

Saúde Mental de Professoras e de Professores de um Município do Agreste Pernambucano

Mental Health of Female and Male Teachers in a Municipality in the Agrest Region of Pernambuco

Salud Mental de Docentes y Docentes de um Municipio de la Región Agreste de Pernambuco

Samara Gomes da Silva¹

Elidiane Reges da Silva²

Maria Clara Duarte Mélo Freire³

Claudimara Chisté Santos⁴

DOI 10.70678/sala8.v1i10.1540

Artigo científico

Linha de pesquisa: educação na saúde

RESUMO

Trata-se de uma pesquisa empírica, de caráter quantitativo e descritivo, a partir da perspectiva da promoção em saúde mental. Teve como objetivo rastrear os níveis de depressão, ansiedade e estresse em professoras e professores da rede pública de um município de Pernambuco - Brasil, associando estes fatores com parentalidade, vivências religiosas, práticas de exercício físico, gênero, estado civil e idade. Os instrumentos utilizados foram a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse - DASS 21 - e um questionário sociodemográfico realizado com 34 participantes de três escolas, em entrevistas individuais. Os resultados mostraram que o sofrimento foi influenciado por fatores tais como gênero, estar cursando alguma pós-graduação e idade. Espiritualidade e prática de atividade física demonstram ser fatores protetivos. A promoção em saúde mental desses profissionais precisa ser considerada nas políticas públicas. Recomenda-se que futuras pesquisas ampliem o escopo da investigação, para verificar se as tendências encontradas podem ser generalizadas.

Palavras-chave: Docência. Ensino Fundamental. Sofrimento Psíquico.

ABSTRACT

¹Universidade de Pernambuco, Graduanda no curso Bacharelado em Psicologia, samara.gsilva@upe.br

²Universidade de Pernambuco, Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Psicologia - Práticas e Inovação em Saúde Mental, elidiane.reges@upe.br

³Universidade de Pernambuco, Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Psicologia - Práticas e Inovação em Saúde Mental, mclara.duartemf@upe.br

⁴Universidade de Pernambuco, Doutorado/Psicologia, claudimara.chiste@upe.br

This is an empirical, quantitative, and descriptive study from the perspective of mental health promotion. Its objective was to assess the levels of depression, anxiety, and stress among teachers in the public school system of a municipality in Pernambuco, Brazil, associating these factors with parenting, religious experiences, physical exercise practices, gender, marital status, and age. The instruments used were the Depression, Anxiety, and Stress Scale – DASS 21 – and a sociodemographic questionnaire, applied to 34 participants from three schools through individual interviews. The results showed that suffering was influenced by factors such as gender, being enrolled in a postgraduate program, and age. Spirituality and physical activity proved to be protective factors. The promotion of mental health among these professionals needs to be considered in public policies. It is recommended that future research broaden the scope of investigation to verify whether the observed trends can be generalized.

Keywords: Teaching. Primary Education. Psychological Distress.

RESUMEN

Se trata de una investigación empírica, de carácter cuantitativo y descriptivo, desde la perspectiva de la promoción de la salud mental. Tuvo como objetivo rastrear los niveles de depresión, ansiedad y estrés en profesoras y profesores de la red pública de un municipio de Pernambuco - Brasil, asociando estos factores con la parentalidad, experiencias religiosas, prácticas de ejercicio físico, género, estado civil y edad. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés – DASS 21 – y un cuestionario sociodemográfico aplicados a 34 participantes de tres escuelas, en entrevistas individuales. Los resultados mostraron que el sufrimiento estuvo influenciado por factores tales como el género, estar cursando algún posgrado y la edad. La espiritualidad y la práctica de actividad física demostraron ser factores protectores. La promoción de la salud mental de estos profesionales necesita ser considerada en las políticas públicas. Se recomienda que futuras investigaciones amplíen el alcance de la indagación, para verificar si las tendencias encontradas pueden ser generalizadas.

Palabras clave: Docencia. Enseñanza Primaria. Sufrimiento Psíquico.

1 INTRODUÇÃO

O objeto de estudo da presente pesquisa é a saúde mental de professoras e de professores que atuam em uma rede municipal de Ensino, especificamente com Ensino Fundamental I e II. O recorte utilizado para a investigação ateu-se à depressão, ansiedade e estresse dos(as) participantes.

Estresse é visto como o processo de experienciar momentos que são entendidos como ameaçadores ao bem-estar (Teixeira e Silva, 2012). As autoras atribuem essa condição ao ritmo acelerado da sociedade, a pressão para a realização de uma tarefa e à exposição a violência ou situações sensíveis.

