


SAÚDE MENTAL NO AMBIENTE DE TRABALHO: OS RISCOS E A NECESSIDADE DE PROTEÇÃO À SAÚDE DOS PROFESSORES DO ENSINO BÁSICO

MENTAL HEALTH IN THE WORKPLACE: THE RISKS AND THE NEED FOR HEALTH PROTECTION OF BASIC EDUCATION TEACHERS

SALUD MENTAL EN EL LUGAR DE TRABAJO: LOS RIESGOS Y LA NECESIDAD DE PROTECCIÓN DE LA SALUD DE LOS DOCENTES DE EDUCACIÓN PRIMARIA

 <https://doi.org/10.56238/arev8n1-153>

Data de submissão: 29/12/2025

Data de publicação: 29/01/2026

Cleidearte Vieira Santos

Romario Felipe Neris

Mariana Sarro Pereira de Oliveira

RESUMO

A saúde mental no ambiente de trabalho é um campo de investigação complexo, influenciado por aspectos laborais e variáveis do cotidiano do trabalhador, sendo definida pela OMS como um estado de bem-estar que permite ao indivíduo perceber suas capacidades, lidar com o estresse, trabalhar produtivamente e contribuir para a comunidade. O objetivo geral do trabalho foi identificar as iniciativas passíveis de adoção com a finalidade de promover a saúde mental dos professores. A metodologia utilizada consistiu em uma revisão e discussão da literatura científica, com o suporte de dados qualiquantitativos oficiais sobre o adoecimento e acidentes de trabalho de professores da Educação Básica (CNAE 8512, 8513 e 8520) no Brasil no período de 2021 a 2023. Os resultados principais evidenciam que os professores são uma categoria com alta incidência de adoecimento mental, devido a condições de trabalho precárias, como remuneração insuficiente, excesso de burocracia, infraestrutura inadequada, desvalorização social, sobrecarga de atividades e exposição à violência escolar. Tais fatores contribuem para o surgimento de transtornos como ansiedade, depressão e, principalmente, a síndrome de Burnout. A análise dos dados oficiais revela uma tendência preocupante de crescimento nos acidentes de trabalho da categoria no triênio 2021-2023, sugerindo que o aumento está significativamente ligado a questões de saúde mental, as quais são frequentemente subnotificadas em sua origem ocupacional. Conclui-se que a melhoria da saúde mental dos docentes requer a urgente adoção de iniciativas de prevenção contra o adoecimento, valorização profissional, políticas de bem-estar e o fornecimento de apoio psicológico contínuo.

Palavras-chave: Professores. Saúde Mental. Adoecimento Profissional.

ABSTRACT

Mental health in the workplace is a complex field of investigation, influenced by work-related aspects and variables from the worker's daily life, and is defined by the WHO as a state of well-being that allows the individual to recognize their abilities, cope with the normal stresses of life, work productively and fruitfully, and be able to make a contribution to their community. The general objective of this study was to identify initiatives that can be adopted to promote the mental health of teachers. The methodology consisted of a review and discussion of the scientific literature, supported by official qualitative and quantitative data on illness and occupational accidents among Basic

Education teachers (CNAE 8512, 8513, and 8520) in Brazil during the period 2021 to 2023. The main results show that teachers are a professional category with a high incidence of mental illness, due to precarious working conditions, such as insufficient remuneration, excessive bureaucracy, inadequate infrastructure, social devaluation, overload of activities, and exposure to school violence. Such factors contribute to the emergence of disorders such as anxiety, depression, and, especially, Burnout syndrome. The analysis of official data reveals a worrying growth trend in occupational accidents in the category during the three-year period 2021-2023, suggesting that the increase is significantly linked to mental health issues, which are often underreported in their occupational origin. It is concluded that improving the mental health of teachers requires the urgent adoption of illness prevention initiatives, professional valorization, well-being policies, and the provision of continuous psychological support.

Keywords: Teachers. Mental Health. Occupational Illness.

RESUMEN

La salud mental en el trabajo es un campo de investigación complejo, influenciado por aspectos y variables laborales en la vida cotidiana del trabajador. La OMS la define como un estado de bienestar que permite a las personas desarrollar sus capacidades, afrontar el estrés, trabajar productivamente y contribuir a la comunidad. El objetivo general de este estudio fue identificar iniciativas que se puedan adoptar para promover la salud mental del profesorado. La metodología consistió en una revisión y discusión de la literatura científica, respaldada por datos oficiales cualitativos y cuantitativos sobre enfermedades y accidentes laborales entre el profesorado de Educación Básica (CNAE 8512, 8513 y 8520) en Brasil de 2021 a 2023. Los principales resultados muestran que el profesorado es una categoría con alta incidencia de enfermedades mentales debido a condiciones laborales precarias, como remuneración insuficiente, burocracia excesiva, infraestructura inadecuada, devaluación social, sobrecarga de trabajo y exposición a la violencia escolar. Estos factores contribuyen a la aparición de trastornos como la ansiedad, la depresión y, especialmente, el síndrome de burnout. El análisis de datos oficiales revela una preocupante tendencia al alza en los accidentes laborales del profesorado durante el trienio 2021-2023, lo que sugiere que este incremento está significativamente vinculado a problemas de salud mental, que con frecuencia se subregistran debido a su origen ocupacional. Se concluye que mejorar la salud mental del profesorado requiere la adopción urgente de iniciativas de prevención de enfermedades, reconocimiento profesional, políticas de bienestar y la prestación de apoyo psicológico continuo.

Palabras clave: Profesorado. Salud Mental. Enfermedades Profesionales.

1 INTRODUÇÃO

A abordagem a respeito da saúde mental no ambiente de trabalho envolve diversos aspectos que se relacionam à atividade laboral, ainda que sofra influência também de outras variáveis inerentes a cada trabalhador e ao seu cotidiano, nos demais ambientes por ele frequentados. Nesse contexto, tem-se a constatação a respeito da abrangência do conceito de saúde mental, compreendida por Alcântara, Vieira e Alves (2022) como um complexo objeto de investigação, definido pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como sendo o estado de bem-estar que possibilite ao indivíduo perceber suas próprias capacidades, conviver com as tensões da vida, trabalhar de modo produtivo e frutífero e contribuir para a sua comunidade.

A saúde mental não é simplesmente a ausência de doença ou enfermidade. Em vez disso, a saúde mental opera em um *continuum*, tipicamente variando de saudável a doente. Em uma extremidade está um estado de saúde mental, sendo que na extremidade oposta está a doença mental, que se refere a um transtorno psicológico diagnosticável caracterizado pela desregulação do humor, pensamento e/ou comportamento. Quase 300 doenças mentais são classificadas na quinta edição do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V) e podem diferir com base na idade de início, sintomatologia, cronicidade e gravidade (Kelloway; Dimoff; Gilbert, 2023).

