intensificação decorre em parte da transformação do trabalho docente em um espaço de cobrança contínua, no qual o professor é responsabilizado individualmente por resultados educacionais que, na verdade, dependem de condições institucionais amplas. Esse cenário, analisado por Bottega e Pedroso (2022), revela uma contradição central: a gestão escolar assume metas e políticas de accountability, mas não garante suporte adequado para que os docentes possam realizá-las sem prejuízos à saúde.

A precarização das relações de trabalho também aparece nos estudos sobre sobrecarga emocional e desvalorização simbólica, componentes fundamentais do adoecimento. Pesquisadores como Madalozzo, Marcon e Cioato (2024) demonstram que os sentimentos de desmotivação, fracasso e exaustão têm forte relação com a percepção de falta de reconhecimento social e com a constante pressão por desempenho. Essa pressão, no entanto, não emerge isolada: ela é o produto direto de políticas educacionais baseadas no paradigma neoliberal, como será retomado adiante. Assim, pode-se afirmar que

as condições laborais e o mal-estar docente não são fenômenos espontâneos, mas manifestações diretas de modelos de gestão e políticas públicas.

O segundo eixo, referente às políticas educacionais neoliberais e ao adoecimento mental, revela a forma como a lógica de performatividade, avaliação por resultados e responsabilização individual reconfigura profundamente o trabalho docente. As políticas neoliberais introduzem no campo educacional práticas de gestão inspiradas no setor empresarial, produzindo um ambiente de constante competição, meritocracia e mensuração quantitativa. A performatividade, nesse sentido, transforma o professor em objeto de avaliação constante, reduzindo sua prática pedagógica a indicadores que não captam a complexidade educativa. Essa lógica é denunciada por diversos autores da área, mas sua relação direta com o adoecimento tornou-se evidente em análises recentes.

Os achados de Coelho, Silva e Pellegrini (2021) mostram que, durante a pandemia, a pressão por resultados e a improvisação de práticas ao ensino remoto aprofundaram tensões já existentes, tornando o sofrimento mais explícito. A responsabilização individual — um dos pilares das políticas neoliberais — faz com que professores internalizem a culpa por falhas que são, na verdade, estruturais, como falta de formação adequada, ausência de suporte institucional e condições precárias de trabalho. Essa internalização é uma forma de violência simbólica que opera por meio da culpabilização e do autojulgamento. Assim, o adoecimento docente aparece como consequência direta de um ambiente institucional marcado por exigências desproporcionais e ausência de políticas de cuidado.

No entanto, a crítica a essas políticas não seria completa sem a incorporação de análises que apontam caminhos possíveis. É nesse ponto que o terceiro eixo — as práticas institucionais integradas de promoção da saúde mental docente — fornece contribuições fundamentais. Os estudos de Faria e Rodrigues (2020) lembram que a promoção da saúde mental deve ir além de intervenções individuais, propondo abordagens preventivas e institucionais. Segundo esses autores, a escola pode funcionar como um espaço de fortalecimento coletivo, desde que práticas dialógicas, de escuta e de participação sejam institucionalizadas. Isso significa que cuidar da saúde mental

docente não é um favor ou complemento à rotina escolar, mas parte essencial do processo educativo.

As oficinas pedagógicas descritas por Santos e Queiroz (2023) exemplificam ações de baixo custo e alto impacto que podem transformar as relações de trabalho. Ao criar ambientes de diálogo e acolhimento, as oficinas permitem que professores expressem angústias, desenvolvam estratégias colaborativas e fortaleçam laços profissionais. Isso confronta diretamente a lógica neoliberal de competição e responsabilização individual, substituindo-a por práticas de cooperação e empatia. O mesmo ocorre com as rodas de conversa descritas por Coelho, Silva e Pellegrini (2021), que ampliam o sentido de pertencimento e de rede de apoio.