Depressão, por sua vez, causa grandes impactos na qualidade de vida, nos aspectos físicos e mentais daqueles que convivem com a doença e é constituída por humor triste, desânimo, apatia, autoestima diminuída e sentimento de incapacidade que são mais intensos do que os sentimentos comuns de tristeza (Dalgarrondo, 2019).

Ansiedade, último aspecto a ser analisado ao longo do texto, pode ser classificada em diversos tipos, de acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, 5º edição, Revisão de texto (DSM-5-TR, 2023). Se caracteriza como uma resposta emocional ao estresse com a presença de sentimentos de preocupação ligados à uma possibilidade de danos físicos ou psicológicos (Smith *et al.* 1998). Os sintomas comuns são inquietação, irritabilidade, dificuldade para relaxar, medo ou angústia.

Tendo isso em vista, não é objetivo do presente artigo concluir diagnósticos de nenhum dos participantes e sim traçar um panorama da situação da saúde mental nas escolas participantes da pesquisa, de modo a subsidiar ações de cuidado.

Cecília Meireles, no poema “Qualidades de um Professor” (Lôbo, 2010), escreveu:

Se há uma criatura que tem a necessidade de formar e manter constantemente firme uma personalidade segura e complexa, essa criatura é o professor.

Destinado a pôr-se em contato com a infância e a adolescência, nas suas mais várias e incoerentes fases, tendo de compreender as inquietações da criança e do jovem, para bem os orientar e satisfazer sua vida, o professor deve ter também um contínuo aperfeiçoamento, uma concentração permanente de energias que sirvam de base e assegurem a sua possibilidade, variando sobre si mesmo, deve apreender cada fenômeno circunstante, conciliando todos os desacordos aparentes, todas as variações humanas nessa visão total indispensável aos educadores.

É, certamente, uma grande obra chegar a consolidar-se numa personalidade assim. Ser ao mesmo tempo um resultado – como todos somos – da época, do meio, da família, com características próprias, enérgicas, pessoais, e poder ser o que é cada aluno, descer à sua alma, feita de mil complexidades, para se poder pôr em contato com ela, e estimular-lhe o poder vital e a capacidade de evolução.

E ter o coração para se emocionar diante de cada temperamento. E ter imaginação para sugerir.

E ter conhecimentos para enriquecer os caminhos transitados.

E saber ir e vir por entre esse mistério que existe em cada criatura, fornecendo-lhe cores luminosas para se definir, vibratilidades ardentes para se manifestar, força profunda para se erguer até o máximo, sem vacilações nem perigos. Saber

ser poeta para inspirar. Quando, na mocidade, procura um rumo para a sua vida, leva consigo, no mais íntimo do peito, um exemplo guardado, que lhe serve de ideal.

Quantas vezes, entre esse ideal e o professor, se abrem enormes precipícios, de onde se originam os mais tristes desenganos e as dúvidas mais dolorosas?

Como seria admirável se o professor pudesse ser tão perfeito que constituísse, ele mesmo, o exemplo amado de seus alunos!

E, depois de ter vivido diante dos seus olhos, dirigindo uma classe, pudesse morar para sempre na sua vida, orientando-a e fortalecendo-a com a inesgotável fecundidade da sua recordação.

A importância da profissão e dos(as) profissionais que se comprometem a fazer a diferença em um lugar que demanda tamanha responsabilidade por vezes precisa da arte para ser expressa. Soares *et al.* (2025) trazem que no comprometimento na docência por depressão, ansiedade ou esgotamento profissional a qualidade do ensino pode ser afetada de modo significativo. Diante desse cenário, debruçar-se sobre a saúde mental de professoras e professores pode contribuir para a formação de políticas públicas que considerem estes trabalhadores.

Dessa forma, esta investigação pretende contribuir com uma discussão sobre o tema, de modo a subsidiar futuras ações de gestão a serem implementadas e ampliar o escopo para futuras pesquisas.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Saúde Mental é uma área ampla de atuação e, apesar de ser multifacetada, necessita ser delimitada, pelo menos circunstancialmente. Assim, nesta investigação, em relação à compreensão sobre este campo, será adotada a visão de Amarante (2011), que lança um olhar polissêmico para este campo, considerando que ele não pode ser reduzido ao “tratamento de doenças mentais” (p. 11). O autor prefere, ao discorrer sobre saúde mental e atenção psicossocial, usar o termo “sofrimento psíquico ou mental” (p.68), tendo em vista que remete às experiências singulares de um sujeito que sofre. Se a fundamentação teórica ficasse restrita a esta visão, não haveria motivos para um

rastreio, ou seja, para uma investigação de cunho estruturalista, tendo em vista que o uso de escalas ou testes psicológicos olham para um desvio.

