

DESAFIOS DA DOCÊNCIA: UM OLHAR SOBRE A SAÚDE MENTAL DAS PROFESSORAS NO AMBIENTE ESCOLAR.

LUZ, Karin Cristina da Silva (a)¹ – UNICENTRO/PR

VASSÃO, Adriane Meyer (a)² - UNICENTRO

Resumo A saúde mental das professoras tem se tornado um tema premente diante do aumento expressivo de casos de adoecimento emocional no contexto educacional, especialmente entre profissionais mulheres na educação básica. Essa pesquisa parte da constatação de que fatores como a dupla jornada, a feminização do magistério, o burnout, a indisciplina em sala de aula e a ausência de apoio institucional contribuem significativamente para o sofrimento psíquico dessas profissionais. O objetivo principal é analisar os fatores que impactam negativamente a saúde mental das professoras no ambiente escolar, considerando as desigualdades de gênero e as condições estruturais de trabalho. Para tanto, adotou-se uma revisão bibliográfica da literatura; na abordagem qualitativa, contemplando produções científicas publicadas e localizadas nas bases Scielo, Google Acadêmico, PubMed e do Banco de teses e dissertações de programas de pós graduação em Educação. Foram utilizados descritores específicos relacionados à saúde mental, gênero e trabalho docente, com critérios claros de inclusão e exclusão. Os resultados evidenciam que o adoecimento docente está diretamente associado a sobrecarga emocional, à desvalorização profissional e à precariedade das condições institucionais, sendo agravado pela invisibilidade das demandas subjetivas e das professoras. Conclui-se que a saúde mental docente deve ser entendida como questão coletiva e estrutural, que demanda políticas públicas de valorização, escuta e cuidado permanente. A promoção do bem-estar das professoras é, portanto, fundamental para a construção de ambientes escolares, saudáveis, humanizados e coerentes para o processo educativo

Palavras-chave: Saúde; Mente; Benéficos; Riscos; Escola.

INTRODUÇÃO

A saúde mental das professoras tem ganho crescente destaque nos estudos educacionais devido à sobrecarga emocional e às condições precárias de trabalho que marcam o cotidiano da docência, especialmente no contexto da educação básica. As autoras Fialho *et al.* (2025), nos falam sobre o adoecimento docente agravado por um modelo educacional que valoriza a

produtividade em detrimento do cuidado com o sujeito que ensina. Essa lógica, sustentada por uma estrutura escolar excludente e patriarcal, contribui para a naturalização do sofrimento mental das educadoras.

A feminização do magistério, embora represente uma conquista em termos de acesso ao espaço público de trabalho, não se traduziu em valorização efetiva da profissão.

¹ Acadêmica do curso de Pedagogia pela Universidade Estadual do Centro-Oeste. <mailto:karyn.luz001@gmail.com>

² Doutoranda em Educação pela Universidade Tuiuti do Paraná, Mestre em Educação pela Universidade Mackenzie. Graduação em Pedagogia Habilitação Administração pela Universidade Estadual do Centro-Oeste (1988). Especialista em Educação Motora pela Universidade de Estadual do Centro Oeste – Minter Unicamp. <mailto:adrianevassao@gmail.com>



Conforme aponta Santos (2024), a inserção massiva de mulheres na docência se deu a partir de um discurso que associa o ato de ensinar à vocação e ao cuidado materno, desqualificando o saber técnico e intelectual das professoras. Essa construção simbólica reforça desigualdades de gênero e legitima a precarização do trabalho docente, dificultando o reconhecimento das professoras como profissionais autônomas e afetando diretamente sua saúde mental. A expectativa de que a professora esteja sempre disponível e emocionalmente estável torna-se mais um fator de pressão institucional invisibilizada.

Além disso, como ressalta Medeiros (2023), os fatores que levam ao sofrimento psíquico das docentes não se limitam à sala de aula, mas envolvem também a fragilidade do apoio institucional, a indisciplina crescente dos estudantes, a violência simbólica e física, e a ausência de políticas públicas efetivas de valorização e cuidado. Esses elementos constroem um cenário de esgotamento que vem se intensificando nos últimos anos, afetando diretamente o bem-estar das educadoras. Diante desse contexto, o presente trabalho propõe-se a investigar os principais fatores que comprometem a saúde mental das professoras no ambiente escolar e as formas pelas quais o sistema educacional responde, ou se omite, frente a essa realidade.

A problemática central que orienta este estudo é: quais são as principais causas do sofrimento psíquico das professoras no ambiente escolar e como a estrutura educacional contribui para esse adoecimento? A hipótese é que o adoecimento mental das professoras não decorre de questões individuais, mas está relacionado a um conjunto de fatores sociais, institucionais e simbólicos que envolvem gênero, desvalorização profissional, excesso de demandas emocionais e falta de suporte nas escolas. A compreensão crítica dessa problemática permite ampliar o olhar para além da responsabilização individual, contribuindo para a formulação de estratégias coletivas de enfrentamento.

