

Saúde mental e trabalho docente: uma análise crítica das condições laborais e as perspectivas de intervenção da Lei Nº 14.681/2023.

Mental health and teaching work: a critical analysis of working conditions and intervention perspectives under Law No. 14,681/2023.

Eliane Magni Soares¹

RESUMO

O presente estudo aborda a saúde mental dos professores que atuam na Educação Básica, evidenciando a incidência de transtornos psicológicos provenientes do exercício profissional. No cenário atual, caracterizado por exigências progressivas, deterioração das relações de trabalho, exigências administrativas excessivas e desvalorização social da carreira, emerge a necessidade de investigar as variáveis que catalisam o desgaste mental desses profissionais. Realizou-se uma pesquisa de revisão bibliográfica de natureza qualitativa. O escopo da investigação abrange o estresse laboral crônico, os distúrbios de ansiedade, os episódios de depressão e a Síndrome de Burnout, avaliando as repercussões de tais quadros nos âmbitos pessoal e profissional dos docentes. A atuação das instituições de ensino e do Estado é discutida sob a ótica da necessidade urgente de implementação de redes de apoio psicossocial, programas de medicina do trabalho eficazes e políticas públicas focadas na preservação da integridade mental do trabalhador, articulando os avanços da Lei nº 14.681/2023 e as diretrizes complementares da Lei nº 14.819/2024. Ao analisar diferentes abordagens teóricas da psicopatologia do trabalho, a pesquisa demonstra que o adoecimento docente compromete o clima escolar, eleva os índices de absenteísmo e precariza os vínculos pedagógicos estabelecidos com os discentes. Conclui-se que o enfrentamento dessa crise não deve se restringir a ações individualizadas de autocuidado, mas sim demandar uma reestruturação profunda das condições materiais, organizacionais e contratuais das redes de ensino brasileiras.

¹ Formação: Pedagogia. Especialização: psicopedagogia institucional e clínica.

Palavras-chave: Saúde Mental Docente. Trabalho Docente. Educação Básica. Síndrome de Burnout. Condições de Trabalho.

ABSTRACT

The present study addresses the mental health of Basic Education teachers, highlighting the incidence of psychological disorders arising from professional practice. In the current scenario, characterized by progressive demands, deterioration of labor relations, excessive administrative requirements, and the social devaluation of the career, there is an emerging need to investigate the variables that catalyze the mental exhaustion of these professionals. A qualitative bibliographic review research was conducted. The scope of the investigation encompasses chronic occupational stress, anxiety disorders, depressive episodes, and Burnout Syndrome, evaluating the repercussions of such conditions on both the personal and professional spheres of teachers. The role of educational institutions and the State is discussed through the lens of the urgent need to implement psychosocial support networks, effective occupational medicine programs, and public policies focused on preserving the worker's mental integrity, coordinating the advancements of Law No. 14,681/2023 and the complementary guidelines of Law No. 14,819/2024. By analyzing different theoretical approaches to the psychopathology of work, the research demonstrates that teacher illness compromises the school climate, raises absenteeism rates, and makes the pedagogical bonds established with students precarious. It is concluded that addressing this crisis must not be restricted to individualized self-care actions, but rather demands a profound restructuring of the material, organizational, and contractual conditions of Brazilian school networks.

Keywords: Teacher Mental Health. Teaching Work. Basic Education. Burnout Syndrome. Working Conditions.

1. INTRODUÇÃO

O cenário contemporâneo da Educação Básica brasileira tem exigido uma reconfiguração expressiva na atividade docente, submetendo os educadores a rotinas laborais marcadas pela intensificação de tarefas e pela escassez de suporte institucional. Segundo Antunes (2020), as transformações no mundo do trabalho promoveram uma precarização estrutural que atinge diretamente o ambiente escolar, transformando o fazer pedagógico em uma atividade desgastante e esvaziada de sua autonomia profissional. Longe de ser um fenômeno isolado, a deterioração do bem-estar desses profissionais sinaliza um quadro preocupante, no qual o sofrimento psíquico emerge como reflexo direto dessas novas condicionantes macroestruturais.

Essa realidade reflete-se diretamente nos índices epidemiológicos de saúde do trabalhador da educação. Estudos conduzidos por Costa et al. (2023) apontam que os transtornos mentais e comportamentais, com destaque para a Síndrome de Burnout, configuram uma das principais causas de absenteísmo e readaptação funcional nas redes de ensino. O cotidiano escolar,

perpassado por exigências administrativas excessivas e pela desvalorização social da carreira, atua como um catalisador de quadros ansiosos e depressivos, evidenciando que o adoecimento docente deixou de ser uma vulnerabilidade individual para se tornar um problema de ordem pública e institucional.

Um dos principais fatores que intensificam o sofrimento psíquico no ambiente escolar é a hiperburocratização da rotina pedagógica. O preenchimento excessivo de relatórios, plataformas digitais, atas e planos de ação, muitas vezes redundantes, tem esvaziado o tempo que o docente deveria dedicar ao planejamento de suas aulas e à sua própria formação. De acordo com os estudos sobre a organização laboral de Oliveira (2021), essa sobrecarga de demandas protocolares transforma a atividade fim do educador em uma exaustiva jornada administrativa. Como resultado, gera-se um sentimento de alienação e frustração profissional, uma vez que as exigências burocráticas passam a ser mais valorizadas pelas instituições do que o próprio processo de ensino-aprendizagem.