A exposição a riscos psicossociais pode provocar distúrbios psicológicos e resultar em problemas físicos, que têm sua origem em um quadro mental já debilitado. Os transtornos psíquicos, devido à sua complexidade, apresentam dificuldades de diagnóstico diferencial, especialmente quando relacionados ao ambiente de trabalho (Fernandes; Passos, 2021).

O ambiente de trabalho exerce uma influência importante na saúde mental das pessoas. Condições desfavoráveis, como altos níveis de estresse, falta de apoio emocional, pressão excessiva, assédio moral e desequilíbrio entre trabalho e vida pessoal, podem sobrecarregar o cérebro e resultar em diversos problemas de saúde mental. Essas situações podem contribuir para o surgimento de transtornos psicológicos, como ansiedade, depressão e burnout. A psicologia organizacional, voltada para o estudo do comportamento dos funcionários nas empresas, adapta os princípios da psicologia à gestão de recursos humanos. Ao incluir psicólogos organizacionais, as empresas conseguem analisar as características individuais dos trabalhadores, entendendo suas personalidades, habilidades e aptidões (Dapper; Moreira Sobrinho, 2023).

Entre as categorias nas quais a incidência de adoecimento mental é elevada situam-se os professores. Mesmo com o alto número de publicações científicas a respeito dos problemas relacionados à saúde e adoecimento dos professores no Brasil, são poucos aqueles que se relacionam à existência de programas voltados à minimização da ocorrência destas condições adversas. Este

reduzido número de estudos pode, segundo os autores, ter como hipóteses a falta de divulgação dos gestores sobre a realização de programas nesse sentido, o desinteresse das instituições de pesquisa sobre o assunto ou realmente a inexistência de programas nesse sentido (Santana; Neves, 2017). Nesse contexto, pergunta-se: quais as iniciativas devem ser tomadas no sentido de promover a saúde mental no ambiente de trabalho dos professores?

A hipótese a ser testada é de que a melhoria da saúde mental do contexto da educação requer a adoção de iniciativas no campo da prevenção contra o adoecimento, evitando a sobrecarga de trabalho, promovendo políticas de valorização, de bem-estar, de conscientização e de apoio psicológico.

O objetivo geral do trabalho foi identificar as iniciativas passíveis de adoção com a finalidade de promover a saúde mental dos professores. Os objetivos específicos foram conceituar a saúde mental em geral e no trabalho, discutir as implicações intrínsecas às condições adversas quanto à saúde no ambiente laboral e contextualizar as ações empreendidas pelas organizações com a finalidade de favorecer a saúde mental do trabalhador.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 SAÚDE MENTAL NO TRABALHO: ASPECTOS CONCEITUAIS

A importância da saúde mental no âmbito das políticas públicas tem ganhado destaque, apoiada por inúmeras pesquisas que, nas últimas décadas, apontam a estreita relação entre as condições psicossociais do trabalho e o bem-estar psicológico dos profissionais. Para mitigar os efeitos prejudiciais do ambiente ocupacional sobre a saúde mental, torna-se essencial implementar estratégias integradas em três níveis: a prevenção primária, que busca reduzir as fontes de estresse associadas ao indivíduo e ao contexto social; a intervenção secundária, voltada à mitigação dos danos e ao fortalecimento dos recursos pessoais e coletivos; e a ação terciária, direcionada à reabilitação tanto dos trabalhadores quanto dos sistemas sociais, como o local de trabalho (Guimarães; Laudelino Neto; Massuda Júnior, 2020).

Os transtornos mentais e comportamentais se destacam por envolverem alterações que afetam o pensamento, o humor e o comportamento, frequentemente acompanhadas por sofrimento emocional e declínio funcional. Estudos indicam que, quando relacionados ao trabalho, esses transtornos podem estar associados a casos de suicídio ocupacional. Tais prejuízos à saúde dos trabalhadores não decorrem de fatores isolados, mas de um ambiente laboral complexo, no qual as exigências físicas e psicológicas impactam de forma integrada o bem-estar da população economicamente ativa (Fernandes et al., 2018).

Nas áreas urbanas, a falta de tempo tem se mostrado um dos principais desafios à saúde mental dos trabalhadores. O longo deslocamento até o trabalho e a valorização social do trabalho como eixo central da vida contribuem para o agravamento de transtornos mentais e comportamentais. A ausência de tempo para lazer, autocuidado, convivência familiar e qualificação profissional resulta em um processo contínuo de adoecimento, comprometendo o desempenho e a qualidade de vida do trabalhador (Fernandes et al., 2018).

A saúde mental precária e o menor bem-estar dos trabalhadores podem levar a uma menor satisfação, menor desempenho no trabalho, esgotamento e aumento do risco de riscos ocupacionais. Como os trabalhadores também fazem parte da comunidade, os efeitos da saúde mental precária também podem afetar a família e a sociedade. Maior saúde mental e bem-estar podem levar a uma maior produtividade no trabalho, comportamentos mais pró-sociais, maior criatividade, maior longevidade, melhor saúde física e relacionamentos interpessoais mais positivos (Sarkar et al., 2024).

Existe uma inconsistência considerável em torno da terminologia, operacionalização e medição da saúde mental, levando a uma sobreposição significativa entre muitos construtos relacionados à saúde mental. Essa sobreposição pode ser parcialmente atribuída à escassez de teoria em torno da saúde mental e da doença mental nas ciências organizacionais, deixando o desenvolvimento, a definição e a medição do construto um tanto infundados. O interesse crescente em pesquisas sobre saúde mental relevantes para o local de trabalho também resultou em pesquisas bastante isoladas, nas quais acadêmicos em disciplinas diferentes, embora semelhantes, estão usando seus próprios conjuntos de terminologia e ferramentas de medição (Kelloway; Dimoff; Gilbert, 2023).

Esta definição remete à existência de variáveis que devem ser observadas para que se possa caracterizar a condição de saúde mental, compreendendo que tais abordagens possuem especificidades a serem observadas, como exemplo da saúde mental no ambiente de trabalho. Conforme a Organização Internacional do Trabalho (OIT, 2022), aproximadamente 12 bilhões de dias de trabalho são perdidos anualmente devido à depressão e à ansiedade, sendo que a OMS publicou diretrizes sobre saúde mental no trabalho, que recomendam ações para lidar com riscos como sobrecarga de trabalho e comportamentos negativos.

Prudenzi et al. (2024) afirma a necessidade de aprimoramento quanto à saúde mental dos trabalhadores, por meio de seu engajamento, considerando que as condições adversas de saúde mental frequentemente proporcionam relacionamentos interpessoais no trabalho, por exemplo, desafios em revelar um problema de saúde mental a um gerente ou buscar ativamente o apoio de um gerente sem medo de estigma. Ter conversas abertas sobre saúde mental no trabalho é uma das maneiras mais econômicas de apoiar a saúde mental dos funcionários.