A relevância do tema está na urgência de se discutir a saúde mental das mulheres que educam, sobretudo num contexto de crescentes cobranças, adoecimento silencioso e negligência institucional. Trata-se de uma questão que impacta não apenas as docentes, mas todo o processo educativo, visto que o bem-estar da professora é elemento essencial para a qualidade das relações pedagógicas. Ao evidenciar o sofrimento dessas profissionais, este trabalho contribui para romper o silêncio em torno de um problema estrutural e historicamente invisibilizado.



Justifica-se, portanto, a escolha deste tema pela necessidade de compreender, com profundidade, os efeitos das questões de gênero e das condições de trabalho sobre a saúde mental das professoras. A investigação crítica dessa realidade torna-se fundamental para a elaboração de políticas públicas e ações escolares que priorizem o cuidado, o reconhecimento e a valorização da docência feminina. Além disso, esta pesquisa busca oferecer subsídios teóricos para debates na formação inicial e continuada de educadoras, contribuindo para a construção de práticas pedagógicas mais humanas e saudáveis.

O objetivo geral deste estudo é analisar os principais fatores que impactam negativamente a saúde mental das professoras no ambiente escolar, considerando as relações de gênero, as condições de trabalho e a estrutura institucional. Como objetivos específicos, propõe-se: identificar os principais elementos que contribuem para o adoecimento psíquico das docentes; refletir sobre o papel das políticas públicas e da gestão escolar no enfrentamento dessa realidade; discutir os efeitos das desigualdades de gênero na prática docente; e (4) apontar caminhos possíveis para a promoção do cuidado e da valorização profissional das professoras.

O Caminho percorrido

Este trabalho caracteriza-se como uma revisão bibliográfica, com abordagem qualitativa, cujo objetivo é reunir, analisar e sintetizar produções científicas que abordem a saúde mental das professoras no ambiente escolar. Essa metodologia permite a construção de uma compreensão ampliada e crítica do fenômeno estudado, a partir da análise de estudos já publicados. Além de mapear o estado atual do conhecimento sobre o tema, a revisão possibilita identificar lacunas teóricas e práticas nas políticas educacionais e institucionais.

As buscas foram realizadas em bases de dados amplamente reconhecidas pela comunidade científica, tais como: Scielo, Google Acadêmico, PubMed, além de repositórios institucionais de universidades públicas brasileiras. A escolha dessas bases se deu pela abrangência, relevância e acessibilidade dos artigos científicos, dissertações, teses e relatórios técnicos disponíveis.

Para a localização dos estudos foram utilizados os descritores: saúde mental docente, saúde mental de professoras, adoecimento docente, trabalho docente e sofrimento psíquico, gênero e magistério, feminização do magistério, burnout docente, burnout em professoras, precarização do



trabalho docente e saúde mental no ambiente escolar.

Como critérios de inclusão, foram considerados artigos científicos, dissertações, teses, livros e capítulos de livros, disponíveis integralmente e com acesso gratuito, escritos em língua portuguesa e que abordassem diretamente a saúde mental das professoras da educação básica, contemplando aspectos relacionados às condições de trabalho, gênero, adoecimento psíquico, síndrome de burnout, valorização docente e apoio institucional publicados entre os anos 2015 a 2025..

Por outro lado, foram excluídos estudos publicados fora do período estabelecido, trabalhos sem acesso ao texto completo, produções sem fundamentação teórica e metodológica consistente, pesquisas voltadas exclusivamente para docentes do ensino superior e estudos que tratassem da saúde mental apenas de forma secundária, sem relação direta com o objeto da pesquisa.

Após a seleção do material, realizou-se inicialmente uma leitura exploratória dos títulos, resumos e palavras-chave dos trabalhos encontrados. Em seguida, foi realizada a leitura integral dos estudos selecionados, permitindo a identificação e extração das informações mais relevantes para a investigação. Os dados foram analisados por meio da análise temática de

conteúdo, possibilitando a organização dos resultados em categorias temáticas recorrentes.

A partir desse processo, emergiram categorias relacionadas à feminização do magistério, dupla jornada de trabalho, síndrome de burnout, indisciplina escolar, fragilidade do apoio institucional e valorização docente. Essa forma de análise permitiu interpretar criticamente os resultados encontrados na literatura, considerando os aspectos sociais, institucionais e de gênero que influenciam a saúde mental das professoras no ambiente escolar.

Conceito de Saúde Mental

A saúde mental vai muito além de “mente”. Segundo o Ministério da Saúde, a saúde mental não é algo isolado, mas é intrinsecamente influenciada pelo ambiente ao nosso redor, englobando uma rede complexa de fatores biológicos, psicológicos e sociais. Ela é uma dimensão essencial na vida humana, diz respeito à capacidade de um indivíduo desenvolver-se plenamente, gerenciar suas emoções, responder às demandas da vida e, crucialmente, estabelecer vínculos comunitários e sociais. A ausência de saúde mental, frequentemente manifestada como estresse crônico e esgotamento, pode ser compreendida como a



resposta do corpo e da mente à persistente desregulação entre as exigências internas e externas.