Além das pressões cotidianas internas, a desvalorização social e econômica da carreira atua como um fator crônico de desgaste mental. Os baixos salários, a necessidade de cumprir duplas ou triplas jornadas laborais em diferentes escolas e a falta de perspectivas reais de progressão nos planos de carreira minam o prestígio da profissão. Conforme aponta Esteve (1999), em sua análise sobre o "mal-estar docente", o abismo entre o que a sociedade espera do professor — que ele atue como educador, psicólogo e assistente social — e o suporte material e financeiro que ele efetivamente recebe cria uma cobrança insustentável. Essa disparidade gera um sentimento de desamparo e desmotivação, pavimentando o caminho para o adoecimento severo. Ademais, constata-se uma lacuna profunda por parte do Estado e das mantenedoras educacionais na implementação de políticas públicas de prevenção e acolhimento. Na maioria das redes de ensino brasileiras, inexistem programas consolidados de medicina do trabalho focados na saúde mental ou redes de apoio psicossocial acessíveis aos professores. Quando o profissional atinge o limite do esgotamento, as respostas institucionais costumam ser individualizadas, cobrando do docente práticas de autocuidado ou penalizando-o com o afastamento médico sem que as raízes estruturais do problema sejam modificadas. Diante desse cenário de desassistência, o adoecimento se perpetua de forma coletiva e institucionalizada.

Diante deste panorama, justifica-se a necessidade de investigar os determinantes estruturais do sofrimento psíquico, superando a perspectiva reducionista que responsabiliza o docente individualmente por seu adoecimento. Compreender as raízes institucionais que fragilizam a saúde mental na Educação Básica é fundamental não apenas para a preservação da integridade do trabalhador, mas também para garantir a sustentabilidade do próprio sistema educacional. Segundo Seligmann-Silva (2011), o nexos causal entre a organização do trabalho e o desgaste mental exige análises que desvelem as pressões cotidianas ocultas nas rotinas escolares, tornando esta pesquisa indispensável para subsidiar futuras políticas de intervenção e suporte psicossocial nas redes de ensino.

Por conseguinte, este artigo tem como objetivo analisar de forma crítica as condições laborais e os determinantes estruturais do sofrimento psíquico no trabalho docente, identificando as principais variáveis que comprometem a saúde mental dos professores na Educação Básica e discutindo as perspectivas de intervenção trazidas pela Lei nº 14.681/2023. Para alcançar esse propósito, o estudo se organiza em seções subsequentes que abrangem a fundamentação teórica acerca da psicopatologia do trabalho, as contradições empíricas entre os fatores de risco e o enfrentamento individual, os impactos do adoecimento na prática pedagógica e os desdobramentos do novo arcabouço legal vigente. Espera-se, com isso, fornecer um panorama crítico que contribua para o debate acadêmico e para a formulação de ações concretas de preservação da integridade docente.

2. METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa de natureza teórica, com abordagem qualitativa e caráter descritivo-analítico (Minayo, 2014). Do ponto de vista dos procedimentos técnicos, delineou-se como uma pesquisa de revisão bibliográfica e documental integrada (Gil, 2019), cujo propósito foi mapear, analisar e sintetizar as evidências científicas e o arcabouço normativo vigentes acerca da saúde mental e das condições laborais do professorado da Educação Básica no Brasil.

A operacionalização do percurso metodológico estruturou-se em quatro fases distintas e encadeadas:

- 1. Delimitação do Escopo e Formulação da Questão Condutora:** Diante do panorama epidemiológico de adoecimento no magistério, estabeleceu-se a seguinte pergunta

norteadora: De que forma as condições macroestruturais e organizacionais do trabalho docente na Educação Básica brasileira atuam como determinantes para o sofrimento psíquico, e quais são as perspectivas de intervenção trazidas pelos recentes marcos regulatórios federais?

2. **Estratégia de Busca e Fontes de Informação:** Para o levantamento da literatura científica, realizaram-se consultas sistemáticas em bases de dados de relevância acadêmica nacional e internacional, a saber: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e Google Scholar. Adicionalmente, conduziu-se uma pesquisa documental direcionada ao acervo legislativo da Presidência da República do Brasil e a relatórios institucionais de organismos multilaterais de educação.
3. **CrITÉrios de Seleção e Amostragem:** Utilizou-se o cruzamento de descritores controlados e termos livres baseados nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), combinados por meio de operadores booleanos: ("Saúde Mental Docente" OR "Esgotamento Profissional") AND ("Condições de Trabalho" OR "Precarização") AND ("Educação Básica"). Como critérios de inclusão, definiram-se: livros clássicos consolidados sobre a psicopatologia e sociologia do trabalho; artigos científicos publicados em periódicos revisados por pares que apresentassem dados empíricos ou revisões robustas sobre o adoecimento docente no Brasil; legislações federais e relatórios internacionais diretamente associados ao bem-estar e proteção do trabalhador da educação. Foram excluídos estudos duplicados, dissertações, teses e textos que não guardassem relação direta com o escopo delimitado ou com a Educação Básica.
4. **Análise e Síntese dos Dados:** O corpus documental e bibliográfico selecionado foi submetido à técnica de Análise de Conteúdo (Bardin, 2016). Realizou-se uma leitura flutuante, seguida pelo fichamento analítico e pela categorização temática dos achados em eixos de discussão. Os dados extraídos da literatura foram cruzados de forma crítica com as disposições textuais da Lei nº 14.681/2023 e da Lei nº 14.819/2024, permitindo contrapor os fatores de risco empíricos às perspectivas de intervenção e amparo legal vigentes no ordenamento jurídico nacional.