2.2 SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES NA EDUCAÇÃO BÁSICA: ASPECTOS GERAIS E DADOS QUALIQUANTITATIVOS

A compreensão acerca da saúde do docente é essencial para subsidiar ações voltadas à melhoria das condições de trabalho, frequentemente marcadas por longas jornadas, ausência de políticas públicas integradas e coerentes, além de um cenário que favorece o adoecimento físico e mental dos professores (Cortês, 2017).

A precarização do trabalho docente configura-se em um dilema. De um lado, as exigências da gestão escolar seguem um modelo de organização rígido e produtivista, fundamentado no fordismo-taylorismo; de outro, a prática pedagógica cotidiana demanda flexibilidade e adaptação constantes, características do toyotismo. Essa coexistência de paradigmas opostos tem contribuído para a terceirização das funções docentes, criando distinções entre “bons” e “maus” professores, baseadas em critérios que acabam desvalorizando a profissão. Assim, o desgaste, o adoecimento e o abandono da carreira não se explicam apenas pelas dificuldades inerentes ao processo de ensino-aprendizagem, mas também pelas tensões nas relações interpessoais entre docentes, gestores e estudantes (Saltini; Vidal; Oliveira Sobrinho, 2014).

Martins, Araújo e Vieira (2019) constataram que os profissionais da educação enfrentam condições de trabalho adversas, caracterizadas por remuneração insuficiente, excesso de burocracia e infraestrutura inadequada. Esses elementos contribuem para o aumento do uso de medicamentos e para o adoecimento físico e mental dos docentes. Os autores enfatizam a necessidade de novas pesquisas voltadas à compreensão mais ampla da realidade desses profissionais, visando à promoção de melhorias nas condições de trabalho e de saúde.

Dalcin e Carlotto (2017) apontam que há uma elevada incidência de transtornos entre os docentes, o que evidencia a necessidade de identificar lacunas nos cuidados destinados a esses profissionais, especialmente no que se refere à Síndrome de Burnout.

A sobrecarga de atividades desempenhadas pelos professores torna-os mais vulneráveis ao desgaste físico e emocional. A literatura aponta o aumento progressivo de agravos à saúde docente em razão de fatores diversos. De acordo com Diehl e Marin (2016), estudos publicados entre 2010 e 2015, em sua maioria conduzidos em escolas públicas, evidenciam que os níveis de ensino Fundamental e Médio são os que mais expõem os educadores a ambientes de alta exigência e maior incidência de conflitos.

Ressalta-se que, segundo Levorato (2015), os docentes brasileiros enfrentam algumas das piores condições de trabalho do mundo, caracterizadas por salários reduzidos, infraestrutura

deficiente e escassez de recursos para o exercício adequado de suas funções. Tais condições podem contribuir significativamente para o surgimento de doenças físicas e transtornos mentais.

A saúde mental do professor, conforme observam Diehl e Marin (2016), está associada a múltiplos fatores, como o envolvimento emocional com os alunos, a desvalorização profissional perante a sociedade, a indisciplina em sala de aula, a falta de motivação e interesse pelo trabalho, a carência de lazer e descanso, entre outros aspectos que favorecem o adoecimento psíquico.

As autoras também destacam como causas da sobrecarga de trabalho as reuniões, as tarefas extraclasse, a pressão por tempo e os comportamentos inadequados de alunos. Problemas como dificuldades de relacionamento, falta de limites, pouca participação familiar e deficiências na estrutura física das escolas se somam, potencializando o risco de adoecimento entre os professores (Diehl; Marin, 2016).

As condições precárias de trabalho têm resultado em diferentes tipos de adoecimento entre os docentes, com destaque para transtornos mentais e comportamentais, distúrbios da fala e doenças osteomusculares. No campo da saúde mental, predominam diagnósticos de estresse e síndrome de Burnout (Gouvêa, 2016).

Para Trindade, Morcerf e Oliveira (2018), a síndrome de Burnout figura entre os problemas mais recorrentes na categoria docente, sendo entendida como uma resposta crônica ao estresse ocupacional. Embora também observada em médicos, bombeiros e policiais, essa síndrome é particularmente frequente entre professores e manifesta-se por sintomas de despersonalização e baixa realização profissional.

O acúmulo de funções inerente à profissão gera estresse, fadiga e distúrbios do sono, os quais estão associados a transtornos mentais comuns (Trindade; Morcerf; Oliveira, 2016). Esse acúmulo reflete uma mudança no papel do professor, que deixa de se limitar à mediação do processo de ensino-aprendizagem para assumir tarefas de natureza administrativa, comunitária e de planejamento escolar.

Muitos professores demonstram desmotivação e insatisfação com o exercício da profissão, fatores que afetam diretamente sua saúde física e mental, bem como o desempenho dos alunos e a qualidade do ensino. Essa desmotivação está relacionada a diversos aspectos, como os baixos salários, frequentemente atrasados ou parcelados, a falta de reconhecimento social, a sobrecarga de tarefas, a indisciplina dos alunos, a pressão de pais e gestores, além da violência e da falta de segurança no ambiente escolar (Silva et al., 2023).

A intensa rotina de trabalho docente, marcada por longas jornadas e altas exigências de atenção e concentração, contribui para o surgimento de sintomas de estresse, ansiedade, cansaço e irritabilidade. A frustração profissional, segundo os autores, decorre da ausência de valorização da

carreira, das condições precárias de trabalho e da insuficiência de tempo e recursos para cumprir as metas pedagógicas. Esse cenário gera sentimentos de impotência e sobrecarga, reforçando o desgaste emocional e a insatisfação entre os educadores (Silva et al., 2023).

Fatores como a sobrecarga de trabalho, a pressão por desempenho, a desvalorização profissional, o estresse e a violência no ambiente escolar frequentemente levam a transtornos mentais e comportamentais (como *Burnout*, depressão e ansiedade), que são as principais causas de afastamento na categoria (Fernandes et al., 2018; Sarkar et al., 2024). A observação destes números é um indicativo do adoecimento da categoria docente e da urgência em reconhecer o impacto das condições de trabalho na saúde psíquica dos professores.

Na pesquisa conduzida por Queiroz e Marinho (2020), envolvendo 320 professores da educação básica, verificou-se que o baixo salário constitui o principal fator de estresse, sendo apontado por 62,4% dos participantes. Outros fatores significativos incluem a falta de envolvimento das famílias na vida escolar dos alunos (19,6%) e as deficiências estruturais das escolas (10,9%). As doenças psicossomáticas foram as mais prevalentes, atingindo 24% dos docentes. Esses achados reforçam a urgência de políticas públicas voltadas à valorização profissional e à melhoria das condições laborais, como forma de minimizar o estresse e a incidência de doenças na categoria.