No ambiente escolar, a saúde mental assume um papel central e estratégico, pois a docência exige não apenas a transmissão de conteúdo, mas também um intenso envolvimento afetivo e equilíbrio emocional. A professora precisa lidar com demandas pedagógicas e complexas, como ensinar e planejar, e simultaneamente manter-se emocionalmente disponível para acolher e atender as questões interpessoais e as pressões do seu dia a dia profissional e pessoal.

Seligmann-Silva (1986 apud Elias; Santos, 2018) oferece um pilar teórico essencial ao analisar a relação entre trabalho e saúde mental, evidenciando que, a partir da década de 80, os estudos sobre o sofrimento no trabalho começam a estruturar um novo campo de estudos. A autora descreve a saúde mental como:

As agressões dirigidas à mente pela vida laboral mencionadas por Seligmann-Silva (1986 apud Elias; Santos, 2018) referem-se às pressões, às sobrecargas e às tensões emocionais que o trabalhador vivencia em seu dia a dia no seu ambiente profissional. No caso das professoras, essas agressões se manifestam por meio do excesso de responsabilidades, da desvalorização

profissional, da indisciplina, da sobrecarga burocrática e da falta de reconhecimento, gerando um risco elevado de esgotamento profissional.

Por outro lado, as fontes de vitalidade e saúde apontadas pela autora dizem respeito às resistências individuais e coletivas que permitem às educadoras preservar sua identidade, dignidade e equilíbrio emocional, mesmo em meio às adversidades. Assim, compreende-se que o trabalho docente pode ser tanto um espaço de sofrimento quanto de construção de sentido e realização pessoal, dependendo das condições e das relações estabelecidas dentro da escola. A resistência emocional e o sentimento de pertencimento ao grupo de trabalho (o suporte social) funcionam, nesse contexto, como mecanismos fundamentais de proteção à saúde mental e de preservação da subjetividade docente.

A saúde mental, enquanto campo de estudo, tem sido amplamente discutida na literatura científica internacional, especialmente em bases como a PubMed, que evidenciam o crescimento de pesquisas voltadas à relação entre trabalho, sofrimento psíquico e adoecimento profissional. No contexto da docência, esses estudos apontam que o ambiente escolar se configura como um espaço de elevada exigência emocional, no qual o equilíbrio psicológico dos



profissionais é constantemente tensionado por fatores estruturais, sociais e institucionais. Nesse sentido, compreender a saúde mental das professoras exige uma análise que vá além do indivíduo, incorporando dimensões históricas, culturais e de gênero.

A literatura científica demonstra que o trabalho docente está entre as profissões mais suscetíveis ao adoecimento mental, sobretudo em função da sobrecarga emocional, da exigência de múltiplas competências e da ausência de reconhecimento institucional. Estudos apontam que sintomas como ansiedade, estresse crônico, exaustão emocional e depressão são recorrentes entre professoras, sendo frequentemente associados à intensificação do trabalho e à precarização das condições laborais.

O sofrimento mental, portanto, não pode ser visto como uma questão individual, restrita à vida pessoal da professora, ele é resultado de fatores estruturais e organizacionais que atravessam o cotidiano escolar, como as condições precárias de trabalho, o excesso de burocracia, a ausência de reconhecimento social e a falta de políticas públicas voltadas ao cuidado emocional dos profissionais da educação. Assim, a saúde mental docente deve ser entendida como uma questão coletiva e

social, que requer atenção tanto da gestão escolar quanto das políticas educacionais.

A Feminização do Magistério

As autoras Miranda e Bortolaci (2024) destacam que a feminização do magistério historicamente associa a docência feminina a atributos de cuidado, paciência e dedicação, reforçando estereótipos que vinculam o trabalho docente às responsabilidades domésticas. Essa associação naturaliza a ideia de que o ensino é uma extensão do papel feminino no lar, desconsiderando as competências técnicas e acadêmicas das professoras. Além disso, contribui para a precarização da profissão, mantendo baixos salários e condições de trabalho desfavoráveis, ao mesmo tempo em que influencia a percepção de estudantes, famílias e colegas sobre a atuação docente feminina.

Miranda e Bortolaci (2024) observam que a sobrecarga emocional das professoras está diretamente relacionada às expectativas sociais e institucionais de que mulheres devem assumir responsabilidades afetivas e pedagógicas adicionais. A pressão por desempenho perfeito, muitas vezes responsabilizando exclusivamente as docentes pelo sucesso ou fracasso dos alunos, evidencia uma hierarquia de gênero internalizada na escola. A valorização de



virtudes tradicionalmente femininas, como amor pelas crianças e espírito de sacrifício, contribui para a invisibilização do trabalho docente e intensifica o esgotamento psíquico das professoras, mostrando que a dimensão emocional da docência é tanto uma expectativa social quanto uma carga silenciosa.