Além dessas práticas, iniciativas estruturais, como a Política Nacional de Atenção Psicossocial nas Comunidades Escolares (PNAP-CE), analisada por Fernandes et al. (2024), introduzem a necessidade de integração entre saúde, educação e assistência social. Essa integração é particularmente importante porque reconhece que o adoecimento docente ultrapassa fronteiras disciplinares. A saúde mental, nesse sentido, não é problema exclusivo da psicologia ou da medicina, mas tema que exige interdisciplinaridade. Essa compreensão está presente também na revisão de Lavor-Filho et al. (2021), que reforça que intervenções eficazes dependem da articulação entre diferentes saberes e da construção de estratégias institucionais permanentes.

Outro aspecto crucial é a dimensão das comunidades de prática emocional, discutidas por Mahmood, Talafian e Shafer (2023). Esses autores mostram que, quando professores constroem coletivamente espaços de partilha afetiva e confiança, há redução significativa de riscos emocionais, aumento da sensação de pertencimento e fortalecimento do apoio mútuo. Assim, as comunidades de prática emocional se tornam não apenas ferramentas de cuidado, mas também estratégias políticas, pois resistem à fragmentação e ao isolamento promovidos pelas políticas neoliberais de performatividade.

Ao considerar os três eixos em conjunto, percebe-se que o adoecimento docente é fortemente determinado por um ciclo que começa na precarização estrutural, é intensificado por políticas neoliberais e pode ser mitigado — mas não totalmente revertido — por práticas institucionais integradas de cuidado. A

análise dos autores evidencia que não basta criar programas superficiais de bem-estar, pois a origem do problema é sistêmica. Ainda assim, práticas interdisciplinares e coletivas revelam grande potencial para transformar o cotidiano escolar, especialmente quando articuladas a políticas públicas sólidas e a gestões escolares comprometidas.

Em termos críticos, é importante destacar que a maior parte das intervenções bem-sucedidas relatadas nos estudos é fruto de iniciativas locais, projetos de extensão ou ações voluntárias. A falta de institucionalização dessas práticas, como sinalizado por Bottega e Pedroso (2022), evidencia um vazio político que precisa ser enfrentado. Sem políticas duradouras, as ações de promoção e prevenção permanecem pontuais, dependendo mais do engajamento individual do que de compromissos institucionais. Essa fragilidade reforça a necessidade de políticas públicas integradas e de formação continuada em saúde mental para gestores e docentes.

Assim, a integração dos três subtemas aponta para uma conclusão crítica: o sofrimento docente é produzido por estruturas de trabalho e por modelos de gestão que violam o sentido pedagógico da profissão. Contudo, práticas institucionais integradas, fundamentadas em referenciais interdisciplinares e em políticas públicas consistentes, têm o potencial de reconstruir ambientes escolares mais humanos, participativos e promotores de saúde. A luta por melhores condições laborais, por políticas educacionais não adoecedoras e por programas de promoção da saúde mental não é apenas reivindicação de bem-estar, mas parte central da luta pela qualidade da educação e pela valorização da docência.

Quadro 1 – Artigos selecionados para compor a Revisão

TÍTULO	AUTOR	OBJETIVO	ANÁLISE DOS DADOS
Teacher wellbeing in neoliberal contexts	Acton (2015)	Analisar o bem-estar docente em contextos educacionais neoliberais.	Evidencia como a performatividade e a pressão por resultados comprometem a saúde emocional dos professores, revelando que políticas neoliberais intensificam estresse, autocobrança e desvalorização.
Análise de conteúdo	Bardin (2016)	Apresentar métodos sistemáticos para análise qualitativa de dados.	Estrutura metodológica central para pesquisas em educação e saúde mental docente; auxilia na categorização e interpretação rigorosa de dados textuais.