As estratégias defensivas adotadas pelos professores incluem um forte envolvimento emocional com os alunos, assumindo papéis semelhantes aos de profissionais da saúde, como psicólogos, dentistas e médicos. Além disso, muitos docentes investem recursos próprios na aquisição de materiais pedagógicos, com o objetivo de melhorar a qualidade do ensino. Já as estratégias de mobilização subjetiva e coletiva envolvem a troca de ideias para solucionar os desafios enfrentados, a colaboração entre colegas e a promoção de debates públicos voltados à transformação das condições de trabalho (Freitas; Facas, 2013).

Avanzi et al. (2019) analisaram os impactos físicos e psicológicos decorrentes do adoecimento dos profissionais da educação em duas escolas públicas de Governador Valadares. Os resultados indicaram que os principais motivos de afastamento registrados em atestados médicos foram procedimentos cirúrgicos (33%) e gestação (20%). Além disso, observou-se que 65% dos docentes relataram esgotamento físico em diferentes níveis, sendo que 26% se apresentaram muito esgotados e 39% pouco esgotados. Quanto ao esgotamento emocional, 51% apresentaram sintomas, sendo 18% em grau elevado e 33% em grau moderado.

De acordo com uma pesquisa conduzida pela Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE), que envolveu mais de 100 mil professores e diretores, o Brasil ocupa a primeira posição em casos de violência contra docentes. O levantamento, realizado em 34

países, revelou que 12,5% dos professores brasileiros já sofreram agressões verbais ou intimidações de alunos ao menos uma vez por semana (Tenente; Fajardo, 2017).

Uma pesquisa realizada com mais de cinco mil educadores de todo o país, revelou que dois terços dos participantes já precisaram se afastar por motivos de saúde, destacando-se ansiedade, estresse, cefaleia e insônia como os principais problemas. Outro estudo, realizado pela Universidade Federal de Minas Gerais com 6.510 professores, apontou que 14,6% apresentavam problemas respiratórios, 14,5% emocionais e 17,7% vocais, sendo que 69,1% se ausentaram do trabalho ao menos um dia em 2017 devido a questões de saúde (Teixeira, 2018).

Barros e Louzada (2007) investigaram a conexão entre o sofrimento e o descontentamento no exercício da docência, concluindo que essa relação é concreta e influenciada por diversos fatores, como a precarização das condições de trabalho nas escolas, os vínculos temporários que geram insegurança, a escassez de investimentos em formação continuada e a fragilidade das relações interpessoais no ambiente profissional. Assim, torna-se essencial considerar o impacto do contexto organizacional nos aspectos relacionados à Psicologia do Trabalho.

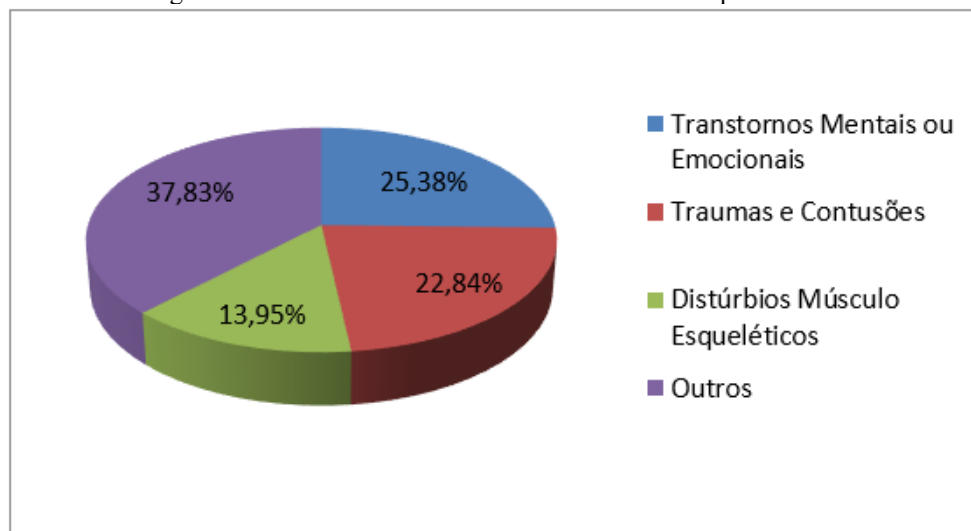
Batista, Carlotto e Moreira (2013) realizaram um estudo com professores do Ensino Fundamental da rede municipal de João Pessoa (PB), analisando 414 prontuários médicos entre 1999 e 2006. Os dados mostraram que mais da metade dos diagnósticos (50,96%) estava relacionada à depressão, sendo a grande maioria dos casos composta por mulheres (97,1%).

Os autores também observaram a necessidade de licenças médicas sucessivas, com duração de trinta dias, em diversos casos. Constatou-se ainda que os afastamentos por transtornos mentais foram mais frequentes entre docentes com idade acima de quarenta anos, evidenciando a vulnerabilidade desse grupo profissional ao adoecimento psicológico.

Segundo Schuster e Schroeder (2017), até a década de 1960 o magistério era uma profissão socialmente valorizada, com boa remuneração e estabilidade; entretanto, a partir dos anos 1970, o crescimento populacional e a ampliação dos serviços públicos gratuitos contribuíram para a precarização do trabalho docente.

Em um estudo conduzido por Schuster e Schroeder (2017), que analisou 394 atestados médicos de docentes da rede municipal de Cascavel (PR), constatou-se que 96% foram emitidos por professoras. Os transtornos mentais e emocionais apareceram como principais causas de afastamento (Figura 1).