Os autores Martins, Santos e Almeida (2025) afirmam que a feminização da carreira docente no Brasil é resultado de processos históricos e sociais que associam a presença feminina na educação à naturalização de características como cuidado, paciência e vocação maternal. Esses estereótipos reforçam a concepção da profissão como extensão das tarefas domésticas, limitando o reconhecimento social, econômico e profissional das mulheres. A trajetória histórica evidencia que, à medida que o magistério perdeu prestígio, os homens abandonaram a profissão, criando um espaço predominantemente feminino, o que fortaleceu estereótipos de gênero que desvalorizam a atividade docente e reproduzem desigualdades estruturais.

O fenômeno da feminização não se restringe à quantidade de mulheres na docência, mas se ancora em dispositivos de poder e normas culturais que regulam comportamentos e expectativas sociais. A sociedade projetou historicamente que a

mulher seria mais apta a desempenhar funções de cuidado, incorporando o ensino como extensão da maternidade. Essa construção gera sobrecarga emocional silenciosa, pois a profissão exige dedicação afetiva intensa sem reconhecimento proporcional, impactando diretamente a saúde mental das professoras e perpetuando um ciclo de precarização profissional (Martins, Santos e Almeida, 2025).

A autora Santos (2024) argumenta que a feminização do magistério no Brasil se consolidou a partir de fatores históricos, sociais e culturais que reforçaram papéis de gênero específicos para as mulheres. O ingresso feminino na docência esteve associado a uma suposta vocação natural para o cuidado e a educação infantil, consolidando estereótipos que vinculam a mulher ao espaço escolar, especialmente nos primeiros anos de escolarização. Esse predomínio quantitativo e simbólico reforça uma lógica patriarcal que associa o ato de ensinar ao prolongamento das funções maternas, desvalorizando a carreira docente.

Na perspectiva da autora Santos (2024), as representações sociais construídas historicamente sobre o que é ser mulher interferem diretamente nas formas de atuação profissional feminina, configurando uma sobreposição entre os papéis de mãe e professora. Essa sobreposição legitima a



precarização das condições de trabalho, dificulta o reconhecimento do magistério como carreira valorizada e contribui para a manutenção de desigualdades de gênero no sistema educacional. Além disso, observa-se que, mesmo com ampla participação feminina, as mulheres permanecem sub-representadas em cargos de liderança, demonstrando que a desigualdade de gênero transcende a presença numérica.

A autora Medici (2022) ressalta que a feminização do magistério está envolta em construções sociais que associam o trabalho pedagógico ao papel feminino de cuidado e doação. Essa associação desvaloriza o magistério ao apresentá-lo como extensão das funções maternas e domésticas atribuídas às mulheres. A inserção predominante de mulheres na Educação Infantil e nos primeiros anos do Ensino Fundamental reforça a ideia de que o trabalho educativo é naturalmente feminino, limitando possibilidades de reconhecimento profissional e ascensão hierárquica.

A feminização do magistério não representa apenas uma predominância numérica de mulheres, mas está associada a condições laborais precarizadas, baixos salários e sobrecarga de trabalho. As exigências emocionais e afetivas da profissão, muitas vezes invisíveis e não remuneradas, potencializam o sofrimento

psíquico das professoras, elevando níveis de estresse, ansiedade e adoecimento mental. Essa situação evidencia a necessidade de políticas institucionais de apoio psicológico e promoção da saúde mental, que considerem especificamente as desigualdades de gênero presentes na docência (Medici, 2022).

Reflexos na Saúde Mental das Professoras, a Sobrecarga Invisível A Duplea Jornada Imposta às Mulheres na Docência

A autora Delgado (2023) exemplifica que a sobrecarga enfrentada por mulheres na docência é resultado de uma trajetória histórica que associa o feminino ao cuidado, estruturando o cotidiano das professoras. Essa realidade se manifesta na acumulação de funções profissionais, acadêmicas e pessoais, incluindo planejamento de aulas, participação em formações continuadas, gestão de exigências institucionais, estudos e tarefas domésticas ou familiares. Tal acúmulo, muitas vezes naturalizado sob a justificativa de um “dom” materno, revela padrões de desigualdade de gênero que desvalorizam social e economicamente o trabalho feminino.

O imaginário social que vincula a professora à figura de “tia” ou “mãe” compromete a autonomia profissional e esvazia o reconhecimento intelectual de sua



atuação. Essa associação reduz o valor da docência a uma extensão da maternidade, legitima baixos salários e condições de trabalho precárias, e mantém a ausência de políticas efetivas de valorização. Quando o cuidado é considerado uma responsabilidade exclusiva do feminino, mesmo as funções pedagógicas e administrativas sofrem desvalorização, reforçando hierarquias de gênero nas instituições educacionais (Delgado, 2023).