Gestão escolar e saúde mental docente	Bottega & Pedroso (2022)	Investigar relações entre gestão escolar e saúde mental docente.	Pontua que modelos de gestão verticalizados, baseados em controle e metas, agravam desgaste emocional e favorecem práticas desumanizadoras.
Educational accountability and teacher agency	Carrasqueira & Ryan (2022)	Debater como políticas de accountability afetam a autonomia docente.	Indica fragilização da agência docente e aumento da responsabilização individual, reduzindo espaços de autonomia e aumentando ansiedade.
Docência e sofrimento psíquico	Carvalho & Lima (2021)	Examinar o sofrimento psíquico vinculado à burocratização escolar.	Mostra que excesso de tarefas administrativas esvazia a função pedagógica e intensifica sentimentos de impotência, exaustão e alienação.
Teacher emotion co-regulation	Chehayeb et al. (2025)	Compreender a co-regulação emocional na prevenção do estresse.	Demonstra que relações colaborativas reduzem estresse fisiológico e fortalecem resiliência emocional do docente.
Saúde mental docente em tempos de pandemia	Coelho, Silva & Pellegrini (2021)	Analisar rodas de conversa como cuidado emocional na pandemia.	Evidencia a importância de dispositivos coletivos de escuta como estratégias de promoção de saúde mental.
Saúde mental do professor	Costa & Almeida (2020)	Compreender condições de trabalho e políticas institucionais.	Aponta que falta de suporte institucional e precarização das condições laborais são fatores determinantes do adoecimento.
Vivências e adoecimento docente nas políticas de avaliação	Cunha (2024)	Investigar impactos das políticas de avaliação no adoecimento docente.	Revela relação direta entre sistemas avaliativos competitivos e elevação do estresse, ansiedade e burnout.
A precariedade simbólica do ofício docente	Fanizzi (2025)	Analisar deslegitimação simbólica do trabalho docente.	Mostra que falta de reconhecimento social gera sofrimento moral e intensificação do desgaste emocional.
Promoção da saúde mental na escola	Faria & Rodrigues (2020)	Discutir promoção da saúde mental em perspectiva ampliada.	Destaca práticas preventivas interdisciplinares e políticas integradas como fundamentais ao cuidado docente.
Política Nacional de Atenção Psicossocial nas Comunidades Escolares	Fernandes et al. (2024)	Avaliar avanços e desafios de políticas psicossociais escolares.	Identifica lacunas na implementação e desconexão entre diretrizes e realidades escolares, reforçando necessidade de articulação intersetorial.
Métodos e técnicas de pesquisa social	Gil (2019)	Apresentar fundamentos metodológicos da pesquisa social.	Contribui com base teórica para estudos qualitativos sobre saúde mental e políticas docentes.
Professores da educação básica no Brasil	IPEA (2017)	Mapear condições de vida e trabalho docente.	Mostra baixos salários, dupla jornada e condições precárias como fatores que agravam o adoecimento.
School accountability and teacher stress	Jerrim et al. (2021)	Analisar efeitos do accountability no estresse docente.	Confirma aumento de ansiedade devido à pressão por desempenho e comparação entre escolas.
Saúde mental no trabalho	Lavor-Filho et al. (2021)	Examinar interfaces entre trabalho e saúde mental.	Propõe ações interdisciplinares, revelando o impacto da sobrecarga, ritmo acelerado e falta de controle sobre o trabalho.