3. FUNDAMENTOS TEÓRICOS

A investigação acerca da saúde mental docente exige um recuo teórico capaz de desvincular o adoecimento de uma perspectiva estritamente individual ou biológica, reposicionando-o como um fenômeno de ordem macropolítica e institucional. No contexto contemporâneo da Educação Básica, as discussões científicas conduzem para o entendimento de que o sofrimento psíquico é indissociável das transformações estruturais que reorganizaram o ambiente escolar nas últimas décadas. Assim, a fundamentação teórica deste estudo ampara-se nas lentes da Psicopatologia do Trabalho e da Saúde do Trabalhador, as quais buscam analisar de que forma as novas configurações laborais atuam diretamente como vetores de desgaste, alienação e comprometimento do bem-estar dos profissionais.

A precarização das condições de trabalho atua como um elemento central na deterioração da saúde mental dos educadores nas redes públicas e privadas. A intensificação do trabalho, caracterizada pelo acúmulo de funções, salas de aula superlotadas e jornadas de trabalho estendidas para além do ambiente escolar, cria uma carga laboral insustentável. De acordo com as análises sociológicas de Antunes (2020), o aviltamento das funções docentes e a perda de direitos estruturais desestruturam a identidade do trabalhador, submetendo-o a um estado crônico de vulnerabilidade que fragiliza seus mecanismos de defesa psíquica contra o estresse ocupacional.

A hiperburocratização do cotidiano escolar constitui outra dimensão crítica que drena a energia vital e criativa do corpo docente. O tempo que deveria ser dedicado ao planejamento criativo das aulas e ao aprimoramento pedagógico tem sido sistematicamente absorvido pelo preenchimento de extensos relatórios institucionais, planilhas de monitoramento e sistemas digitais redundantes. Conforme destaca Oliveira (2021), essa cobrança burocrática administrativa excessiva desloca o foco da atividade fim do professor, gerando sentimentos profundos de alienação e frustração, uma vez que as formalidades protocolares passam a sufocar a autonomia e o verdadeiro sentido do fazer pedagógico.

A desvalorização social da carreira docente e a consequente perda de prestígio público da profissão agravam o quadro de sofrimento psíquico estrutural. Os baixos salários e a necessidade de cumprir duplas ou triplas jornadas laborais para garantir o sustento básico geram um esgotamento físico e mental contínuo. Sob a ótica de Esteve (1999), o fenômeno do "mal-estar docente" é alimentado pelo abismo existente entre as demandas multifacetadas impostas pela

sociedade modernizada ao professor que frequentemente acumula os papéis de educador, mediador social e conselheiro e o suporte socioeconômico e material que ele efetivamente recebe do sistema para exercer tais atribuições.

A ausência de políticas públicas eficazes de prevenção e redes consolidadas de acolhimento psicossocial por parte do Estado e das instituições de ensino perpetua o adoecimento como um problema coletivo. Na maioria dos contextos educacionais, as respostas dadas aos agravos mentais dos professores são individualizadas e punitivas, limitando-se ao afastamento médico ou à cobrança por práticas isoladas de autocuidado. Segundo Seligmann-Silva (2011), a desassistência institucional diante dos nexos causais entre a organização do trabalho e o desgaste psíquico impede a modificação das raízes estruturais do problema, empurrando o educador para o isolamento e para o agravamento de patologias crônicas.

Os fundamentos teóricos que embasam a análise do adoecimento docente na Educação Básica revelam que o enfrentamento dessa crise exige ir além dos tratamentos paliativos e individuais. A compreensão das pressões organizacionais ocultas, o combate à precarização dos vínculos de trabalho, o alívio das demandas administrativas e a valorização real do estatuto da profissão são elementos chave e urgentes. Apesar da complexidade dos desafios estruturais identificados pela literatura científica contemporânea, torna-se imperioso reformular as condições de trabalho para que o ambiente escolar deixe de ser um vetor de sofrimento e se restabeleça como um espaço saudável e sustentável de ensino.

3.1 Transtornos Ocupacionais e a Síndrome de Burnout no Contexto Educacional

No plano epidemiológico, o sofrimento psíquico dos educadores se materializa por meio de quadros clínicos específicos que incapacitam o profissional e fragilizam a dinâmica escolar. Conforme a revisão integrativa de Costa et al. (2023), há uma elevada e preocupante prevalência de transtornos ocupacionais, com destaque para distúrbios de ansiedade e episódios depressivos, que decorrem diretamente da sobrecarga crônica de demandas administrativas e da desvalorização da carreira. Essas patologias ultrapassam o cansaço físico rotineiro e sinalizam uma crise profunda na relação do sujeito com o trabalho, afetando a regulação emocional e o desempenho das funções letivas cotidianas. Entre as manifestações mais agudas desse processo de desgaste no ambiente escolar, destaca-se a Síndrome de Burnout. De acordo com as investigações de Diehl e Marin (2016), essa condição se expressa de maneira tridimensional na rotina docente: por meio da

exaustão emocional crônica, da despersonalização nas relações com a comunidade escolar e de uma redução drástica da percepção de competência profissional.