Entretanto, na perspectiva da promoção em saúde mental, conhecer a realidade pode auxiliar na assunção de novas práticas e intervenções, inclusive para se evitar sofrimentos, não apenas para “tratar” o que já existe. Este modo de enxergar o cuidado vem sendo construído e delineado historicamente desde 1964 (Murta *et al.*, 2015), mas o modelo proposto por Weisz *et al.* (2005) tem sido um dos mais aceitos. Para estes autores, a saúde mental precisa ser pensada de forma integrativa, oferecendo às pessoas recursos para o enfrentamento de situações pessoais e contextuais.

A partir da síntese de quatro pesquisas realizadas entre 2018 e 2022 no estado de São Paulo, Ferreira-Costa *et al.* (2025) analisaram os principais fatores associados ao adoecimento mental de docentes. Foram encontrados como aspectos estressantes o ambiente escolar – comportamento dos alunos, falta de infraestrutura e materiais pedagógicos; precarização do trabalho docente e desvalorização social. Os dados encontrados pelos autores apontam que mulheres tendem a apresentar maior incidência de sintomas de ansiedade, estresse e depressão do que os homens. Como fator protetivo foi encontrado que docentes mais velhos tendiam a adoecer menos. A hipótese levantada foi de que a experiência possibilitou a aquisição de habilidades e conhecimentos para lidar com o cotidiano de maneira mais saudável. A espiritualidade também se mostrou um fator de apoio e de promoção de saúde mental.

Drabowoksi *et al.* (2025) realizaram uma pesquisa mista envolvendo análise documental, questionário e entrevistas, buscando identificar situação de saúde mental e fatores estressantes na rotina de trabalho. Eles encontraram que, além das condições de trabalho, às necessidades diversas dos estudantes são motivos para aumento das preocupações e conseqüente aumento do sofrimento psíquico dos docentes.

Considerando que, apesar dos indicativos de tendências de fatores que causam sofrimento psíquico, as realidades são únicas e particulares, esta pesquisa teve como objetivo rastrear os níveis de depressão, ansiedade e estresse em professoras e professores da rede pública de ensino fundamental de três escolas de um município do agreste pernambucano. Os objetivos específicos foram analisar a relação entre

eventuais sofrimentos e algumas situações, a saber: tempo de atuação no magistério, vivências religiosas, práticas de exercício físico, gênero, estado civil e idade, território da escola, exercício da parentalidade e a formação profissional concomitante ao exercício da docência na saúde mental dos(as) participantes.

3 METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa aprovada pelo Comitê de Ética sob o CAAE de número 68898923.9.0000.0128, de caráter quantitativo e descritivo, realizada por meio de um estudo de levantamento (Flick, 2013) e, na presente pesquisa, foi realizada uma pesquisa descritiva, ou seja, aquela busca conhecer as características de uma determinada população, em um momento específico (Grey, 2012). Segundo os autores, uma de suas características é o uso de questionários. Neste caso, foi utilizada uma escala de domínio público validada - a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse - DASS-21 (Lovibond e Lovibond, 1995) e adaptada para o Brasil por Vignola e Tucci (2013) na versão reduzida.

A DASS- 21 tem três subescalas que buscam avaliar depressão, ansiedade e estresse a partir do modelo de pontuação do tipo Likert, com 21 afirmações em que os participantes devem manifestar o que mais se assemelha a sua condição. A pontuação da escala varia entre 0, “não se aplicou de maneira alguma” e 3, “aplicou-se muito, ou na maioria do tempo”. O questionário leva em consideração a última semana vivida pelos participantes.

Cada subescala possui sete perguntas correspondentes. Dessa forma, a análise dos dados é feita pela soma dos escores das perguntas, seguido obrigatoriamente pela multiplicação desse valor por dois para a obtenção do escore final que permite classificar a faixa de severidade de cada subescala. Para a depressão, o valor de 0-9 não aponta indicativo de sofrimento mental, de 10-13 um indicativo leve, de 14-20 indicativo moderado, de 21-27 indicativo grave e mais que 28, indicativo de muito grave. Para ansiedade, de 0-7 sem indicativo, de 8-9 indicativo leve, de 10-14 indicativo moderado, de 15-19 indicativo grave e mais que 20, indicativo de muito grave. Por fim, para o estresse de 0-14 sem indicativo, de 15-18 indicativo leve, de 19-25 indicativo moderado, 26-33 indicativo grave e mais que 34, indicativo de muito grave.