As autoras Dal Maso e Furlin (2025) afirmam que a feminilização da docência na educação básica decorre de construções sociais que associam ensino e cuidado ao feminino, perpetuando a divisão sexual do trabalho. Esse fenômeno legitima a sobrecarga invisível, sobretudo em cargos de liderança, como direção escolar, onde as mulheres acumulam funções pedagógicas, administrativas e familiares, enquanto os espaços de decisão permanecem majoritariamente masculinos. Essa estrutura educacional generificada evidencia que a dupla jornada é tanto uma questão de distribuição desigual de tarefas quanto de poder institucional.

Dal Maso e Furlin (2025) exemplificam que a gestão escolar exercida por mulheres é frequentemente percebida como uma extensão da docência, e não como um posto autônomo de liderança, reforçando

desigualdades estruturais. A conciliação entre carreira, cuidados familiares, demandas domésticas e planejamento pedagógico resulta em intensa sobrecarga física e emocional, impactando a saúde mental das docentes. Mesmo com formação e competência, essas mulheres enfrentam barreiras simbólicas e institucionais que limitam sua ascensão e reconhecimento profissional.

Cerri (2025) observa que a sobrecarga das professoras ultrapassa os limites da atividade docente tradicional, incluindo planejamento pedagógico, tarefas administrativas, participação em formações continuadas e responsabilidades familiares ou domésticas. Essa sobreposição de funções, somada à falta de mecanismos institucionais de apoio, consolida uma estrutura de trabalho desigual, sustentada por padrões históricos de gênero que subordinam o papel da mulher na profissão e em outros espaços de sua vida.

Na perspectiva de Cerri (2025), a chamada “dupla jornada” constitui um fator de adoecimento mental e emocional, frequentemente naturalizado no cotidiano escolar. As professoras acumulam funções pedagógicas e administrativas com atividades domésticas e cuidados familiares, o que compromete o tempo destinado ao descanso, ao autocuidado e ao



desenvolvimento pessoal. A invisibilização desse desgaste, agravada pela ausência de políticas institucionais, reforça desigualdades de gênero e limita a autonomia das mulheres, impactando diretamente sua saúde mental e a qualidade do ensino (ICERRI, 2025).

A autora Correia (2025) evidencia que a sobrecarga das mulheres docentes resulta da confluência entre exigências profissionais e responsabilidades históricas do gênero feminino, configurando uma dupla jornada estruturada pela persistente divisão sexual do trabalho. Essa realidade não se restringe à quantidade de tarefas, mas envolve o desgaste emocional e mental, que é naturalizado e invisibilizado tanto social quanto institucionalmente. O magistério, majoritariamente feminino, reproduz estereótipos de gênero ao tratar afeto e cuidado como obrigações naturais, sem reconhecer essas competências como profissionais legítimas (CORREIA, 2025).

A solução para essa sobrecarga exige políticas públicas educacionais e estratégias institucionais voltadas à equidade de gênero, incluindo apoio psicossocial, valorização docente, redistribuição justa das tarefas e criação de ambientes educacionais acolhedores e representativos. Só assim será possível reduzir o impacto da dupla jornada na saúde mental das professoras e promover

condições de trabalho mais equilibradas e dignas (Correia, 2025).

Burnout Docente: O Esgotamento como Reflexo da Crise no Trabalho Educacional

As autoras Santos *et al.* (2025) compreendem o burnout docente como resultado de um processo de desgaste contínuo, intensificado pelas exigências excessivas do ambiente escolar. As professoras enfrentam uma rotina marcada pelo acúmulo de funções pedagógicas, administrativas e emocionais, que, somadas à ausência de reconhecimento e à precariedade das condições de trabalho, geram um cenário propício ao adoecimento mental. Nesse contexto, o esgotamento não deve ser visto como um problema individual, mas como manifestação direta das estruturas educacionais que operam sob lógicas desumanizantes.

Além disso, a imposição de metas rigorosas, a indisciplina crescente nas salas de aula e a falta de respaldo institucional colaboram para intensificar os sintomas do burnout. Tais condições afetam não apenas a saúde das docentes, mas também o ambiente escolar como um todo, comprometendo o vínculo pedagógico e a qualidade do ensino. O isolamento, a desmotivação e a baixa autoestima tornam-se efeitos recorrentes, o



que evidencia a necessidade urgente de políticas públicas que priorizem a saúde mental das educadoras e garantam ambientes mais justos e acolhedores (Santos *et al.*, 2025).

Fialho *et al.* (2025) reforçam essa análise ao apontarem que a síndrome de burnout é uma consequência direta da precarização do trabalho docente, marcada pela intensificação das tarefas e pela ausência de suporte emocional e institucional. A lógica produtivista vigente nas escolas pressiona as professoras por resultados, mesmo diante da falta de recursos e da desvalorização profissional. A sobrecarga física e simbólica resulta em exaustão emocional, despersonalização e sensação de baixa realização, que são características centrais da síndrome.