O esgotamento laboral crônico gera índices expressivos de afastamento laboral e de readaptação funcional, evidenciando que o adoecimento docente compromete severamente a integridade biopsicossocial do trabalhador e a qualidade do processo de ensino-aprendizagem. A progressão dessas patologias ocupacionais ocorre de forma silenciosa, muitas vezes mascarada pelo próprio profissional sob a justificativa de dedicação vocacional extrema. À medida que as demandas laborais superam a capacidade adaptativa do indivíduo, os sintomas somáticos como insônia crônica, enxaquecas e crises de pânico começam a se manifestar no cotidiano fora da escola. O professor frequentemente negligencia os primeiros sinais de exaustão devido à autocobrança e ao medo de sofrer preconceitos ou penalizações administrativas no ambiente de trabalho, o que posterga a busca por auxílio clínico especializado. Esse cenário é agravado pelo fenômeno do isolamento profissional, que impede a construção de redes de solidariedade e suporte mútuo entre os pares dentro da instituição de ensino.

A competitividade institucional por metas, a fragmentação das rotinas e a falta de espaços coletivos para o diálogo transformam o sofrimento em uma experiência solitária. Sob a análise de Seligmann-Silva (2011), quando a organização do trabalho bloqueia a comunicação e a partilha das dificuldades diárias, o trabalhador perde o sentimento de pertencimento ao grupo, acelerando o processo de despersonalização e o cinismo característicos do Burnout avançado.

Os reflexos dessas patologias não se limitam à esfera privada do docente, mas repercutem diretamente na qualidade da mediação pedagógica em sala de aula. Um professor acometido pelo esgotamento emocional apresenta severas restrições em sua capacidade de escuta, paciência e empatia, elementos fundamentais para o desenvolvimento socioemocional dos estudantes.

O distanciamento afetivo adotado pelo docente como mecanismo inconsciente de defesa psicológica precariza os vínculos interpessoais, gerando um clima escolar tenso, desinteressante e marcado pelo aumento de conflitos disciplinares.

Diante do avanço desses transtornos sem a devida intervenção nas causas organizacionais, observa-se uma tendência alarmante à medicalização e psicofarmacalização do sofrimento como única resposta ao desgaste laborativo. O uso crônico de ansiolíticos e antidepressivos passa a funcionar como um paliativo químico para que o profissional continue suportando jornadas

extenuantes. De acordo com Esteve (1999), essa abordagem farmacológica individualizada falha por tratar apenas os sintomas biológicos de uma crise que é, fundamentalmente, estrutural e sociopolítica, mascarando a urgência de reformas profundas nas condições reais em que a docência é exercida.

3.2 Determinantes Estruturais: Sobrecarga, Precarização e Baixa Remuneração

A análise das patologias ocupacionais que acometem os professores da Educação Básica torna-se incompleta se desvinculada dos determinantes estruturais que moldam a carreira docente no Brasil. A sobrecarga de trabalho, longe de se restringir ao número de horas em sala de aula, manifesta-se no acúmulo de funções pedagógicas, administrativas e sociais que sufocam a rotina do educador. Segundo as investigações sociológicas de Antunes (2020), a reconfiguração do mundo do trabalho nas últimas décadas transferiu para o ambiente escolar uma lógica mercantilista de produtividade, exigindo que o professor entregue resultados quantitativos constantes sob condições estruturais severamente deficitárias e limitantes.

Essa sobrecarga é intensificada pela precarização dos vínculos empregatícios e contratuais, que destrói a estabilidade da carreira docente. A substituição progressiva de concursos públicos por contratos temporários e terceirizados cria um cenário de segurança financeira e institucional crônica. Conforme aponta Oliveira (2021), essa fragmentação dos regimes de contratação submete o trabalhador à constante ameaça de desemprego e à perda de direitos básicos, forçando-o a aceitar condições laborais abusivas e a negligenciar seus próprios limites físicos e psicológicos em prol da manutenção do posto de trabalho.

Interconectada à precarização, a baixa remuneração histórica da categoria atua como um vetor permanente de desgaste mental e humilhação social. Os vencimentos insuficientes obrigam a maioria dos professores a cumprirem duplas ou triplas jornadas laborais em diferentes instituições e turnos para garantir o sustento familiar mínimo. Sob a perspectiva teórica de Esteve (1999), a necessidade de estender a jornada diária anula os períodos obrigatórios de descanso, lazer e convívio familiar, gerando um estado de fadiga cumulativa crônica que aniquila a capacidade de recuperação psíquica do profissional frente ao estresse diário da sala de aula.

Ademais, as deficiências na infraestrutura física e material das escolas públicas e privadas funcionam como agravantes cotidianos desse ecossistema adoecedor. Salas de aula superlotadas, escassez de recursos didáticos modernos e a falta de espaços adequados para o planejamento

pedagógico elevam a carga de esforço diário exigida do docente. Trabalhar em ambientes fisicamente desgastantes e desprovidos de suporte técnico gera um sentimento de desamparo institucional, no qual o professor percebe que a responsabilidade pelo sucesso do ensino foi integralmente transferida para suas capacidades individuais.