Lovibond e Lovibond (2004) alertam para a necessidade de uma investigação completa e a não utilização somente da escala para avaliar a presença de depressão, ansiedade e estresse. De acordo com os autores, o questionário serve para alertar um nível alto de sofrimento que necessita ser explorado. Sendo assim, não é objetivo do presente artigo concluir diagnósticos de nenhum dos participantes e sim traçar um panorama da situação da saúde mental de docentes nas escolas participantes da pesquisa, de modo a subsidiar ações de cuidado.

Além da escala DASS-21, foi utilizado um questionário sociodemográfico que buscou incluir na pesquisa questões que pudessem influenciar nos resultados, de modo a responder os objetivos específicos. A pesquisa teve como critério de inclusão ter pelo menos dois anos de atuação na rede municipal da cidade em questão e como critério de exclusão faltar até três anos para a aposentadoria e foram entrevistados individualmente 34 docentes de três escolas do mesmo município.

4 ANÁLISE E DISCUSSÕES DOS DADOS

Os resultados serão apresentados em relação ao perfil geral dos(as) participantes e às variáveis com algum tipo e nível dos seguintes sofrimentos: ansiedade, depressão e estresse.

O instrumento utilizado possibilita a medição de indicativos de cada um dos sofrimentos de maneira separada. Por esta razão, o somatório não será idêntico ao total de participantes, tendo em vista a variabilidade dos sintomas relatados, inclusive porque vários docentes, apesar de relatarem sintomas, não os tinham em quantidade suficiente para pontuar na escala.

O contato com os(as) participantes foi realizado nos três primeiros meses do ano letivo, variável a ser considerada na análise dos dados, uma vez que existe a possibilidade do cansaço dos últimos meses letivos interferir na condição geral dos(as) docentes.

Foram visitadas quatro escolas – uma estava em reforma, o que poderia gerar muito estresse e por isso foi excluída. Nas três instituições restantes, uma foi contactada em época de muitos eventos no calendário e poucos profissionais puderam contribuir.

Dos 34 participantes, 14 pessoas apresentaram algum indicativo nas subescalas da DASS-21, podendo uma mesma pessoa pontuar nas três escalas ou não. Destas 14, nove eram mulheres e cinco homens. Assim, 20 participantes não pontuaram nas escalas. Não se pode afirmar que sua saúde mental está satisfatória para eles, ou que não tenham algum desconforto importante, uma vez que o instrumento utilizado foi específico para os três aspectos informados. Ainda assim, ter encontrado uma maioria sem esses indicativos é um dado que precisa ser notificado. Estar no início do ano letivo ou mesmo o receio de dizer de fato seus sentimentos são aspectos a serem considerados. Entretanto, como no procedimento foi realizada uma entrevista individual, as respostas foram fornecidas em meio a uma conversa amistosa e colaborativa. Inicialmente será apresentado, na Tabela 1, o perfil dos(as) participantes.

Tabela 1 - Variáveis Sociodemográficas dos participantes da pesquisa (N= 34).

(continua)

Variáveis Sociodemográficas	Total:
Gênero Autodeclarado	
Feminino	19
Masculino	15
Idade	
24 a 30 anos	5
31 a 40 anos	8
41 a 59 anos	19
Vínculo Empregatício	
Efetivo	27
Contrato	11
Escolas	
Escola 1	14
Escola 2	13
Escola 3	7

Tempo na rede Municipal de ensino	
3 a 8 anos	19
9 a 15 anos	8
16 a 21 anos	7

Fonte: coleta de dados da presente pesquisa

Tabela 1 - Variáveis Sociodemográficas dos participantes da pesquisa (N= 34).

(conclusão).

Dados Sociodemográficos	Total:
Estava durante a coleta de dados fazendo uma pós-graduação	
Sim	11
Não	23
Estado Civil	
Mora com um (a) companheiro (a)	25
Não mora com um (a) companheiro (a)	9
Filhos	
Sem filhas (os)	12
De 1 a 3 filhas (os)	22
Práticas religiosas	
Menos de uma vez no mês	8
Entre uma a três vezes	6
Entre quatro a oito vezes	17
Práticas religiosas	
Não pratica	3
Pratica atividades físicas pelo menos duas vezes na semana	
Sim	19
Não	15
Terapia	
Faz	1
Já fez	6

Nunca fez

27

Fonte: coleta de dados da presente pesquisa.