Figura 1 – Percentual das causas de adoecimento dos professores

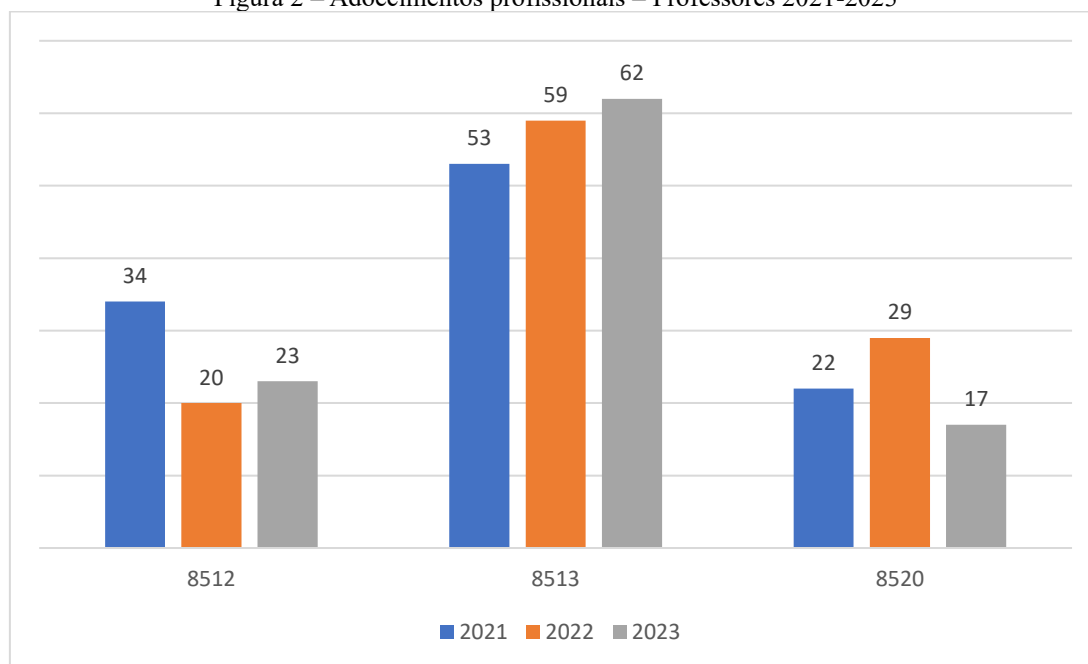


Fonte: Schuster; Schroeder (2017) (Adaptado pelos autores)

Nesse contexto, Penteadó e Souza Neto (2019) afirmam que os estudos conduzidos por Dejours sobre psicodinâmica e psicopatologia do trabalho proporcionam uma compreensão aprofundada dos processos que envolvem saúde, prazer, sofrimento e adoecimento no contexto laboral. Esses estudos introduzem uma nova perspectiva teórica centrada na organização do trabalho e nos múltiplos tipos de sofrimento, físico e psíquico, que podem afetar os trabalhadores.

Os CNAEs 8512, 8513 e 8520 abrangem, respectivamente, as atividades docentes em instituições de pré-escola para crianças de 4 a 5 anos, creches que atendem crianças de 0 a 3 anos com cuidados e atividades educativas e escolas que oferecem ensino fundamental do 1º ao 9º ano, evidenciando a organização das diferentes etapas da educação básica. Observando as estatísticas relacionadas ao adoecimento profissional dos professores (CNAE 8512, 8513 e 8520), observa-se a evolução no período entre 2021, 2022 e 2023. Os dados podem ser observados na Figura 2:

Figura 2 – Adoecimentos profissionais – Professores 2021-2023

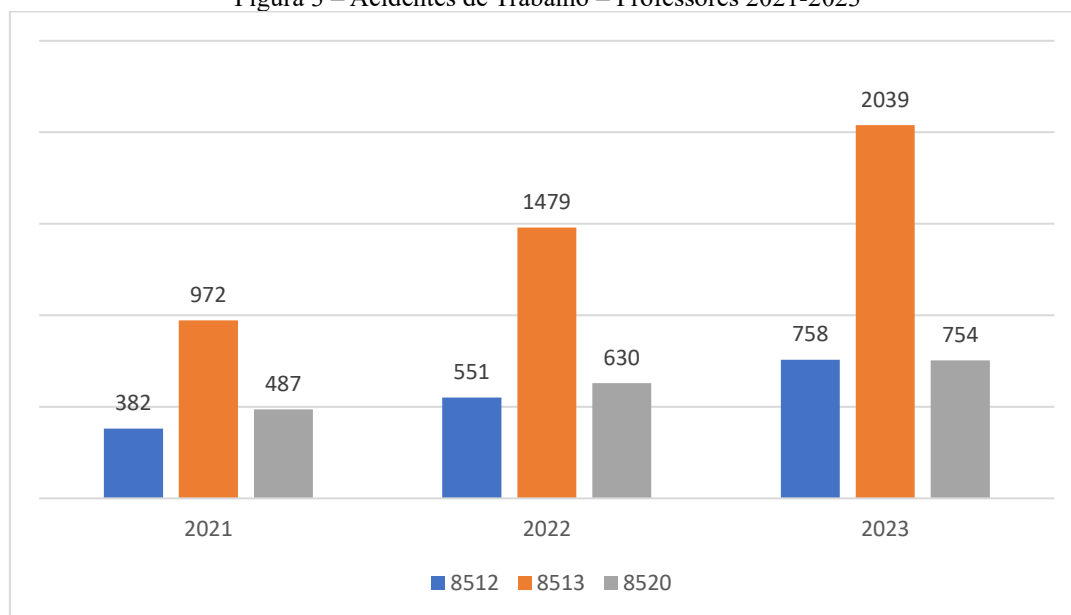


Fonte: Brasil (2024) (Adaptado pelos autores)

O afastamento de um professor por questões de saúde mental é classificado como acidente de trabalho não por ser uma doença ocupacional gradual (como o *Burnout*), mas sim quando decorre de um evento súbito e traumático ocorrido no ambiente de trabalho ou a serviço dele, conforme o Art. 21, II, "a" e "c", da Lei 8.213/91. Essa legislação equipara à ocorrência acidentária a lesão sofrida em razão de ofensa física intencional (inclusive de terceiro, por motivo de disputa relacionada ao trabalho) e eventos catastróficos. Exemplos claros incluem o professor que sofre ou testemunha agressão física ou verbal intensa de aluno/responsável, assalto, sequestro (inclusive no percurso) ou a morte súbita de alguém na escola. O dano mental, como Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) ou crise aguda de pânico, é a consequência imediata desse choque.

Diante dessas afirmações, é pertinente a abordagem a respeito do total de acidentes de trabalho dos professores (CNAE 8512, 8513 e 8520) (Figura 3):

Figura 3 – Acidentes de Trabalho – Professores 2021-2023



Fonte: Brasil (2024) (Adaptado pelos autores)

Os dados apresentados, relativos a acidentes de trabalho de professores na Educação infantil - pré-escola (CNAE 8512 e 8513 - Ensino fundamental) e Ensino médio (8520), revelam uma preocupante tendência de crescimento no número de ocorrências ao longo do triênio 2021-2023. O aumento é notório em todos os segmentos: no CNAE 8513, os casos subiram de 972 para 2039, mais que o dobro; no 8512, de 382 para 758; e no 8520, de 487 para 754.

Esse crescimento da incidência de acidentes em um meio que é essencialmente intelectual e de formação, e que não deveria, em princípio, ser um grande gerador de danos físicos, sugere que as estatísticas gerais de acidentes de trabalho incluem, de forma significativa e crescente, questões intrínsecas à saúde mental.

Ressalta-se, no entanto, que a subnotificação pode ser um argumento para a consideração de que os dados oficiais omitam o quantitativo real de acidentes de trabalho e adoecimentos profissionais por parte dos professores na Educação Básica. Nesse sentido é pertinente a consideração trazida pela Fundacentro (Brasil, 2023), de que apesar de os transtornos mentais serem a principal causa de afastamento entre os servidores municipais de São Paulo, especialmente no setor de educação, há uma forte evidência de subnotificação quanto à sua origem ocupacional. Conforme o Sindsep, em 2022, 43% de todos os afastamentos dos 125 mil servidores (sendo 75 mil da área da educação) foram motivados por transtornos mentais.