Educational policies and the disfigurement of schools	Libâneo (2016)	Criticar reformas educacionais neoliberais.	Indica desconfiguração do papel social da escola e intensificação da responsabilização individual.
Accountability and teacher burnout	Li et al. (2023)	Investigar mediação entre accountability e burnout.	Demonstra que exigências geram exaustão emocional e redução da motivação.
Saúde mental de professores	Madalozzo, Marcon & Cioato (2024)	Revisar evidências e propor políticas.	Conclui que adoecimento decorre da intensificação do trabalho e ausência de políticas de cuidado permanente.
Developing teachers' emotional comfort	Mahmood, Talafian & Shafer (2023)	Desenvolver conforto emocional por meio da reflexão colaborativa.	Mostra que apoio coletivo reduz insegurança emocional e fortalece clima escolar saudável.
Saúde mental e trabalho docente	Martins (2019)	Analisar a relação entre trabalho e adoecimento.	Aponta que precarização estrutural é um fator permanente de desgaste emocional.
Cuidar de quem ensina	Martins & Silva (2023)	Avaliar impactos de programas de apoio psicológico.	Demonstra melhora significativa no bem-estar docente quando há programas institucionais de cuidado.
O desafio do conhecimento	Minayo (2022)	Fundamentar pesquisas qualitativas em saúde.	Oferece base metodológica sólida para estudos interdisciplinares de saúde mental docente.
Neoliberalismo, performatividade e saúde docente	Molina Pérez (2024)	Investigar efeitos da lógica neoliberal sobre saúde docente.	Destaca que a performatividade transforma docentes em “executores de metas”, aumentando adoecimento.
Trabalho docente em tempos de pandemia	Neves (2021)	Discutir impactos da pandemia no trabalho docente.	Evidencia intensificação do trabalho remoto, carga emocional ampliada e ausência de suporte institucional.
Políticas de responsabilização e trabalho docente	Oliveira (2018)	Analisar políticas de responsabilização.	Revela que tais políticas geram controle, vigilância e individualização da culpa pelo fracasso escolar.
Tempo, trabalho e intensificação docente	Oliveira & Santos (2022)	Discutir intensificação e temporalidade docente.	Indica que ritmo acelerado e demandas extensas comprometem saúde mental e equilíbrio vida-trabalho.
Saúde mental de professores durante e após a pandemia	Oliveira & Mendes (2022)	Analisar efeitos da pandemia em perspectiva longitudinal.	Mostra aumento de depressão, ansiedade e estresse crônico mesmo após retorno presencial.
Políticas de promoção da saúde mental docente	Oliveira & Mota (2022)	Avaliar políticas distritais de promoção da saúde.	Identifica avanços pontuais, porém insuficientes, e necessidade de políticas integradas.
Mulheres, cuidado e docência	Rodrigues (2020)	Analisar gênero, cuidado e sofrimento mental docente.	Mostra que mulheres docentes enfrentam dupla carga, acentuando sobrecarga emocional.
O professor temporário nas redes estaduais	Santos (2024)	Analisar condições de trabalho do professor temporário.	Evidencia precarização extrema, instabilidade e insegurança emocional.
Oficinas pedagógicas e saúde mental docente	Santos & Queiroz (2023)	Avaliar oficinas como estratégias de promoção de saúde.	Conclui que práticas colaborativas fortalecem vínculos e reduzem sintomas de adoecimento.
Adoecimento docente e	Santos & Rodrigues (2019)	Criticar a medicalização e	Mostra que discursos de responsabilização obscurecem fatores estruturais do adoecimento.

responsabilização individual		culpabilização docente.	
Diversidade e sofrimento docente	Silva & Barreto (2018)	Analisar sofrimento docente sob recorte de gênero e raça.	Evidencia que docentes mulheres e negras enfrentam discriminações que ampliam o sofrimento psíquico.
Condições de trabalho docente na educação básica	Silva (2021)	Avaliar condições de trabalho na educação básica.	Confirma precarização salarial, material e emocional da categoria.
Valorização docente: caminhos e desafios	Silva & Martins (2020)	Analisar políticas de valorização docente.	Indica que valorização insuficiente contribui para desgaste emocional e abandono da carreira.
Sobrecarga e intensificação no trabalho docente	Viegas (2022)	Estudar sobrecarga e intensificação do trabalho.	Demonstra que horas extras, multitarefas e metas geram estresse persistente.
Estudo de caso: métodos	Yin (2018)	Fundamentar pesquisa qualitativa do tipo estudo de caso.	Metodologia essencial para análise de contextos escolares e práticas institucionais.