Do total, oito participantes apresentaram algum diagnóstico médico, três tinham diagnósticos psiquiátricos e cinco possuíam outros diagnósticos, tais como: doenças autoimunes, insuficiência cardíaca e hipertensão. O uso de medicamentos era feito, em sua maioria, pelos participantes que tinham algum diagnóstico. Apenas um participante diagnosticado com Burnout não fazia uso de medicamento. Ele não faz pós-graduação, mas tem três vínculos empregatícios. Três participantes faziam uso de psicofármacos sem prescrição médica (sertralina e rivotril).

Esta apresentação geral irá compor o entendimento das próximas tabelas, em que as variáveis serão relacionadas. A seguir estão expostos na Tabela 2 resultados associando algum tipo e nível de sofrimento (ansiedade, depressão e/ou estresse) com o gênero.

Tabela 2 - Resultados da DASS-21, de acordo com o gênero autodeclarado.

Subescalas	Gênero Autodeclarado Feminino (n=9)	Gênero Autodeclarado Masculino (n=5)
ESTRESSE		
Leve	3	0
Moderado	2	3
Grave	1	0
DEPRESSÃO		
Leve	1	2
Moderada	3	1
Grave	0	0
ANSIEDADE		
Leve	1	0
Moderada	3	1
Grave	1	1

Fonte: coleta de dados da presente pesquisa.

Na tabela 2 é possível observar, mesmo sem quantidades suficientes para generalizar para toda a rede de ensino, uma maior quantidade de mulheres em sofrimento (nove) do que de homens (cinco). Além disso, as mulheres apresentaram níveis mais agravados, de acordo com a escala. Esse dado acompanha os quatro estudos analisados por Ferreira-Costa *et al.* (2025), mencionados na fundamentação teórica. As pesquisas por eles analisadas abarcavam 1.001 participantes. Assim, mesmo a presente investigação envolvendo apenas três escolas do município, manteve-se a tendência de maior e mais grave sofrimento psíquico junto a mulheres. Esta informação pode orientar futuras intervenções e políticas municipais.

Em relação à formação continuada, houve uma preocupação em incluir uma pergunta sobre estar fazendo ou não pós-graduação. Os resultados encontram-se na Tabela 3, a seguir.

Tabela 3 - Resultado da DASS-21, de acordo com estar ou não realizando uma pós-graduação durante o período da coleta.

Subescala	Fazendo pós-graduação (n=7)	Não fazendo pós-graduação (n=7)
ESTRESSE		
Leve	1	2
Moderado	2	4
Grave	0	1
DEPRESSÃO		
Leve	2	1
Moderada	2	2
Grave	0	0
ANSIEDADE		
Leve	1	0
Moderada	3	1
Grave	1	1

Fonte: coleta de dados da presente pesquisa.

Os dados mostram que, dos 14 professores que tiveram alguma pontuação significativa na escala, sete, faziam pós-graduação e a outra metade, não. Ainda assim, os que faziam apresentaram maiores níveis de gravidade na escala de ansiedade. Pesquisas com um número amostral significativo são necessárias para avaliar se fazer formação prolongada é fator de estresse, inclusive cruzando outros dados pessoais que podem gerar sobrecarga. Viegas (2022) realizou uma pesquisa com 204 docentes em 18 municípios no Rio Grande do Sul e pondera que tanto a pós-graduação, quanto a formação continuada podem ser fatores de geração de estresse. Autores como Facci *et al.* (2024) e Peixoto, Souza e Soares (2022) também defendem que a formação concomitante à atuação profissional é motivo de geração de algum tipo de adoecimento.

A pós-graduação se enquadra como um possibilitador de crescimento na carreira. No âmbito da educação pontua no Plano de Cargos e Carreiras e representa um aumento de salário e de prestígio social. Esses são fatores que alertam para a problemática de uma cultura que preza por uma produtividade cada vez maior, em que "o trabalho é a razão da existência", como colocado por Krenak (2020).

Uma outra questão que se colocou como problema de pesquisa teve relação com a possibilidade de o território ser um fator de influência na saúde mental dos(as) docentes e os dados estão apresentados na Tabela 4, a seguir.

Tabela 4 - Resultado da DASS-21, considerando as diferentes escolas pesquisadas.

Subescalas	Escola 1 (Anos iniciais e Finais) (n=5)	Escola 2 (Anos Finais) (n=6)	Escola 3 (Anos Finais) (n=6)
ESTRESSE			
Leve	1	1	0
Moderado	1	3	2
Grave	0	0	1
DEPRESSÃO			
Leve	1	1	1
Moderada	3	0	1
Grave	0	0	0

ANSIEDADE			
Leve	0	1	0
Moderada	1	1	2
Grave	2	0	0

Fonte: coleta de dados da presente pesquisa.

