



EIXO 4: POLÍTICAS DE ASSISTÊNCIA, SAÚDE E CONDIÇÕES DE TRABALHO NA PROFISSÃO DOCENTE

IMPACTOS DO RUÍDO ESCOLAR NA ANSIEDADE DOCENTE

Bárbara Luiza Alves Pereira

UFOP

barbara@ufop.edu.br

Resumo

O estudo, é parte da minha pesquisa de doutorado e, investiga os impactos do ruído escolar e de outros fatores ambientais na saúde mental de professores, com foco no desenvolvimento de sintomas de ansiedade. Estudos sobre o mal-estar docente relacionam seus fatores à sobrecarga de trabalho, falta de valorização profissional, conflitos interpessoais no ambiente escolar e dificuldade em lidar com demandas institucionais e sociais. Essa precarização do trabalho docente pode impactar diretamente a saúde mental desses profissionais e a qualidade do ensino de maneira sistêmica. (Marques, 2009). Alguns estudos apontam, ainda, para a carga horária excessiva de trabalho e o acúmulo de funções como os maiores estressores da profissão, levando ao surgimento de sintomas como ansiedade, angústia, cansaço e irritabilidade excessiva, afetando negativamente a saúde mental dos educadores. (Oliveira et al., 2023). desvalorização social da profissão docente e a falta de reconhecimento profissional são elementos que potencializam o sofrimento mental desses profissionais. A percepção de baixa valorização, associada às exigências crescentes do ambiente educacional, contribui para o desenvolvimento de sintomas de ansiedade e estresse entre os educadores. (Santos et al., 2021). Essa dinâmica intensifica o desgaste físico e mental, aumentando a vulnerabilidade a transtornos de ansiedade. A ausência de lazer e a perda de controle sobre o próprio tempo são fatores que agravam esse quadro, sugerindo a relação entre as condições laborais precárias e o adoecimento mental dos professores (Silva e Costa, 2022). Os sintomas de ansiedade são frequentemente observados em quadros de adoecimento mental, manifestando-se tanto em aspectos físicos quanto psicológicos. Fisicamente, indivíduos podem experienciar falta de ar, tontura, sudorese, batimentos cardíacos acelerados e tremores. Em nível psicológico, destacam-se sentimentos de medo irracional, insegurança extrema, antecipação apreensiva, pensamentos catastróficos,

oscilações de humor, aumento dos períodos de vigília e alerta, sofrimento descontrolado e persistente, além de comprometimentos no desempenho diário (Msd Manuals, 2025). No ambiente escolar, a ansiedade entre os docentes pode ser intensificada por fatores diversos já mencionados acima e, segundo o estudo de Tostes et al., (2025) uma parcela significativa de professores apresenta sintomas de ansiedade, com prevalência de 70% em alguns locais. O objetivo central foi analisar a relação entre condições de trabalho, exposição a diferentes tipos de ruído (tráfego, conversas, atividades escolares) e níveis de ansiedade docente. A pesquisa fundamenta-se em referenciais da Psicologia Ambiental e em estudos recentes sobre mal-estar docente. A metodologia adotada foi quantitativa, utilizando questionário estruturado com questões sociodemográficas, itens de percepção sobre ruído e a versão validada do Inventário de Ansiedade de Beck (BAI). Para a avaliação da saúde mental dos profissionais docentes, o Inventário de Ansiedade de Beck (BAI) se destaca como uma ferramenta eficaz. Trata-se de um instrumento amplamente utilizado para diagnosticar, monitorar e tratar transtornos de ansiedade, fornecendo suporte valioso na identificação e acompanhamento dos sintomas ansiosos (Hogrefe, 2025). A amostra foi composta por 267 professores atuantes no ensino básico de diferentes redes, selecionados por conveniência. A análise dos dados incluiu estatística descritiva e correlações para avaliar associações entre variáveis. Os resultados indicaram alta prevalência de sintomas de ansiedade entre os docentes, com níveis moderados a graves em parcela significativa da amostra. O ruído proveniente de conversas simultâneas em sala de aula e atividades extracurriculares foi apontado como o mais incômodo e frequente, seguido pelo ruído de tráfego no entorno escolar. Observou-se associação positiva entre maior percepção de incômodo sonoro e níveis mais elevados de ansiedade, independentemente do tempo de experiência docente. Também se identificou que condições laborais precárias, como excesso de turmas, sobrecarga administrativa e falta de apoio institucional, potencializam o impacto do ruído na saúde mental dos professores. A análise sobre o nível de ansiedade em professores revelou uma série de fatores importantes relacionados ao perfil sociodemográfico e profissional dos participantes do estudo. A amostra, composta por 279 professores, apresentou predominância de mulheres e foi estatisticamente heterogênea em relação ao gênero, enquanto a distribuição etária foi homogênea, com idades variando entre 23 e 65 anos. Os resultados indicam que a maioria dos professores trabalha até 40 horas semanais,