Em suma, os determinantes estruturais descritos operam de forma sinérgica, criando um ciclo de adoecimento coletivo que afeta a sustentabilidade da Educação Básica. O enfrentamento eficaz do sofrimento psíquico na docência não pode, portanto, fundamentar-se em respostas paliativas focadas apenas na resiliência individual do trabalhador. Conforme preconizado por Seligmann-Silva (2011), faz-se necessária uma intervenção direta nas bases materiais da profissão, exigindo reformas políticas e econômicas profundas que garantam a valorização salarial real, a estabilidade contratual e a reestruturação física das redes de ensino do país.

3.3 O Arcabouço Legal de Proteção Docente: A Lei nº 14.681/2023 e as Perspectivas de Intervenção

Diante da dimensão epidemiológica assumida pelo sofrimento psíquico na Educação Básica, o cenário normativo nacional passou por uma importante transição com a sanção da Lei nº 14.681/2023. Esta legislação institui a Política de Bem-Estar, Saúde e Qualidade de Vida no Trabalho e Valorização dos Profissionais da Educação, estabelecendo que a promoção da saúde e a prevenção do adoecimento docente deixam de ser compromissos facultativos das instituições e passam a integrar uma política de Estado estruturada. A promulgação dessa lei representa um marco jurídico essencial, uma vez que legitima o bem-estar laboral como um direito fundamental da categoria e uma precondição indissociável para a qualidade do ensino público e privado.

A importância estrutural da Lei nº 14.681/2023 reside no fato de que suas diretrizes impõem uma superação definitiva dos modelos de intervenção estritamente paliativos e individualizados. O texto legal determina a obrigatoriedade da elaboração de planos de ação integrados, contendo indicadores objetivos de gestão e o monitoramento contínuo de índices críticos como o absenteísmo, as licenças médicas e os processos de readaptação funcional. Sob essa ótica, a legislação exige que as redes de ensino mapeiem e mitiguem os riscos psicossociais intrínsecos à organização do trabalho, como a sobrecarga de tarefas e o estresse crônico.

Ademais, os avanços inaugurados pela Lei nº 14.681/2023 encontram um desdobramento prático essencial na promulgação da Lei nº 14.819/2024, que institui a Política Nacional de

Atenção Psicossocial nas Comunidades Escolares. Este novo dispositivo legal atua de forma sinérgica ao estabelecer uma articulação permanente entre as redes de saúde, assistência social e educação, garantindo explicitamente que as ações de promoção à saúde mental incorporem não apenas o corpo discente, mas resguardec também o atendimento psicossocial aos professores atingidos pelo esgotamento ocupacional.

Em suma, a introdução desse arcabouço legal altera substancialmente a governança dos sistemas de ensino brasileiros ao transformar a omissão institucional em uma falha passível de responsabilização jurídica. No entanto, a existência da norma jurídica não garante, por si só, a transformação imediata das rotinas escolares. Faz-se necessário que a comunidade acadêmica e os órgãos de controle fiscalizem a execução material desses planos, assegurando que os recursos públicos sejam efetivamente direcionados para a criação de redes de apoio psicossocial e para a reestruturação profunda das condições contratuais, organizacionais e financeiras nas quais a docência é exercida no país.

4. FATORES DE RISCO VS. ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO

A delimitação dos fatores de risco no ambiente educacional contemporâneo constitui o primeiro passo para compreender a complexidade do adoecimento docente e traçar estratégias eficazes de superação. Os riscos ocupacionais aos quais os professores da Educação Básica estão expostos transcendem o cansaço físico e a carga horária em sala de aula, ramificando-se em dimensões psicossociais, ergonômicas e administrativas. De acordo com as análises de Alves et al. (2022), a identificação precoce dessas variáveis nocivas é crucial, visto que a cronicidade das pressões escolares sem o devido suporte institucional atua como um catalisador direto para quadros depressivos severos e crises agudas de ansiedade que incapacitam o trabalhador. Dentre os principais fatores de risco mapeados pela literatura empírica, a desarticulação entre as exigências institucionais e as condições reais de execução do trabalho desponta como um elemento crítico de desgaste.

O cotidiano do professor é perpassado por demandas conflitantes, nas quais ele deve mediar conflitos socioemocionais complexos e, simultaneamente, responder por metas de produtividade puramente quantitativas. Conforme demonstram Deffaveri, Della Múa e Ferreira (2023), essa discrepância gera um estado de alerta psicológico permanente, transformando a

prática pedagógica em um vetor de estresse crônico que aniquila os mecanismos naturais de defesa psíquica do docente frente às adversidades cotidianas.

Esse cenário de risco é agravado pelas cobranças burocráticas redundantes e pela falta de canais de diálogo horizontais dentro das redes de ensino. Os dados publicados por Goulart Júnior et al. (2022) revelam que a ausência de um suporte psicossocial estruturado nas escolas atua como um fator de vulnerabilidade invisível, resultando em índices alarmantes de absenteísmo médico.

Quando o ambiente de trabalho bloqueia a autonomia e transforma a rotina do educador em um cumprimento mecânico de protocolos administrativos, o sofrimento deixa de ser uma resposta temporária e assume contornos epidemiológicos e institucionais que comprometem o sistema educacional. Em contrapartida aos riscos identificados, as estratégias de enfrentamento adotadas no contexto escolar têm se mostrado predominantemente paliativas, focadas na responsabilização individual do professor. As práticas baseadas no autocuidado isolado ou no manejo pessoal do estresse, embora válidas como suporte emergencial, falham por não alterarem as bases materiais causadoras do sofrimento. Sob a ótica de Costa et al. (2023), o foco excessivo na resiliência individual do docente mascara a necessidade premente de intervenções coletivas e organizacionais, perpetuando o ciclo de adoecimento ao tratar como disfunção clínica do sujeito o que é, fundamentalmente, uma crise de ordem estrutural.