Fonte: Jesus (2025)

4. Considerações Finais

A discussão desenvolvida ao longo deste estudo permitiu compreender que a saúde mental docente, a precarização das condições de trabalho e as práticas institucionais voltadas à promoção do bem-estar nas escolas constituem dimensões profundamente interligadas, que não podem ser analisadas de maneira fragmentada. Ao retomar a pergunta central da pesquisa — que buscava investigar de que forma as políticas educacionais contemporâneas, os contextos laborais e as práticas institucionais influenciam o adoecimento mental dos professores — confirma-se que a problemática ultrapassa o âmbito individual e alcança esferas organizacionais, políticas e socioculturais que moldam o cotidiano escolar.

A análise dos três subtemas permitiu constatar que a saúde mental dos docentes é fortemente impactada por fatores estruturais, como a intensificação do trabalho, as condições materiais precárias, a sobrecarga burocrática e o crescente distanciamento entre as demandas pedagógicas e as expectativas impostas pelas políticas educacionais. Os professores são submetidos a uma lógica de desempenho contínuo, na qual resultados quantitativos e indicadores de produtividade passam a definir seu valor profissional, produzindo sentimentos de insuficiência, esgotamento e frustração. Esse cenário gera um ambiente propício ao adoecimento, marcado pela pressão por excelência constante, pela falta de reconhecimento e pela inexistência de condições efetivas que garantam o exercício pleno da docência.

A lógica de responsabilização individual, presente em muitos modelos de avaliação, agrava ainda mais esse quadro, pois desloca para o docente a culpa por problemas que têm origem em decisões políticas e institucionais. Ao serem vistos como exclusivamente responsáveis pelo desempenho escolar, muitos profissionais internalizam sentimentos de fracasso que deterioram sua saúde emocional. Isso cria um ciclo perverso, no qual o professor é chamado a responder por desafios que não foram construídos por ele e que não podem ser resolvidos apenas por sua atuação individual.

A pandemia de COVID-19 intensificou esses fatores, ao impor desafios inéditos, pressionar os professores a dominarem rapidamente novas tecnologias, atenderem às demandas emocionais dos alunos e manterem a

qualidade do ensino em condições adversas. Mesmo após o retorno presencial, muitas repercussões emocionais permaneceram, evidenciando que a fragilidade das condições laborais não era circunstancial, mas estrutural. Isso reforça a necessidade de compreender o sofrimento docente não como resultado de crises específicas, mas como um fenômeno contínuo, atravessado por desigualdades, exigências institucionais e modelos de gestão que pouco consideram a dimensão humana do trabalho educativo.

Por outro lado, o estudo também mostrou que existem possibilidades reais de enfrentamento do adoecimento e de promoção da saúde mental nas escolas. As práticas institucionais integradas — como rodas de conversa, oficinas colaborativas, grupos reflexivos, planejamento participativo e ações de formação continuada — revelam que o cuidado pode ser construído de maneira coletiva, dialógica e interdisciplinar. Quando o ambiente escolar favorece a expressão das emoções, a construção de vínculos e o compartilhamento de experiências, há fortalecimento da comunidade docente e desbloqueio de mecanismos internos de proteção emocional.

Essas estratégias não são meras intervenções pontuais, mas parte de uma concepção ampliada de saúde, que reconhece que o sofrimento docente é atravessado por fatores sociais, subjetivos e institucionais. Assim, a promoção do bem-estar exige mais do que ações terapêuticas; requer políticas de gestão democrática, reorganização do trabalho escolar, redução da burocratização e valorização efetiva da profissão docente. A escola precisa ser repensada como espaço de cuidado e pertencimento, onde a autonomia e a colaboração sejam priorizadas sobre a competição e a performatividade.

Ao relacionar os três eixos de discussão, torna-se evidente que a superação do adoecimento docente não depende apenas do esforço individual dos professores, nem da boa vontade das instituições, mas de transformações profundas na forma como o trabalho docente é concebido e avaliado. É necessário superar modelos de gestão baseados exclusivamente em desempenho, metas e resultados, substituindo-os por políticas educacionais que compreendam a complexidade da atividade docente, valorizem a formação humana e reconheçam o papel social da escola.