sendo os especialistas o grupo mais representativo em termos de escolaridade (41,6%). Além disso, a maioria dos participantes atua em apenas uma escola (61,6%), e há uma distribuição equilibrada entre os diferentes níveis educacionais, com destaque para os que lecionam em mais de um segmento escolar. No que diz respeito à rede de ensino, predominam os professores que trabalham em escolas estaduais (46,2%). Esses dados fornecem um panorama abrangente das características profissionais e sociodemográficas da amostra, permitindo relacionar tais variáveis ao nível de ansiedade docente. Essa análise é essencial para identificar possíveis fatores de risco e embasar intervenções que visem promover o bem-estar psicológico no ambiente escolar. A partir desses resultados, observa-se a necessidade de considerar não apenas a carga de trabalho e a rede de ensino, mas também o contexto multifatorial da atuação docente, como a escolaridade, o número de escolas e o segmento de ensino em que atuam, para uma abordagem mais eficaz e personalizada no manejo da ansiedade entre os professores. Conclui-se que a interação entre fatores ambientais e organizacionais intensifica o desgaste mental docente, sendo necessária a implementação de políticas de gestão escolar que contemplem o controle do ruído e a promoção de um ambiente de trabalho saudável. O estudo reforça a importância de abordagens interdisciplinares na prevenção do adoecimento mental docente e no fortalecimento de estratégias de suporte psicossocial.

Palavras-chave: Ansiedade docente; Ruído escolar; Saúde mental do professor.

Referências

HOGREFE. **Inventário de Ansiedade de Beck** - BAI. Disponível em: <https://www.hogrefe.com.br/inventario-de-ansiedade-de-beck-bai.html>. Acesso em: 18 jan. 2025.

MARQUES, Adriana et al. **Mal-estar docente**: Entre a saúde e o trabalho. *Psicologia & Sociedade*, v. 21, n. 3, p. 427-435, 2009.

OLIVEIRA, João; SOUZA, Ana; LIMA, Roberto. A precarização do trabalho docente e suas implicações para a saúde mental: um estudo sobre a ansiedade no ensino. **Revista Brasileira de Saúde e Trabalho**, v. 10, n. 2, p. 145-160, 2023.

SANTOS, Fernanda et al. O mal-estar docente na contemporaneidade: implicações da desvalorização profissional. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 28, n. 6, p. 3005-3019, 2021.



SILVA, Pedro; COSTA, Mariana. Desgaste físico e mental do docente: impacto da carga de trabalho e da falta de descanso. **Revista Brasileira de Psicologia e Educação**, v. 25, n. 4, p. 312-324, 2022.

SDEB. **Sofrimento mental de professores do ensino público**. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/wjgHn3PzTfsT5mQ4K8JcPbd/>. Acesso em: 18 jan. 2025.

MSD MANUALS. **Considerações gerais sobre transtornos de ansiedade**. Disponível em: <https://www.msdmanuals.com/pt/casa/dist%C3%BArbios-de-sa%C3%BAde-mental/transtornos-de-ansiedade-e-relacionados-a-fatores-estressantes/considera%C3%A7%C3%B5es-gerais-sobre-transtornos-de-ansiedade>. Acesso em: 18 jan. 2025.