Por conseguinte, as verdadeiras estratégias de enfrentamento eficazes devem perpassar a reestruturação das condições laborais e a formulação de políticas públicas integradas de saúde do trabalhador. Conforme preconizado nos relatórios internacionais da UNESCO (2021), a preservação do bem-estar docente exige ações conjuntas entre o Estado e as instituições de ensino, envolvendo a redução da carga burocrática, o suporte psicológico contínuo e a valorização da carreira. Somente por meio da transição de um modelo de enfrentamento individualizado para uma abordagem de acolhimento institucional e macroestrutural será possível mitigar os fatores de risco e restabelecer a escola como um espaço saudável e sustentável.

4.1 Mapeamento dos Fatores de Risco no Cotidiano Escolar

O cotidiano escolar da Educação Básica abriga um conjunto denso de variáveis que atuam de forma nociva sobre o equilíbrio emocional dos docentes, configurando um ecossistema de alta vulnerabilidade. O primeiro grande fator de risco reside na intensificação laboral, que se manifesta no aumento do número de alunos por turma, na necessidade de mediação de conflitos

interpessoais complexos sem apoio técnico e no prolongamento invisível da jornada para além do horário escolar. De acordo com as investigações de Deffaveri, Della Méa e Ferreira (2023), essa constante exposição a estressores psicossociais sem o devido tempo de recuperação biológica atua como um gatilho para sintomas agudos de ansiedade, sobrecarregando os mecanismos cognitivos e emocionais do professor durante o exercício de suas funções pedagógicas.

Ademais, as cobranças administrativas redundantes e a falta de autonomia nas tomadas de decisão institucionais funcionam como um agravante severo desse quadro. O profissional se vê pressionado a cumprir metas quantitativas rígidas de produtividade enquanto lida com a escassez de recursos didáticos e a deterioração da infraestrutura física da escola. Conforme evidenciado em dados consolidados de saúde coletiva analisados por Goulart Júnior et al. (2022), o nexo causal entre as condições organizacionais precarizadas e os afastamentos do trabalho revela que os transtornos mentais e comportamentais já figuram como uma das principais causas de readaptação funcional, nos quais a sobrecarga e a impossibilidade de desconexão laboral geram um estado crônico de fadiga cumulativa.

Adicionalmente, a exposição direta à violência escolar e à fragilização das relações interpessoais na comunidade educativa constituem fatores de risco críticos para a integridade psíquica do docente. O professor frequentemente atua na linha de frente de conflitos disciplinares severos, enfrentando a hostilidade de alunos e, em muitos casos, a incompreensão ou cobrança agressiva por parte das famílias. Esse ambiente de constante tensão social e insegurança institucional desgasta profundamente os recursos emocionais do educador, gerando um sentimento de desamparo crônico que catalisa quadros de pânico e episódios de Burnout agudo antes mesmo que o profissional perceba a gravidade de seu estado clínico. Por fim, a intrusão das tecnologias digitais de informação na rotina docente opera como um vetor invisível de prolongamento e intensificação do trabalho extraclasse.

A exigência de responder a mensagens em aplicativos de comunicação e interagir em plataformas de gestão escolar fora do horário de expediente rompeu definitivamente as fronteiras entre a vida profissional e o espaço privado de descanso do professor. Essa conectividade compulsória e a consequente impossibilidade de desconexão laboral geram um estado de fadiga cumulativa e distúrbios crônicos do sono, consolidando uma engrenagem de risco estrutural que impede a restauração psíquica necessária para o exercício saudável da docência.

4.2 Limitações das Estratégias de Enfrentamento Individuais

Diante da ausência de suporte institucional estruturado, as estratégias de enfrentamento desenvolvidas no ambiente escolar têm se concentrado de maneira predominante na esfera privada do trabalhador. Técnicas baseadas no autocuidado, na resiliência psicológica individual e no manejo pessoal do estresse são frequentemente estimuladas pelas mantenedoras como soluções para conter o avanço do desgaste mental. Sob a análise de Alves et al. (2022), embora essas respostas subjetivas funcionem como um anteparo emergencial temporário, elas apresentam severas limitações a longo prazo, uma vez que não possuem o poder de alterar as bases materiais, a carga de trabalho ou às pressões institucionais que de fato geram e alimentam o sofrimento coletivo da categoria.

Essa transferência da responsabilidade pelo bem-estar do plano institucional para o plano individual gera consequências clínicas e éticas preocupantes. Ao focar estritamente na capacidade de adaptação do docente, o sistema educacional tende a patologizar e culpabilizar o profissional que atinge o limite do esgotamento, rotulando uma crise estrutural como uma fragilidade psicológica pessoal. Como apontam os dados analíticos de Silva e Amorim (2024), essa lógica de enfrentamento paliativo isola o professor em seu sofrimento e posterga a busca por tratamento adequado, resultando em um agravamento silencioso de quadros depressivos e na cronificação de patologias ocupacionais que poderiam ser prevenidas se as causas organizacionais fossem alteradas.