O sofrimento das docentes é constantemente silenciado ou naturalizado pelas próprias instituições escolares. A falta de políticas de escuta e de cuidado coletivo agrava ainda mais o quadro, criando um ambiente de vulnerabilidade constante. O enfrentamento do burnout deve ir além de intervenções pontuais e incluir ações estruturais como a redução da carga horária, fortalecimento da cooperação no ambiente escolar e valorização efetiva da carreira docente como estratégia de promoção de saúde mental (Fialho *et al.*, 2025).

Ao investigar a produção acadêmica sobre a saúde do professor, Pinto (2024) destaca que os transtornos mentais superam os físicos como causas de afastamento da docência, sendo o burnout um dos quadros mais recorrentes. A autora aponta que a rotina escolar tem se tornado cada vez mais exigente e emocionalmente desgastante, exigindo das professoras uma constante performance que ultrapassa o campo pedagógico e alcança o afetivo, o moral e o psicológico. Essa realidade demonstra o quanto o trabalho docente tem sido invadido por pressões desmedidas, sem o devido respaldo institucional.

Ela também argumenta que a negligência das redes de ensino em reconhecer e atuar diante do sofrimento psíquico das professoras contribui para um ciclo de adoecimento silencioso. A autora defende a criação de políticas institucionais que não apenas identifiquem, mas também intervenham preventivamente nos fatores que desencadeiam o burnout, promovendo o cuidado com a saúde emocional como parte do compromisso com a qualidade da educação. Para tanto, propõe ações como espaços de escuta, programas de acompanhamento psicológico e incentivo à formação continuada com foco no bem-estar docente.



O autor Medeiros (2023) complementa esse panorama ao afirmar que o adoecimento das professoras é intensificado por um modelo de escola que sobrecarrega o corpo docente com múltiplas tarefas, mas ignora suas necessidades humanas. A ausência de tempo para o planejamento pedagógico, o corte de direitos como hora-atividade e a pressão por desempenho constante geram estresse crônico e esgotamento. A lógica de produtividade vigente nas instituições trata o ensino como um serviço técnico, invisibilizando os vínculos afetivos e subjetivos que estruturam a prática docente.

O burnout docente não é uma patologia isolada, mas o reflexo de uma crise profunda nas condições de trabalho nas escolas. É proposto que a promoção da saúde mental das professoras deve ser prioridade nas políticas educacionais, com ações como valorização profissional, melhoria das estruturas físicas escolares, ampliação dos espaços de escuta e acompanhamento psicológico. Enfrentar essa realidade requer uma transformação estrutural na forma como o trabalho docente é organizado e compreendido pela sociedade e pelas gestões escolares (Medeiros, 2023).

A matéria publicada por Brasil (2023) no portal da Fundacentro reforça o agravamento do quadro de adoecimento entre

professores no Brasil, com destaque para os transtornos mentais, como burnout, depressão e estresse crônico. Durante o IV Seminário Trabalho e Saúde dos Professores, discutiu-se que esses transtornos já ultrapassam os problemas físicos como principal causa de afastamento das salas de aula, evidenciando a urgência de ações concretas por parte do poder público. Além disso, a matéria denuncia a violência simbólica e física que muitas docentes enfrentam dentro e fora das escolas, potencializando ainda mais o sofrimento psíquico.

Outro ponto crítico abordado por Brasil (2023) é a prevalência de distúrbios de voz entre as professoras, especialmente em razão do esforço vocal contínuo, da alta carga horária e do ambiente ruidoso das escolas. Em pesquisa realizada com docentes da rede municipal de São Paulo, 57,3% relataram problemas vocais relacionados ao trabalho. A matéria conclui que, para combater o burnout e outros quadros de adoecimento, são necessárias políticas públicas eficazes, condições dignas de trabalho, valorização profissional e ações institucionais de cuidado, que promovam o bem-estar físico e mental das educadoras como parte essencial da qualidade educacional;

Resultados



A análise dos estudos selecionados permitiu identificar que o adoecimento mental das professoras está relacionado principalmente à sobrecarga de trabalho, à desvalorização profissional e à insuficiência de apoio institucional. Os trabalhos analisados convergem ao demonstrar que as exigências contemporâneas da docência extrapolam as atividades pedagógicas tradicionais, incorporando responsabilidades emocionais, sociais e administrativas que ampliam significativamente o desgaste psíquico das profissionais. Os resultados encontrados corroboram as análises de Medeiros (2023), Borges (2020) e Hashizume (2018), que apontam a intensificação do trabalho docente como um dos principais fatores associados ao desenvolvimento de sintomas de ansiedade, estresse e esgotamento emocional. A análise realizada nesta pesquisa evidencia que a precarização das condições de trabalho continua sendo um elemento central para compreender o sofrimento mental das professoras.