No entanto, o problema da subnotificação se manifesta no fato de que, desses casos, apenas 10% foram oficialmente reconhecidos como doenças relacionadas ao trabalho, indicando que a

grande maioria dos adoecimentos psíquicos no serviço público, embora prevalentes, não está sendo devidamente correlacionada às condições e pressões do ambiente de trabalho (Brasil, 2023).

3 METODOLOGIA

A metodologia utilizada foi a revisão narrativa de literatura, de caráter qualitativo, com fundamento em livros, artigos científicos, teses e dissertações, publicados nas bases Scielo e Google Acadêmico. Optou-se pela revisão narrativa em virtude de sua flexibilidade para abordar temas complexos e interdisciplinares, como saúde mental no ambiente de trabalho. A revisão narrativa permite uma análise mais aprofundada das diferentes perspectivas teóricas e metodológicas sobre o tema, o que é fundamental para compreender a complexidade do fenômeno em estudo.

Os critérios de inclusão dizem respeito ao idioma, português ou inglês; à pertinência ao tema proposto e à publicação integral do material. Os critérios de exclusão compreendem os trabalhos de graduação e estudos bibliométricos.

Após a identificação dos estudos, foi realizada uma leitura detalhada dos títulos e resumos para verificar a sua relevância para a pesquisa. Os estudos que atenderem aos critérios de inclusão serão selecionados para leitura integral. Durante a leitura, foram extraídos dados sobre os objetivos, metodologia, resultados e discussões de cada estudo, os quais serão organizados em uma planilha.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A análise da literatura abordada favorece a compreensão do tema, sendo possível a definição de categorias de análise. Nesse sentido, foram definidas três categorias, que consideram a conceituação e a complexidade da saúde mental no trabalho, as condições adversas e adoecimento docente e o impacto estatístico e subnotificação do adoecimento. Estas categorias encontram-se indicadas no Quadro 1:

Quadro 1 – Categorias de análise observadas na revisão de literatura

CATEGORIA	DEFINIÇÃO DA CATEGORIA	AUTORES QUE A ABORDARAM
Conceituação e Complexidade da Saúde Mental no Trabalho	Envolve a definição de saúde mental como um estado de bem-estar (OMS), que abrange a capacidade do indivíduo de funcionar de modo produtivo e lidar com o estresse, distinguindo-a da doença mental (transtorno diagnosticável). Inclui a compreensão da influência do ambiente laboral e dos riscos psicossociais, bem como a necessidade de estratégias de prevenção em três níveis (primária, secundária e terciária).	Alcântara, Vieira e Alves (2022); Kelloway, Dimoff e Gilbert (2023); Fernandes e Passos (2021); Dapper e Moreira Sobrinho (2023); Guimarães, Laudelino Neto e Massuda Júnior (2020); Fernandes et al. (2018); Sarkar et al. (2024); OIT (2022); Prudenzi et al. (2024).
Condições Adversas e Adoecimento Docente	Refere-se aos fatores específicos do trabalho dos professores, como remuneração insuficiente, excesso de burocracia, infraestrutura inadequada, desvalorização profissional, longas jornadas e violência, que levam a um estado de sobrecarga física e emocional. O adoecimento se manifesta em transtornos como estresse, ansiedade, depressão e, em especial, a Síndrome de Burnout.	Santana e Neves (2017); Cortês (2017); Saltini, Vidal e Oliveira Sobrinho (2014); Martins, Araújo e Vieira (2019); Diehl e Marin (2016); Levorato (2015); Gouvêa (2016); Trindade, Morcerf e Oliveira (2018); Trindade, Morcerf e Oliveira (2016); Silva et al. (2023); Queiroz e Marinho (2020); Avanzi et al. (2019); Tenente e Fajardo (2017); Teixeira (2018); Schuster e Schroeder (2017); Penteado; Souza Neto (2019)
Impacto Estatístico e Subnotificação do Adoecimento	Análise dos dados quantitativos de acidentes de trabalho e adoecimentos profissionais (CNAE 8512, 8513 e 8520), que demonstram um crescimento preocupante e sugerem que os problemas de saúde mental estão cada vez mais ligados às estatísticas de afastamento na categoria docente. Ressalta a questão da subnotificação, onde a origem ocupacional dos transtornos mentais é frequentemente negligenciada nos registros oficiais.	Barros; Louzada (2007); Brasil (2024); Freitas; Facas (2013); Dalcin; Carlotto, 2017; Fernandes et al. (2018); Sarkar et al. (2024); Brasil (2023)

Fonte: Dados da Pesquisa (2025)

A discussão sobre a Conceituação e Complexidade da Saúde Mental no Trabalho é central, visto que a saúde mental não se restringe à ausência de doença, mas é um estado de bem-estar definido pela OMS (citado por Alcântara, Vieira e Alves, 2022). O ambiente de trabalho, conforme Dapper e Moreira Sobrinho (2023), exerce grande influência, sendo a exposição a riscos psicossociais capaz de gerar distúrbios, conforme alertam Fernandes e Passos (2021).

Kelloway, Dimoff e Gilbert (2023) apontam a dificuldade na terminologia e medição, o que reforça a complexidade do tema nas ciências organizacionais. Estratégias de intervenção em três níveis, primário, secundário e terciário, são essenciais para mitigar os efeitos prejudiciais do ambiente ocupacional, segundo Guimarães, Laudelino Neto e Massuda Júnior (2020), especialmente

considerando que transtornos mentais e comportamentais estão associados a prejuízos funcionais e até a casos de suicídio ocupacional, como mostram Fernandes et al. (2018).

A análise das condições adversas e adoecimento docente revela que o grupo de professores é particularmente vulnerável ao adoecimento mental, o que motivou a presente pesquisa (Santana e Neves, 2017). Martins, Araújo e Vieira (2019) e Levorato (2015) destacam que as condições de trabalho precárias no Brasil, como salários baixos, infraestrutura deficiente e excesso de burocracia, geram sobrecarga e esgotamento. Essa sobrecarga é um fator chave no desgaste, conforme Diehl e Marin (2016) e Silva et al. (2023), que também citam a frustração, a desvalorização social e a violência como agravantes (Teixeira, 2018; Tenente e Fajardo, 2017).

A precarização, vista por Saltini, Vidal e Oliveira Sobrinho (2014) como um dilema entre modelos de gestão, resulta na alta prevalência de transtornos. O adoecimento se manifesta notavelmente como estresse e Síndrome de Burnout (Gouvêa, 2016; Trindade, Morcerf e Oliveira, 2018; 2016; Schuster e Schroeder, 2017), sendo as dificuldades de relacionamento e a falta de limites na sala de aula aspectos adicionais que potencializam o risco, como indicam Diehl e Marin (2016) e Queiroz e Marinho (2020).