Do ponto de vista científico, este estudo também evidencia lacunas importantes. Ainda são escassas as pesquisas que articulem, de forma sistemática, políticas públicas, condições laborais e práticas institucionais de cuidado. O campo carece de investigações que analisem longitudinalmente os efeitos de programas de promoção da saúde mental, que considerem desigualdades de gênero, raça e classe no adoecimento docente, e que examinem a relação entre gestão escolar, autonomia docente e bem-estar. Também faltam estudos que explorem como diferentes modelos de formação continuada influenciam a capacidade dos professores de lidar com sofrimento emocional, desafios institucionais e transformações curriculares.

Quanto aos encaminhamentos futuros, torna-se fundamental investir em pesquisas e políticas que articulem educação, saúde coletiva e gestão democrática, fortalecendo a interdisciplinaridade e a participação da comunidade escolar na construção de soluções duradouras. É imprescindível que os sistemas educacionais desenvolvam políticas permanentes de cuidado institucional, formação continuada voltada à saúde mental, redução da carga burocrática, valorização profissional e criação de contextos colaborativos de trabalho. Além disso, sugere-se ampliar investigações sobre práticas inovadoras de promoção do bem-estar docente, analisando seus impactos reais e sua sustentabilidade no cotidiano escolar.

Assim, conclui-se que a saúde mental docente é um indicador da qualidade das relações institucionais, do modelo de gestão educacional e do grau de valorização da profissão. O enfrentamento desse problema não é apenas uma necessidade individual, mas uma responsabilidade coletiva e estrutural. A construção de ambientes educativos saudáveis depende de decisões políticas, reorganizações institucionais e do compromisso ético de reconhecer que não há educação de qualidade quando aqueles que ensinam vivem em permanente sofrimento. A busca por soluções sólidas exige coragem para transformar, sensibilidade para ouvir e compromisso para construir políticas e práticas que promovam, simultaneamente, bem-estar, equidade e justiça educacional.

Referências

ACTON, R. Teacher wellbeing in neoliberal contexts. **Australian Journal of Teacher Education**, v. 40, n. 8, 2015.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.

BOTTEGA, L.; PEDROSO, M. R. Gestão escolar e saúde mental docente: desafios para políticas públicas no contexto contemporâneo. **Revista Brasileira de Política e Administração da Educação**, v. 38, n. 1, p. 40-52, 2022.

CARRASQUEIRA, M.; RYAN, J. **Educational accountability and teacher agency**. London: Routledge, 2022.

CARVALHO, Ana Paula; LIMA, Cláudia Regina. Docência e sofrimento psíquico: entre a burocratização e o esvaziamento da função pedagógica. **Revista Brasileira de Educação**, v. 26, 2021.

CHEHAYEB, K. M. et al. Teacher emotion co-regulation: A physiological and relational approach to stress, resilience, and well-being. **Teaching and Teacher Education**, v. 141, p. 104701, 2025.

COELHO, W. F.; SILVA, L. C.; PELLEGRINI, D. A. Saúde mental docente em tempos de pandemia: rodas de conversa como dispositivo de cuidado. **Revista de Extensão e Estudos Interdisciplinares**, v. 3, n. 1, p. 1-12, 2021.

COSTA, Júlio; ALMEIDA, Renata. Saúde mental do professor: uma análise das condições de trabalho e das políticas de cuidado institucional. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 24, n. 1, 2020.

CUNHA, S. D. M. **Vivências e adoecimento docente nas políticas de avaliação**. Educação & Realidade, Porto Alegre, 2024.

FANIZZI, C. **A precariedade simbólica do ofício docente**: do reconhecimento à deslegitimação. São Paulo: Cortez, 2025.

FARIA, A. L.; RODRIGUES, C. S. Promoção da saúde mental na escola: um olhar ampliado. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 36, n. 2, p. 80-92, 2020.