Como se pode observar, o território em que a escola se encontra não foi motivo de adoecimento, possivelmente por se tratarem todas de instituições públicas de um mesmo município.

Uma outra hipótese a ser investigada foi a influência das atividades maternas e paternas na geração de sobrecarga, como se vê na Tabela 5.

Tabela 5 - Resultados da DASS-21, de acordo com a parentalidade.

Subescalas	Mulheres que têm filho(s) (n=4)	Mulheres que não têm filho(s) (n=5)	Homens que têm filho(s) (n=3)	Homens que não têm filho(s) (n=2)
ESTRESSE				
Leve	1	2	0	0
Moderado	3	1	2	0
Grave	0	1	0	0
DEPRESSÃO				
Leve	1	0	1	1
Moderada	1	2	0	1
Grave	0	0	0	0
ANSIEDADE				
Leve	0	1	0	0
Moderada	1	2	1	0
Grave	1	0	0	1

Fonte: coleta de dados da presente pesquisa.

Ter ou não filhos não demonstrou ser uma variável de geração de índices para pontuar na escola, mas o gênero, sim. As mulheres demonstraram mais adoecimento e gravidade que os homens.

Em relação à idade, a Tabela 6 traz um dado controverso em relação à literatura.

Tabela 6 - Resultado da DASS-21, considerando a idade dos participantes.

(continua).

Subescalas	Entre 20 e 39 anos (n=6)	40+ (n=8)
ESTRESSE		
Leve	1	2
Moderado	1	5

Tabela 6 - Resultado da DASS-21, considerando a idade dos participantes.

(conclusão).

Subescalas	Entre 20 e 39 anos (n=6)	40+ (n=8)
ESTRESSE		
Grave	1	0
DEPRESSÃO		
Leve	1	2
Moderada	2	2
Grave	0	0
ANSIEDADE		
Leve	0	1
Moderada	3	1
Grave	0	1

Fonte: coleta de dados da presente pesquisa.

A idade dos(as) participantes como fator de agravo à saúde mental necessita de uma investigação mais ampla, com uma amostra maior. Nos dados da presente pesquisa foram encontrados indícios de que o aumento da faixa etária poderia indicar adoecimento. Esta informação contradiz os achados de Ferreira-Costa *et al.* (2025).

Uma possibilidade de se analisar tais dados pôde ser encontrada em Rodio *et al.* (2022) que, em uma revisão sistemática, apontaram esta incongruência entre vários estudos, alguns demonstrando correlação negativa com a idade, outros positiva. A hipótese passível de ser aventada é que outras variáveis precisam ser controladas; a idade por si não seria suficiente para ser identificada como um agravo à saúde mental, mas entre os(as) participantes que colaboraram com esta pesquisa, foi.

Como o preenchimento dos instrumentos foi realizado por meio de entrevistas individuais, alguns dados não previstos nos objetivos foram encontrados e precisam ser analisados. As professoras e professores foram apresentadas à proposta e a receberam com um discurso que já indicava a percepção que os profissionais têm do trabalho docente, frases como “você está no lugar certo” (Sic.) e “é importante essa pesquisa, porque a gente vê muita coisa, por aí” (Sic.) denunciam o reconhecimento do adoecimento causado pela profissão.

Alguns relatos apontam para a necessidade de pesquisas qualitativas, que abarquem a análise dos territórios nos quais as escolas estão inseridas sob outros aspectos, que não apenas um adoecimento classificado. Milton Santos (2001) explica que todo território tende a passar por fragmentações, em que lugares escolhidos se beneficiam de estruturas desenvolvidas, enquanto outros não. A globalização ocupa, para o autor, um lugar de perversidade que, dentre suas muitas consequências, tem a inacessibilidade à educação de qualidade como um de seus exemplos, principalmente no que tange às populações pobres. Nesse sentido, trazendo a discussão para o contexto singular, a cidade em que as escolas estão inseridas passa por esse processo de divisões, no qual uma parte da sociedade sofre com o abandono de direitos do cidadão, como a educação, a saúde e outros.

Apesar de não terem sido encontradas diferenças entre o sofrimento mental de acordo com os territórios, alguns relatos indicam as afetações de professores.

P5: “são tantas histórias que dá vontade de sentar e chorar com a mãe”.

P15: “a gente absorve os problemas dos alunos, porque o professor são os únicos, muitas vezes, para ouvi-los”.

P17: “se você for levar a sério o relato deles (alunos), você adoece”.

