

# SAÚDE MENTAL DOCENTE



MARCELA GONÇALVES DE OLIVEIRA PINTO  
LAURA MANUELA DE OLIVEIRA PINTO  
(ORG.)



## SAÚDE MENTAL DOCENTE

### Ficha Técnica:

#### Organização:

Marcela Gonçalves de Oliveira Pinto (FUSVE)  
Laura Manuela de Oliveira Pinto (UNIRIO)

#### Projeto Gráfico/Diagramação:

Ailana de Sousa Bezerra

#### Comissão Científica

Jorge Adrihan do Nascimento de Moraes (FUSVE)  
Tainara Chagas Matschuck (FUSVE)  
Rosana Gildo (FUSVE)  
Luis Filipe Bantim de Assumpção (FUSVE)

ISBN 978-65-01-82316-4

Todos os direitos reservados

DA-2025-104902



**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**  
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Saúde mental docente [livro eletrônico] /  
Marcela Gonçalves de Oliveira Pinto, Laura  
Manuela de Oliveira Pinto. -- Niterói, RJ :  
Ed. dos Autores, 2025.  
PDF

Vários autores.  
Bibliografia  
ISBN 978-65-01-82316-4

1. Educação 2. Professores - Estresse ocupacional  
3. Saúde mental - Aspectos sociais I. Pinto, Marcela  
Gonçalves de Oliveira. II. Pinto, Laura Manuela de  
Oliveira.

25-319647.0

CDD-371.106

#### **Índices para catálogo sistemático:**

1. Professores : Saúde mental : Organização escolar :  
Educação 371.106

Suelen Silva Araújo Oliveira - Bibliotecária - CRB-8/11482



UNIVERSIDADE DE  
**VASSOURAS**

**SEJAM BEM - VINDOS AO NOSSO E-BOOK  
SOBRE A SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR.  
ESSE MATERIAL FOI CONSTRUÍDO PELOS  
ALUNOS DO 7º PERÍODO DO CURSO DE  
PEDAGOGIA DA UNIVERSIDADE DE  
VASSOURAS - CAMPUS SAQUAREMA APÓS  
DISCUSSÃO E ANÁLISE SOBRE OS FATORES  
QUE IMPACTAM NA PRESERVAÇÃO DA  
SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES E COMO  
AGIR DIANTE DESSAS CONTRARIEDADES  
QUE MUITAS VEZES PERSISTEM EM  
PERMANECER NO AMBIENTE ESCOLAR.**

**FOI REALIZADA UMA PESQUISA COM 310  
PROFESSORES DO ESTADO DO RIO DE  
JANEIRO ATRAVÉS DO GOOGLE FORMS E  
OS RESULTADOS DISCUTIDOS NO  
DECORRER DAS AULAS TENDO COMO  
PRODUTO FINAL ESSE E-BOOK.**

# AUTORES

ADRIANA DE CRISTO LESSA	JAQUELINE DA SILVA PIRES	POLLIANA PEREIRA FIGUEIREDO
ADRIANA DOS REIS SILVA	JÉSSICA FORTUNATO DE A. OLIVEIRA	PRISCILA MADEIRA DE MELO BENTINHO
ALESSANDRA OLIVEIRA PEREIRA	JOYCE TAVEIRA DA SILVA	RAFAEL DE OLIVEIRA COSTA
ALINE DOS SANTOS GOMES	JULIANA DA SILVA PAZ FARIA	REBECA RODRIGUES MARTINS
AMANDA LUIZA REIS DE O. CARDOSO	JULIANA OLIVEIRA DE MOURA DIELLE	RENATA OLIVIA DE CASTRO
AMANDA MOTTA VAZ	KARINNE NOGUEIRA DA SILVA ALVES	RHANNA SILVA DE SOUZA
ANDREIA MARIA RODRIGUES	LIDIANE DA CUNHA BARBOSA	ROSÂNGELA MARIA DOS SANTOS
CAROLINA DA SILVA MOURA DE MATOS	LILIANE NUNES DA SILVA	ROSILÉIA ALVES DE OLIVEIRA
CAROLINE DOS SANTOS T. PITZER FOCK	LUANA COELHO BENEVIDES	SARA FERNANDES COSTA
CLÁUDIA MEDEIROS DOS SANTOS	LUANA SILVA DA COSTA	SILVANIA DA SILVA PRATES
DANIELA POPPE DUCHE CEZAR DA SILVA	LUCIENE ORPHÃO DA SILVA BRITO	SIMONE MIRANDA OLEGARIO
DERVAL MARINS LOPES	MALONE PIRES CONCEIÇÃO	TAINÁ SILVA DE CARVALHO
ELAINE BASTOS DIAS	MARCELLA CARDOSO DE MELLO	TAÍZA DOS SANTOS
ELAINE CHAVES BRITO	MARCIA CRISTINA DO VALE DE SOUSA	TATIANA CONCEIÇÃO O. FERREIRA
ELIZÂNGELA RAMOS CUNHA PACHECO	MARIA LUISA FERREIRA DE SIQUEIRA	TAYLINE SILVA JARDIM
ERNESTINA RAMOS CUNHA	MARIETE LIMA SEVERINO	THAMIRES DE ALMEIDA FLORENCIO
FABIA PENETRA	NATHÁLIA SABINO	VANESSA CRISTINO
FERNANDA DE OLIVEIRA SILVA	NAYARA MORAES DE SOUZA	VICTÓRIA FELICIANO PEREIRA
GISELE COELHO BENEVIDES		VIVIANE SILVA SOUZA DE OLIVEIRA