FERNANDES, A. R. et al. Política Nacional de Atenção Psicossocial nas Comunidades Escolares: avanços, desafios e perspectivas. **Revista de Políticas Educacionais**, v. 28, p. 1-18, 2024.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

IPEA. **Professores da educação básica no Brasil**: condições de vida, inserção no mercado de trabalho e remuneração. Brasília: IPEA, 2017.

JERRIM, J.; et al. **School accountability and teacher stress**. Educational Research and Evaluation, 2021.

LAVOR-FILHO, J. R. et al. Saúde mental no trabalho: evidências teórico-práticas e propostas de intervenção interdisciplinar. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 1, p. 101-112, 2021.

LIBÂNEO, J. C. **Educational policies and the disfigurement of schools**. São Paulo: Cortez, 2016.

LI, G.; et al. **Accountability and teacher burnout: a mediation analysis**. Frontiers in Psychology, 2023.

MADALOZZO, R.; MARCON, C.; CIOATO, L. Saúde mental de professores: revisão integrativa e perspectivas para políticas educacionais. **Revista Brasileira de Educação**, v. 29, p. 1-30, 2024.

MAHMOOD, A.; TALAFIAN, H.; SHAFER, T. Developing teachers' emotional comfort and risk acceptance through collaborative reflection: an emotional-sociological analysis. **Teaching and Teacher Education**, v. 125, p. 1-17, 2023.

MARTINS, L. C. **Saúde mental e trabalho docente**. Porto Alegre: Ed. UFRGS, 2019.

MARTINS, Fábio; SILVA, Tereza. Cuidar de quem ensina: impactos de programas de apoio psicológico em escolas públicas brasileiras. **Educação & Sociedade**, v. 44, 2023.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 15. ed. São Paulo: Hucitec, 2022.

MOLINA PÉREZ, J. **Neoliberalismo, performatividade e saúde docente**. Madrid: Ediciones Complutense, 2024.

NEVES, D. G. **Trabalho docente em tempos de pandemia**. Florianópolis: UFSC, 2021.

OLIVEIRA, M. A. **Políticas de responsabilização e trabalho docente**. Belo Horizonte: Autêntica, 2018.

OLIVEIRA, M. A.; SANTOS, R. P. **Tempo, trabalho e intensificação docente**. Recife: EdUFPE, 2022.

OLIVEIRA, Mário; MENDES, Carla. A saúde mental de professores durante e após a pandemia da COVID-19: um estudo longitudinal. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 38, n. 3, 2022.

OLIVEIRA, G. F.; MOTA, J. P. Análise do Plano Distrital de Educação e suas políticas de promoção da saúde mental docente. **Educação & Sociedade**, v. 43,

e250215, 2022.

RODRIGUES, A. L. **Mulheres, cuidado e docência: desafios contemporâneos**. São Paulo: Annablume, 2020.

SANTOS, J. B. S. **O professor temporário nas redes estaduais**. Campinas: Mercado de Letras, 2024.

SANTOS, M. A.; QUEIROZ, C. V. Oficinas pedagógicas como prática de promoção da saúde mental docente. **Revista Educação em Foco**, v. 28, e023006, 2023.

SANTOS, Luciana; RODRIGUES, Patrícia. Adoecimento docente e responsabilização individual: crítica à medicalização da educação. **Revista de Psicologia Escolar e Educacional**, v. 23, n. 2, 2019.

SILVA, Joana; BARRETO, Maria. Diversidade e sofrimento docente: gênero, raça e saúde mental nas escolas públicas brasileiras. **Revista Estudos Feministas**, v. 26, n. 3, 2018.

SILVA, O. O. N. da. **Condições de trabalho docente na educação básica**. Goiânia: UFG, 2021.

SILVA, T. R.; MARTINS, L. C. **Valorização docente: caminhos e desafios**. Rio de Janeiro: FAPERJ, 2020.

VIEGAS, M. F. **Sobrecarga e intensificação no trabalho docente**. São Paulo: USP, 2022.

YIN, Robert K. **Estudo de caso: planejamento e métodos**. 6. ed. Porto Alegre: Bookman, 2018.