No que diz respeito ao Impacto Estatístico e Subnotificação do Adoecimento, os dados adaptados do Brasil (2024) sobre acidentes de trabalho de professores na Educação Básica (CNAE 8512, 8513 e 8520) revelam um crescimento alarmante entre 2021 e 2023. Esse aumento em um setor intelectual sugere que as questões de saúde mental, como *Burnout*, depressão e ansiedade, frequentemente as principais causas de afastamento, segundo Sarkar et al. (2024) e Fernandes et al. (2018), estão crescentemente sendo incluídas nas estatísticas gerais de acidentes. Contudo, persiste o problema da subnotificação, como apontado por dados oficiais (Brasil, 2023) apesar da alta prevalência de transtornos mentais entre os servidores da educação, a grande maioria dos casos não é oficialmente reconhecida como de origem ocupacional.

Diante desse cenário, a urgência em adotar Iniciativas para Promoção da Saúde Mental é evidente. A hipótese central do estudo, sugerindo que a melhoria requer prevenção, valorização, bem-estar e apoio psicológico, é corroborada pela literatura. Prudenzi et al. (2024) reforçam a necessidade de aprimorar a saúde mental por meio do engajamento e de conversas abertas no trabalho, reconhecendo que a saúde mental precária leva a menor produtividade e bem-estar, conforme Sarkar et al. (2024).

A Organização Internacional do Trabalho (OIT, 2022) já indica a perda anual de 12 bilhões de dias de trabalho devido a depressão e ansiedade, validando a necessidade de ações recomendadas pela OMS. Portanto, as iniciativas devem focar na prevenção primária, como sugerido por Guimarães,

Laudelino Neto e Massuda Júnior (2020), e preencher a lacuna de programas específicos para a categoria, como observado por Santana e Neves (2017), a fim de reverter o quadro de adoecimento docente.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo buscou identificar as iniciativas necessárias para promover a saúde mental dos professores. Verificou-se que a saúde psíquica da categoria docente está significativamente comprometida, sendo os profissionais da educação altamente vulneráveis ao adoecimento. As evidências apontam que essa condição não é apenas um reflexo de fatores individuais, mas está intrinsecamente ligada à estrutura e dinâmica do trabalho.

Em relação aos objetivos, a pesquisa conseguiu conceituar a saúde mental no trabalho e discutir as implicações das condições adversas. A revisão teórica demonstrou que a saúde mental é um complexo contínuo de bem-estar, sendo a presença de riscos psicossociais no ambiente escolar o principal catalisador de transtornos como o *Burnout*. Fatores como a desvalorização profissional, a sobrecarga de responsabilidades, a falta de infraestrutura e a exposição à violência criam um cenário que exige uma resposta imediata e estrutural, extrapolando a mera responsabilidade individual.

A análise quantitativa da progressão dos acidentes de trabalho na Educação Básica (CNAE 8512, 8513 e 8520) reforça a urgência do tema. O aumento expressivo nas notificações sugere que as fragilidades psíquicas estão se manifestando de forma cada vez mais aguda no ambiente laboral, impactando a capacidade produtiva. Este indicador, aliado à forte evidência de subnotificação da origem ocupacional dos transtornos mentais, aponta para uma crise de saúde pública que exige o reconhecimento formal da relação entre o ambiente de ensino e o adoecimento.

Com base nos resultados obtidos, a hipótese foi confirmada, uma vez que o estudo evidenciou que a melhoria da saúde mental no contexto educacional depende diretamente da adoção de iniciativas preventivas e estruturais. As análises demonstraram que o adoecimento docente está fortemente relacionado às condições de trabalho e não apenas a fatores individuais, reforçando a necessidade de políticas de valorização, promoção do bem-estar, redução da sobrecarga e oferta de apoio psicológico. Assim, os achados corroboram que somente por meio de ações integradas e preventivas é possível enfrentar a crescente vulnerabilidade psíquica dos professores e promover ambientes escolares mais saudáveis.

Diante disso, as iniciativas passíveis de adoção situam-se no campo da prevenção e da valorização. É necessário que as políticas públicas sejam voltadas para ações que minimizem a sobrecarga de trabalho e promovam um efetivo equilíbrio entre a vida profissional e pessoal dos

docentes. As intervenções devem ser pautadas em uma abordagem integrada (primária, secundária e terciária), incluindo a melhoria das condições de trabalho (salário, infraestrutura e segurança) e o fornecimento de apoio psicológico acessível, sem o estigma associado aos problemas de saúde mental.

A contextualização das ações empreendidas pelas organizações mostrou uma lacuna, considerando que a literatura aponta a escassez de programas específicos voltados à minimização das condições adversas para os professores. Essa carência indica que, apesar de o problema ser vastamente reconhecido na esfera acadêmica, as instituições e os gestores ainda não implementaram, ou não divulgaram, programas de bem-estar e conscientização em uma escala compatível com a gravidade do quadro.

A promoção da saúde mental dos professores exige um compromisso do poder público, na formulação de políticas de valorização e estruturais; das instituições de ensino, na criação de um ambiente de apoio e prevenção; e da própria sociedade, no resgate do valor social do magistério. Sugere-se que pesquisas futuras se concentrem na avaliação da eficácia de programas de prevenção e intervenção já existentes, a fim de gerar modelos práticos e replicáveis que possam, de fato, reverter o ciclo de desgaste e adoecimento da categoria docente no Brasil.

REFERÊNCIAS

ALCÂNTARA, V. P.; VIEIRA, C. A. L.; ALVES, S. V. Perspectivas acerca do conceito de saúde mental: análise das produções científicas brasileiras. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 27, n. 1, p. 351-361, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/Q3q7tgFtypyLXf9c9tRHMNr/abstract/?lang=pt>. Acesso em 22 set. 2024.

AVANZI, S. A. et al. A síndrome de burnout sob a perspectiva de professores das escolas públicas de Governador Valadares-MG. *Revista Científica FACS*, v. 19, n. 23, jul. 2019.

BARROS, M. E. B.; LOUZADA, A. P. Dor-desprazer-trabalho docente: como desfazer essa tríade? *Psicologia USP*, v. 18, n. 4, p. 13-34, 2007. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-65642007000400002&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em 28 set. 2025.

BRASIL. Professores enfrentam transtornos mentais, distúrbios de voz e violência. Fundacentro. 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/fundacentro/pt-br/comunicacao/noticias/noticias/2023/outubro/professores-enfrentam-transtornos-mentais-disturbios-de-voz-e-violencia>. Acesso em 24 set. 2025.