Outro resultado relevante refere-se à influência das desigualdades de gênero na construção das condições de trabalho das docentes. Estudos de Miranda e Bortolaci (2024), Santos (2024), Medici (2022), Castanha (2015), Gomes (2016) e Nogueira e Schlueher (2017) demonstram que a

feminização do magistério foi historicamente acompanhada pela associação entre docência, maternidade e cuidado. A partir da análise dos estudos selecionados, observou-se que essa construção social permanece presente no ambiente escolar contemporâneo, contribuindo para a naturalização da sobrecarga feminina e para a invisibilização do sofrimento mental das professoras.

Também foi identificado que a ausência de políticas permanentes de acolhimento e cuidado constitui um importante fator de agravamento do sofrimento psíquico docente. Os estudos de Fialho *et al.* (2025), Pinto (2024), Silva *et al.* (2023), ONU Brasil ([s.d.]) e Brasil (2023) apontam que muitas instituições escolares ainda priorizam indicadores de desempenho e produtividade em detrimento do bem-estar dos profissionais. Na interpretação dos resultados encontrados, percebe-se que a fragilidade do suporte institucional favorece o surgimento de quadros de burnout, exaustão emocional e afastamentos por transtornos mentais, reforçando a necessidade de políticas educacionais que contemplem a saúde mental como elemento estratégico para a qualidade da educação.

A análise dos estudos selecionados revelou que o adoecimento mental das professoras está fortemente associado à



combinação de fatores institucionais, sociais e históricos que atravessam o cotidiano da docência. Observou-se que elementos como a sobrecarga de trabalho, a dupla jornada, a desvalorização profissional e a insuficiência de apoio institucional aparecem de forma recorrente na literatura analisada. Os resultados encontrados reforçam as discussões apresentadas por Borges (2020), Medeiros (2023), Hashizume (2018) e Silva *et al.* (2023), que apontam a precarização das condições de trabalho como um dos principais fatores responsáveis pelo aumento do sofrimento psíquico entre profissionais da educação.

Outro aspecto amplamente identificado nos estudos refere-se à influência das desigualdades de gênero na constituição do trabalho docente. As pesquisas de Castanha (2015), Gomes (2016), Faria (2017), Miranda e Bortolaci (2024), Santos (2024) e Medici (2022) demonstram que a feminização do magistério contribuiu historicamente para a naturalização de funções relacionadas ao cuidado, gerando expectativas sociais que ampliam as responsabilidades atribuídas às professoras. A análise realizada permitiu compreender que essas construções históricas continuam influenciando as condições de trabalho das docentes, favorecendo processos de sobrecarga

emocional e aumentando a vulnerabilidade ao adoecimento mental.

Verificou-se que a promoção da saúde mental das professoras depende diretamente da implementação de políticas institucionais de valorização e cuidado. Estudos como os de Fialho *et al.* (2025), Pinto (2024), Correia (2025), ONU Brasil ([s.d.]) e Seligmann-Silva (2022) apontam que estratégias voltadas ao acolhimento psicológico, à melhoria das condições de trabalho e ao fortalecimento das relações institucionais podem contribuir significativamente para a redução dos índices de sofrimento psíquico. Dessa forma, os resultados desta revisão evidenciam que a saúde mental docente deve ser compreendida como uma responsabilidade coletiva, o que exige ações permanentes de apoio, reconhecimento profissional e valorização da carreira docente.

Considerações Finais

O presente estudo teve como objetivo analisar os principais fatores que impactam a saúde mental das professoras no ambiente escolar, considerando as relações de gênero, as condições de trabalho e o suporte institucional oferecido pelas escolas. Em resposta à problemática proposta, verificou-se que o sofrimento psíquico das docentes está diretamente relacionado à sobrecarga de



funções, à dupla jornada de trabalho, à desvalorização profissional, à indisciplina escolar e à insuficiência de políticas de acolhimento e cuidado. Os resultados demonstram que essas condições afetam significativamente o bem-estar das professoras e comprometem não apenas sua saúde mental, mas também a qualidade do processo educativo.

A hipótese inicialmente formulada foi confirmada, uma vez que a literatura analisada evidenciou que o adoecimento mental das professoras não decorre de fatores exclusivamente individuais, mas resulta de aspectos sociais, históricos e institucionais que permeiam a profissão docente. A feminização do magistério, associada à naturalização do cuidado como responsabilidade feminina, contribui para a ampliação das demandas emocionais e profissionais impostas às mulheres. Dessa forma, as desigualdades de gênero permanecem como um importante elemento explicativo para a compreensão do sofrimento mental no contexto educacional.

Outro aspecto identificado refere-se à necessidade de fortalecimento das ações institucionais voltadas à promoção da saúde mental docente. Os estudos analisados apontam que a implementação de programas de apoio psicológico, espaços de escuta, valorização profissional e melhoria das

condições de trabalho pode contribuir para a prevenção do adoecimento e para a construção de ambientes escolares mais saudáveis. Nesse sentido, torna-se fundamental que gestores, sistemas de ensino e formuladores de políticas públicas reconheçam a saúde mental das professoras como um componente essencial para a qualidade da educação.