Outro aspecto crítico dessa abordagem reside no fato de que a própria busca por estratégias individuais de enfrentamento passa a exigir do professor um esforço cognitivo e emocional adicional, intensificando o quadro de exaustão. Em um cotidiano já sufocado por triplas jornadas e baixos salários, a cobrança velada para que o docente encontre tempo e recursos financeiros próprios para financiar terapias, medicamentos ou atividades de relaxamento funciona como uma nova demanda laboral. Segundo os apontamentos teóricos de Esteve (1999), essa dinâmica gera um sentimento de dupla culpabilização, no qual o profissional se sente fracassado não apenas por adoecer diante das pressões do sistema, mas também por não conseguir alcançar os padrões ideais de resiliência e bem-estar exigidos pela instituição.

Ademais, a oferta de treinamentos rápidos de motivação, palestras corporativas de inteligência emocional ou técnicas de atenção plena promovidas pelas redes de ensino costuma

mascarar as reais contradições do ambiente de trabalho. Essas iniciativas institucionais falham substancialmente porque tratam o sofrimento psíquico como um mero problema de gestão de atitude do trabalhador, ignorando o sucateamento físico das escolas e a hiperburocratização das rotinas. Conforme as investigações de Costa et al. (2023), desvincular o adoecimento de suas causas materiais e organizacionais perpetua as engrenagens de sofrimento, uma vez que o docente é devolvido a uma estrutura cronicamente desgastante sem que nenhuma mudança efetiva tenha sido realizada nas suas condições reais de trabalho.

5. IMPACTOS DO ADOECIMENTO DOCENTE NA PRÁTICA PEDAGÓGICA

A análise do sofrimento psíquico no trabalho docente revela que as consequências das patologias ocupacionais transcendem a esfera clínica individual do professor, reverberando de forma direta na qualidade da prática pedagógica. Quando o educador é submetido a um ambiente configurado pelo desgaste crônico, sua capacidade de mediação cognitiva e afetiva em sala de aula é severamente comprometida. De acordo com as investigações de Alves et al. (2022), o declínio no bem-estar biopsicossocial do docente atua como um fator de desestruturação da rotina de ensino, transformando o ato de lecionar — que exige criatividade, escuta ativa e dinamismo — em uma atividade puramente mecânica, reativa e esvaziada de intencionalidade pedagógica.

Um dos impactos mais visíveis desse cenário na dinâmica escolar manifesta-se por meio dos índices alarmantes de absenteísmo médico e rotatividade funcional. O afastamento recorrente de professores para tratamento de saúde mental interrompe de forma abrupta a continuidade dos planejamentos curriculares e a sequência didática das disciplinas. Conforme apontam os dados analíticos de Goulart Júnior et al. (2022), esse fluxo constante de licenças médicas desorganiza a gestão escolar e impõe a necessidade de substituições emergenciais. Como consequência direta, os estudantes são submetidos a sucessivas trocas de regência ou à ausência temporária de docentes, gerando lacunas severas no processo de aprendizagem e quebras crônicas na rotina escolar.

Além dos afastamentos físicos, o fenômeno do "presenteísmo" — situação em que o professor comparece à escola mesmo estando psicologicamente incapacitado — compromete profundamente o clima em sala de aula. O esgotamento emocional e a despersonalização característicos da Síndrome de Burnout reduzem drasticamente a tolerância, a paciência e a empatia do educador diante dos conflitos cotidianos. Conforme demonstram Deffaveri, Della Mèa

e Ferreira (2023), o docente acometido por estresse severo tende a adotar posturas de distanciamento afetivo como mecanismo inconsciente de defesa psicológica. Esse isolamento emocional precariza os vínculos pedagógicos estabelecidos com os discentes, favorecendo um ambiente hostil, desinteressante e marcado pelo aumento de problemas disciplinares.

Essa deterioração das relações interpessoais afeta diretamente a eficácia dos métodos de ensino e a capacidade de inovação pedagógica. Um corpo docente exausto e sufocado por exigências administrativas excessivas perde o estímulo para planejar aulas diversificadas, articular projetos interdisciplinares ou adotar novas tecnologias educacionais. A sobrecarga laboral empurra o profissional para o refúgio em práticas tradicionais e repetitivas de ensino, que demandam menor gasto de energia psíquica. Dessa forma, o adoecimento estrutural atua como uma barreira invisível ao desenvolvimento da qualidade educacional, limitando o potencial emancipatório da escola.

Em suma, os impactos descritos evidenciam que a saúde mental do professor é o pilar de sustentação de qualquer ecossistema educativo funcional. A precarização das condições de trabalho e o consequente adoecimento da categoria geram um efeito cascata que penaliza diretamente o corpo discente e fragiliza os laços pedagógicos essenciais para o desenvolvimento humano. Como preconizado nos relatórios internacionais da UNESCO (2021), a garantia de uma educação de excelência é indissociável da preservação da integridade mental de quem ensina, tornando imperioso que as instituições compreendam que cuidar da saúde do trabalhador é, fundamentalmente, defender a qualidade da própria prática pedagógica.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização deste estudo permitiu evidenciar que o sofrimento psíquico e o consequente adoecimento dos professores que atuam na Educação Básica não constituem episódios isolados de vulnerabilidade individual, mas sim o reflexo direto de determinantes estruturais cronicamente negligenciados. A investigação bibliográfica revelou que a intensificação do trabalho docente, a precarização dos vínculos contratuais, a hiperburocratização das rotinas administrativas e a baixa remuneração histórica operam de forma sinérgica, configurando um ecossistema laboral hostil e altamente patogênico. O avanço de quadros clínicos severos, como os transtornos de ansiedade, os episódios depressivos e a Síndrome de Burnout, sinaliza o esgotamento dos mecanismos

tradicionais de defesa psíquica da categoria diante de um sistema de ensino focado em metas produtivas quantitativas.