BRASIL. 1.1 - Quantidade de acidentes do trabalho, por situação do registro e motivo, segundo a Classificação Nacional de Atividades Econômicas (CNAE), no Brasil - 2021/2023. Ministério da Previdência Social. 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/previdencia/pt-br/assuntos/previdencia-social/arquivos/AEAT-2023/secao-i-estatisticas-de-acidentes-do-trabalho/subsecao-a-acidentes-do-trabalho/capitulo-1-brasil-e-grandes-regioes/1-1-quantidade-de-acidentes-do-trabalho-por-situacao-do-registro-e-motivo-segundo-a-classificacao-nacional-de-atividades-economicas-cnae-no-brasil-2018-2019>. Acesso em 25 set. 2025.

CORTEZ, P. A. et al. A saúde docente no trabalho: apontamentos a partir da literatura recente. *Cad. saúde colet.*, Rio de Janeiro, v. 25, n. 1, p. 113-122, mar. 2017.

DALCIN, L.; CARLOTTO, M. S. Síndrome de burnout em professores no Brasil: considerações para uma agenda de pesquisa. *Psicologia em Revista*, Belo Horizonte, v. 23, n. 2, p. 745-771, ago. 2017.

DAPPER, A. P.; MOREIRA SOBRINHO, J. B. Saúde mental no trabalho: aspectos que afetam o indivíduo no ambiente de trabalho. *Revista Foco*, v. 16, n. 12, e3857, p. 1-22, 2023. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/3857/2686>. Acesso em 23 set. 2024.

DIEHL, L.; MARIN, A. M. Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, v. 7, n. 2, 2016.

FERNANDES, M. A. et al. Transtornos mentais e comportamentais em trabalhadores: estudo sobre os afastamentos laborais. *Rev Esc Enferm USP*, v. 52, e03396, 2018.

FERNANDES, A. P. F. C.; PASSOS, J. P. Avaliação de riscos psicossociais no trabalho: contribuições para a saúde dos servidores públicos federais. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 7, e57010716901, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/16901/15131/215925>. Acesso em 24 set. 2024.

FREITAS, L. G.; FACAS, E. P. Vivências de prazer-sofrimento no contexto de trabalho dos professores. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, v. 13, n. 1, p. 7-26, abr. 2013.

GOUVÊA, As condições de trabalho e o adoecimento de professores na agenda de uma entidade sindical. *Saúde Debate*, Rio de Janeiro, v. 40, n. 111, p. 206-219, out-dez, 2016.

GUIMARÃES, L. A. M.; LAUDELINO NETO, A.; MASSUDA JÚNIOR, J. Intervenção integrada em saúde mental do trabalhador em uma corporação policial de Campo Grande (MS). *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, v. 45, e8, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbso/a/Z3Jtg78fC8cQKDZ3CbrNDZM/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em 03 out. 2025.

KELLOWAY, E. K.; DIMOFF, J. K.; GILBERT, S. Mental Health in the Workplace. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, v. 10, 2023. Disponível em: <https://www.annualreviews.org/content/journals/10.1146/annurev-orgpsych-120920-050527>. Acesso em 24 set. 2024.

LEVORATO, A. F. M. Satisfação no Trabalho e Absenteísmo entre Professores da Rede Estadual de Ensino Básico de Londrina. 2016. 142 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) Universidade Estadual de Londrina, Centro de Ciências da Saúde, Programa de Pós-Graduação Coletiva. Londrina. 2016.

MARTINS, M. F. D.; ARAUJO, T. M.; VIEIRA, J. S. Trabalho docente e saúde das professoras da educação infantil. *Educação*, v. 44, e36/ 1–22, 2019.

OIT. OMS e OIT pedem novas medidas para enfrentar os problemas de saúde mental no trabalho. Organização Internacional do Trabalho. 2022. Disponível em: <https://www.ilo.org/pt-pt/resource/news/oms-e-oit-pedem-novas-medidas-para-enfrentar-os-problemas-de-saude-mental>. Acesso em 22 set. 2024.

PENTEADO, R. Z.; SOUZA NETO, S. Mal-estar, sofrimento e adoecimento do professor: de narrativas do trabalho e da cultura docente à docência como profissão. *Saude soc.*, v. 28, n. 1, p. 135-153, mar. 2019.

PRUDENZI, A. et al. Supporting employers and their employees with mental health conditions to remain engaged and productive at work (Mentor): A feasibility randomised controlled trial. *Journal of Contextual Behavioral Science*, v. 31, jan. 2024. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2212144723001412>. Acesso em 23 set. 2024.

QUEIROZ, J. G. B. A.; MARINHO, T. A. da. Profissão docente e saúde de professores da rede municipal de ensino da cidade de Manaus. *Temas em Educação e Saúde*, Araraquara, v. 16, n. 2, p. 575–593, 2020.

SALTINI, M. R.; VIDAL, A. G.; OLIVEIRA SOBRINHO, A. S. Políticas Públicas de educação e precarização do trabalho em São Paulo: o abandono da profissão docente na rede pública estadual. Trabalho e Educação, v. 23, n. 1, p. 99-117, jan.-abr. 2014.

SARKAR, S. et al. Mental health and well-being at the workplace. Indian J Psychiatry, v. 66, sup. 2, jan. 2024. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10911318/>. Acesso em 22 set. 2024.

SCHUSTER, M. SCHROEDER, T. M. R. Estresse, dor e lesões músculo-esqueléticas em professores de Cascavel – PR. Educere et Educare, v. 12, n. 242, jan./abr., 2017. Disponível em: <https://e-revista.unioeste.br/index.php/educereeteducare/article/view/14792>. Acesso em 04 out. 2025.

SILVA, J. C. et al. Saúde mental, adoecimento e trabalho docente. Psicologia Escolar e Educacional, v. 27, n. 3, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pee/a/pnKjTfs7s9VrzJGMhTsMPSG/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em 10 out. 2025.

TEIXEIRA, L. 66% dos professores já precisaram se afastar por problemas de saúde. Revista Nova Escola, ago. 2018. Disponível em: <https://novaescola.org.br/conteudo/12302/pesquisa-indica-que-66-dos-professores-ja-precisaram-se-afastar-devido-a-problemas-de-saude>. Acesso em: 03 out. 2025.

TENENTE, L.; FAJARDO, V. Brasil é #1 no ranking da violência contra professores: entenda os dados e o que se sabe sobre o tema. G1. 2017. Disponível em: <https://g1.globo.com/educacao/noticia/brasil-e-1-no-ranking-da-violencia-contraprofessores-entenda-os-dados-e-o-que-se-sabe-sobre-o-tema.ghtml>. Acesso em: 03 out. 2025.

TRINDADE, M. A.; MORCERF, C. C. P.; OLIVEIRA, M. S. Saúde mental do professor: uma revisão de literatura com relato de experiência. Conecte-se! Revista Interdisciplinar de Extensão, v. 2, n. 4, 2018.