Recomenda-se que futuras pesquisas aprofundem a investigação sobre a saúde mental das professoras por meio de estudos empíricos realizados diretamente nas escolas, envolvendo diferentes níveis de ensino e contextos regionais. Também se sugere a realização de pesquisas voltadas à avaliação da eficácia de programas de prevenção e promoção da saúde mental no ambiente escolar. O desenvolvimento de novos estudos poderá ampliar a compreensão sobre o tema e subsidiar a elaboração de estratégias mais efetivas para o cuidado, a valorização e o fortalecimento da docência feminina.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde mental. Ministério da Saúde, [s.d.]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-mental>. Acesso em: 25 nov. 2025.



BRASIL. Professores enfrentam transtornos mentais, distúrbios de voz e violência. Fundacentro – Comunicação Notícias, 27 out. 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/fundacentro/ptbr/comunicacao/noticias/noticias/2023/outubro/professores-enfrentam-transtornos-mentais-disturbios-de-voz-e-violencia>.

CASTANHA, André Paulo. **O processo de feminização do magistério no Brasil do século 19: coeducação ou escolas mistas.** *História da Educação (Online)*, Porto Alegre, v. 19, n. 47, p. 197–212, set./dez. 2015. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/2236-3459/51341>. Acesso em: 26 mar. 2026.

CERRI, Isabella. Experiências de mulheres profissionais da educação infantil e ensino fundamental na conciliação de tarefas familiares e profissionais. Universidade Federal Do Ceará, 2025.

CORREIA, Carolina Antunes. **Feminismos e docência: Caminhos e desafios na construção de uma educação em busca pela equidade.** Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Pedagogia)- Faculdade de Educação, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2025.

DAL MASO, Sirnei Puntel; FURLIN, Neiva. Presença de mulheres na gestão escolar:

dinâmicas de gênero e de poder. **Educação e Pesquisa**, 2025.

DELGADO, Bárbara Polzer. **Lecionar ou cuidar: a docência ainda é um lugar de desejo para a mulher contemporânea?** Universidade Federal de Ouro Preto, 2023.

ELIAS, Marisa A.; SANTOS, Yasmin L. Queiroz. **Mercantilização da Educação e Adoecimento de Docentes do Ensino Superior.** In: HASHIZUME, Cristina Miyuki. **Trabalho Docente e Precarização nas Relações Laborais da Educação: uma abordagem crítica.** 1. ed. Curitiba: Appris, 2018. p. 139-153.

FARIA, Tereza Cristina Leandro de. **Magistério no Brasil: profissão feminina e masculina**, 2017.

FIALHO, Lia Machado Fiuza *et al.* Síndrome de Burnout e a precarização do trabalho docente: evidências na revisão de literatura brasileira. **ETD-Educação Temática Digital**, 2025.

GOMES, Mirian Paloma Ferreira. **A história da feminilização do magistério no Brasil.** In: VI SETEP – *Seminário de Estudos Teóricos e Práticos da Educação*. Universidade do Estado do Rio Grande do Norte, 2016. Disponível em: <http://www.setep2016.com.br>; Acesso em: 26 mar. 2026.



MARTINS, Bárbara Do Vale; SANTOS, Adriana Ramos Dos; ALMEIDA, Murilena Pinheiro De. A feminização da carreira docente no Brasil: reflexões teóricas sobre relações de gênero e educação. **Perspectivas em Diálogo: Revista de Educação e Sociedade**, 2025.

MEDEIROS, Bruno Padula. O trabalho docente e o adoecimento no âmbito escolar. 2023.

MEDICI, Mônica Strege. **A questão de gênero na docência: as mulheres-professoras no magistério**. Universidade Federal Do Tocantins (UFT), 2022.

MIRANDA, Nicole Cristine Vieira; BORTOLACI, Natalia. Análise do processo de opressão social de gênero e da feminização do magistério à luz da obra “A produção do fracasso escolar”. **Revista Cactácea–Educação**, Filosofia, 2024.

NOGUEIRA, Juliana Keller; SCHLUEHER, Analete Regina. **Feminização do magistério no Brasil: o que relatam os pareceres do primeiro congresso da instrução do Rio de Janeiro**. *Revista HISTEDBR On-line*, Campinas, n. 78, p. 77–93, set. 2017. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/histedbr/article/view/8653434>. Acesso em: 26 mar. 2026.

ONU Brasil. Saúde mental depende de bem-estar físico e social, diz OMS em Dia Mundial. ONU Brasil, [s.d.]. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/74566-sa%C3%BAde-mental-dep%C3%ADsico-e-social-diz-oms-em-dia-mundial>. Acesso em: 25 nov. de 2025.