P19: “me sinto psicóloga. A gente tem que dividir o ensino com questões subjetivas dos alunos”.

Mattos, Maiolli e Santos (2024) trazem que as limitações do contexto social dificultam o trabalho dos professores e provocam problemas emocionais. Assim sendo, é uma possibilidade para futuras pesquisas analisar de forma mais profunda e com maior escopo o impacto dos territórios na saúde mental das professoras e professores.

No que se refere ao acompanhamento psicológico dos(as) entrevistados(as) que apresentam indicativos de adoecimento, um dos dados encontrados foi que apenas uma professora faz psicoterapia. Dos que são formalmente diagnosticados, nenhum realiza acompanhamento psicológico. Os profissionais que iniciaram o processo, mas o interromperam, colocam como causas principais para o abandono as dificuldades financeiras e o tempo. O município pode, caso esta tendência seja confirmada, lançar um olhar para políticas públicas que abarquem a Psicologia Escolar voltada também para docentes, como prevê a Lei nº 13.935 (Brasil, 2019).

Neste caso, há que se considerar o que consta das normas técnicas para atuação profissional em psicologia nas escolas (CFP, 2019), que tem como diretriz uma perspectiva que não é a de consultório de psicologia, mas que contempla a promoção de saúde, os aspectos institucionais e o cuidado coletivo.

Nessa perspectiva, o grupo analisado apresenta hábitos de prática de exercícios físicos (19 participantes) e se apoiam de alguma maneira na espiritualidade (17), o que pode justificar índices baixos de pontuação da Escala DASS-21. Tal tendência é corroborada em Ferreira-Costa *et al.* (2022).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os dados encontrados na pesquisa apontam para alguns fatores que podem influenciar no adoecimento mental dos profissionais. Apesar disso, o tamanho da amostra não possibilita generalizações, caracterizando-se uma limitação do estudo, mas acompanham as tendências encontradas na revisão de literatura. Em síntese, entre as

peças pesquisadas, o gênero feminino foi a variável que mais esteve presente nos casos de sofrimento psíquico. Além deste, estar cursando alguma pós-graduação e idade implicou a presença ou a maior gravidade nos níveis de depressão, ansiedade ou estresse.

O período em que a coleta de dados aconteceu no âmbito escolar também precisa ser considerado – pode haver variação nas condições psicológicas entre o início e o final do ano letivo. Uma tendência encontrada na revisão de literatura se confirmou no presente estudo – ser mulher é um fator de agravo à saúde mental. Entretanto, outras variáveis tais como a faixa etária do(a) docente e o território de atuação exigem ampliação em futuras investigações.

Além disso, recomenda-se que futuras pesquisas ampliem o escopo da investigação, replicando este estudo, para verificar eventual generalização dos resultados para o município, considerando as seguintes variáveis: gênero, tempo de atuação, contexto escolar, território, parentalidade, espiritualidade, prática de exercício físico e influência social no modo de vida.

Incrementar estudos sobre a atuação docente tem se mostrado uma das possibilidades de melhoria na formação integral e continuada de crianças, adolescentes, jovens, adultos e pessoas idosas.

6 REFERÊNCIAS

ABREU, Samia; BARLETTA, Janaína B.; MURTA Sheila. Prevenção e promoção em saúde mental: pressupostos teóricos e marcos conceituais. In: **Prevenção e promoção em saúde mental: fundamentos, planejamento e estratégias de intervenção**. S. G., MURTA, Sheila. G.; LEANDRO-FRANÇA; Karine B. S; POLEJACK, Larissa. Orgs. Novo Hamburgo: Synopsis, 2015.

AMARANTE, Paulo. **Saúde mental e atenção psicossocial**. Série Temas em Saúde. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2011.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. Texto Revisado. Porto Alegre: Artmed, 2022.

BRASIL, Lei nº 9.394. **Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional**. Brasília (DF): Casa Civil, 20 de dezembro de 1996.

BRASIL. Lei nº 13.935. **Dispõe sobre a prestação de serviços de Psicologia e de Serviço Social nas redes públicas de educação básica.** Subchefia para assuntos jurídicos, 11 de dezembro de 2019.

Conselho Federal de Psicologia (CFP). **Referências técnicas para atuação de psicólogos(os) na atenção básica à saúde /** Conselho Federal de Psicologia, Conselhos Regionais de Psicologia e Centro de Referência Técnica em Psicologia e Políticas Públicas. Brasília: CFP, 2019.

DALGALARRONDO, Paulo. **Semiologia e psicopatologia dos transtornos mentais.** 3ª Ed. Porto Alegre: ArtMed, 2019.