Os impactos identificados ao longo da pesquisa demonstraram que as repercussões dessa crise transcendem a esfera clínica privada do educador, comprometendo de forma substancial a qualidade da própria prática pedagógica. O absenteísmo médico recorrente desorganiza a gestão escolar e fragmenta o processo de aprendizagem dos discentes, enquanto o fenômeno do presenteísmo precariza os vínculos afetivos e cognitivos essenciais para a mediação em sala de aula. Constatou-se, ademais, que a resposta tradicional dada pelas instituições e pelo Estado tem se mostrado insuficiente e paliativa, fundamentando-se na responsabilização individual do professor por meio de discursos de resiliência e autocuidado, o que amortece o debate e mascara a urgência de transformações nas bases materiais e organizacionais do trabalho.

Por fim, conclui-se que o enfrentamento eficaz do adoecimento docente na Educação Básica brasileira exige a superação definitiva das ações individualizadas em prol de intervenções macroestruturais. Embora a sanção da Lei nº 14.681/2023 represente um avanço jurídico inestimável ao positivar o bem-estar laboral como política de Estado obrigatória, sua eficácia material depende da fiscalização contínua exercida pela comunidade acadêmica e pelos órgãos de controle. Torna-se imperioso, portanto, que as redes de ensino traduzam as diretrizes legais em ações concretas de valorização salarial, reestruturação da infraestrutura escolar e implementação de redes permanentes de acolhimento psicossocial, garantindo que o ambiente escolar deixe de funcionar como um vetor de sofrimento e se restabeleça como um espaço saudável, sustentável e verdadeiramente emancipatório.

REFERÊNCIAS

ALVES, V. M. et al. Qualidade de vida e risco de depressão e suicídio em professores. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 4, e37411427446, 2022.

ANTUNES, Ricardo. *O privilégio da servidão: o novo proletariado de serviços na era digital*. 2. ed. São Paulo: Boitempo, 2020.

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

BRASIL. Lei nº 14.681, de 18 de setembro de 2023. Institui a Política de Bem-Estar, Saúde e Qualidade de Vida no Trabalho e Valorização dos Profissionais da Educação. ***Diário Oficial da União***: seção 1, Brasília, DF, 19 de set. 2023.

BRASIL. Lei nº 14.819, de 16 de janeiro de 2024. Institui a Política Nacional de Atenção Psicossocial nas Comunidades Escolares. ***Diário Oficial da União***: seção 1, Brasília, DF, ano 161, n. 12, p. 1-2, 17 jan. 2024.

COSTA, Ana Cristina Santiago da; SOUZA, Evanice Avelino de; DANIELE, Thiago Medeiros da Costa; FROTA, Mirna Albuquerque. Fatores de risco para a saúde mental de professores da educação básica no Brasil: revisão integrativa. ***Revista Brasileira de Medicina do Trabalho***, v. 21, n. 4, p. 550-565, 2023.

DEFFAVERI, M.; DELLA MÉA, C. P.; FERREIRA, V. R. T. Sintomas de ansiedade e estresse em professores de educação básica. ***Cadernos de Pesquisa***, v. 53, e10012, 2023.

DIEHL, Astor Antonio; MARIN, Angela Helena. A Síndrome de Burnout em professores brasileiros: uma revisão sistemática da literatura. ***Revista de Psicologia Escolar e Educacional***, v. 20, n. 1, p. 65-79, 2016.

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

GIL, Antonio Carlos. ***Como elaborar projetos de pesquisa***. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

GOULART JÚNIOR, Edward et al. Sofrimento psíquico e absenteísmo na carreira docente: reflexos da organização do trabalho educacional contemporâneo. ***Revista Brasileira de Saúde Ocupacional***, v. 47, e15, 2022.

MINAYO, Maria Cecília de Souza (org.). ***Pesquisa social: teoria, método e criatividade***. 34. ed. Petrópolis: Vozes, 2014.

OLIVEIRA, Dalila Andrade. O trabalho docente em tempos de hiperburocratização e precarização. ***Retratos da Escola***, Brasília, v. 15, n. 31, p. 115-132, 2021.

SELIGMANN-SILVA, Edith. ***Trabalho e desgaste mental: o direito à saúde no limite do trabalho***. São Paulo: Cortez, 2011.

SILVA, Jerto Cardoso da; LEAL, Luiza Tamara Almeida; SCHMIDT, Stefanie; FUHR, Maiara da Silva; SARAIVA, Eduardo Steindorf. Saúde mental, adoecimento e trabalho docente. ***Psicologia Escolar e Educacional***, São Paulo, v. 27, e242262, 2023.

SILVA, V. A.; AMORIM, S. S. Saúde mental na educação infantil: uma questão estrutural e psicossocial. In: ***ANAIS DO SIMPÓSIO DE EDUCAÇÃO (SIMEDUC)***, Aracaju, 2024.

UNESCO. ***Relatório Internacional sobre o bem-estar docente e os desafios contemporâneos da educação***. Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura, 2021.