Associação Psiquiátrica Americana. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5-TR.** 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2023.

FACCI, Marilda. G. D.; FILHO, Armando. M.; MONTEIRO, Patrícia. V. R.; SILVA, Sílvia, M. C. O sofrimento e adoecimento psíquico na pós-graduação: a unidade afetivo cognitiva. **Cadernos de pesquisa**, v.31, n.1, p. 1-29, jan/mar, 2024. DOI: <https://doi.org/10.18764/2178-2229v31n1.2024.14>.

FERREIRA-COSTA, Rodney Q.; CAETANO, Luciana M.; PEDRO-SILVA, Nelson; YAEGASHI, Solange F. R. **Fatores associados entre a prática docente e o adoecimento mental.** In: *Mentes em colapso, corpos em resistência: os desafios da saúde mental na educação.* YAEGASHI, Solange. F. R.; CAETANO, Luciana M., PINHEIRO; Adriana A.G. Autografia: Rio de Janeiro, 2025.

FLICK, Urik. **Introdução à metodologia de pesquisa: um guia para iniciantes.** Porto Alegre: Penso, 2013.

GREY, David, E. **Pesquisa no mundo real.** Porto Alegre: Penso, 2012.

KRENAK, Ailton. **A vida não é útil.** São Paulo: Companhia das Letras, 2020.

LÔBO, Yolanda. **Cecília Meireles.** Recife: Fundação Joaquim Nabuco, Editora Massangana, 2010.

LOVIBOND, Syd. H.; LOVIBOND, Peter. F. Manual for the depression anxiety stress scales. Sydney: **Psychology Foundation**; 1995. DOI: <https://doi.org/10.1037/t01004-000>.

MANSUR, Thiago. S. Saúde mental de funcionários administrativos e docentes de uma instituição de ensino profissional e tecnológico. **Revista Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, v. 13, n.8, ago, 2024. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v13i8.46636>.

MATTOS, Ivana. C. S.; MAIOLI, Edilene, E. C.; SANTOS, Edirlei. M. Professores do ensino fundamental da rede pública: condições de trabalho e saúde mental. **Revista Contribuciones a las Ciencias Sociales**, v. 17, n. 1, p. 4405-4420, jan, 2024. DOI:10.55905/revconv.17n.1-261.

PEIXOTO, Maria T.; SOUZA, Bertulino. J.; SOARES, Themis. C. M. Interface entre estresse e produção do conhecimento: adoecimento de pós-graduando brasileiros. **Enciclopédia Biosfera - Centro Científico Conhecer**, v. 19, n.40, jun. 2022. DOI:

10.18677/EnciBio_2022B21. Disponível em:

<https://www.conhecer.org.br/enciclop/2022b/interface.pdf>. Acesso em: 13 ago. 2025.

RODIO TREVISAN., Karen. R. *et al.* Revisão sistemática internacional sobre agravos à saúde mental de professores. **Av. Psicol. Latinoam.**, Bogotá, v. 40, n.

1, 8, Apr. 2022. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.7532>.

SANTOS, Milton. **Por uma outra globalização: do pensamento único à consciência universal**. 6ª edição, Rio de Janeiro: Editora Record, 2001.

SMITH, Ronadl. E. *et al.* **Measuring trait anxiety in sport**. In J.L. Duda (Ed.) *Advances in sport and exercise psychology measurement* (p. 105 - 127): Morgantown, WV: Fitness Information Technology, 1998.

SOARES, Leonardo A. *et al.* Saúde mental dos professores da educação básica em Paraíso do Tocantins: análise dos fatores determinantes e impactos do ambiente de trabalho. **Revista Contribuciones a las Ciencias Sociales**, v.18, n.4, p. 1-23, abr, 2025. DOI: <https://doi.org/10.55905/revconv.18n.4-053>.

TEIXEIRA, Roberta M.; SILVA, Ivone I. C. S. Considerações sobre o estresse e a ansiedade. Centro Universitário de Patos de Minas, **Revista Perquirere**, v.1, n.9, p. 111-122, jul, 2012.

VIEGAS, Moacir F. Trabalhando todo o tempo: sobrecarga e intensificação no trabalho de professoras da educação básica. **Educação e Pesquisa**, v. 48, p. e244193, 2022.

NOTA - As autoras foram responsáveis pela concepção do artigo, pela análise e interpretação dos dados, pela redação e revisão crítica do conteúdo do manuscrito e, ainda, pela aprovação da versão final publicada.

Submitted on: 26/12/2025

Accepted on: 12/02/2026

Published on: 27/03/2026