# ÍNDICE

CAPÍTULO

**01**

INTRODUÇÃO

CAPÍTULO

**02**

SALAS DE AULA LOTADAS

CAPÍTULO

**03**

VIOLÊNCIA ESCOLAR

CAPÍTULO

**04**

FALTA DE SUPORTE  
ESCOLAR

CAPÍTULO

**05**

VALORIZAÇÃO  
PROFISSIONAL

CAPÍTULO

**06**

EXCESSO DE  
RESPONSABILIDADE

# ÍNDICE

CAPÍTULO

**07**

SÍNDROME DE BOURNOUT

CAPÍTULO

**08**

FALTA DE SUPORTE PSICOLÓGICO

CAPÍTULO

**09**

AMBIENTE TÓXICO

CAPÍTULO

**10**

INFRAESTRUTURA  
INADEQUADA

CAPÍTULO

**11**

SAÚDE MENTAL DO  
PROFESSOR SURDO

CAPÍTULO

**12**

CONCLUSÃO

CAPÍTULO

**13**

REFERÊNCIAS

CUIDAR DA SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR É ESSENCIAL PARA A QUALIDADE DA EDUCAÇÃO E PARA A CONSTRUÇÃO DE AMBIENTES DE APRENDIZAGEM MAIS HUMANOS E EFICAZES.

NO CENÁRIO ATUAL, MARCADO POR AVANÇOS TECNOLÓGICOS E CRESCENTES DEMANDAS, O EDUCADOR ENFRENTA DESAFIOS TAISS COMO:

TURMAS LOTADAS, INFRAESTRUTURA PRECÁRIA, DESVALORIZAÇÃO PROFISSIONAL E EXCESSO DE RESPONSABILIDADES.

ESSES FATORES AUMENTAM O ESTRESSE E COMPROMETEM A PRÁTICA PEDAGÓGICA.

A FALTA DE APOIO INSTITUCIONAL E A PRESSÃO CONSTANTE POR RESULTADOS LEVAM AO ESGOTAMENTO EMOCIONAL E AO BURNOUT.

SEGUNDO PAULO FREIRE (1987), O CUIDADO COM O EDUCADOR É FUNDAMENTAL PARA QUE ELE EXERÇA SUA AUTONOMIA E CONTRIBUA PARA UMA EDUCAÇÃO TRANSFORMADORA. ASSIM, POLÍTICAS QUE PROMOVAM O BEM-ESTAR DOCENTE E GARANTAM CONDIÇÕES ADEQUADAS DE TRABALHO SÃO INDISPENSÁVEIS.

O EQUILÍBRIO EMOCIONAL DO PROFESSOR IMPACTA DIRETAMENTE SUAS RELAÇÕES E O PROCESSO DE ENSINO-APRENDIZAGEM. VALORIZAR SUA SAÚDE MENTAL É, PORTANTO, INVESTIR EM UMA EDUCAÇÃO MAIS HUMANA E SUSTENTÁVEL. CUIDAR DO PROFESSOR É CUIDAR DO FUTURO DA SOCIEDADE. A SEGUIR VAMOS OBSERVAR ALGUNS FATORES QUE SE RELACIONAM DIRETAMENTE COM O DESAJUSTE DA SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES.

# SALAS DE AULA LOTADAS

SEGUNDO ROSI (2024) CONSIDERA-SE SALA SUPERLOTADA AQUELA QUE NÃO ATENDE AOS CRITÉRIOS MÍNIMOS DE ESPAÇO EM METROS QUADRADOS (M<sup>2</sup>) E DE QUANTIDADE DE ALUNOS POR SALA AS SALAS SUPERLOTADAS SÃO UM PROBLEMA PERSISTENTE NA EDUCAÇÃO BRASILEIRA, DIFICULTANDO O ACOMPANHAMENTO INDIVIDUAL DOS ALUNOS E SOBRECARREGANDO O PROFESSOR.



SEGUNDO GOMES E BRITO (2006), A ROTINA DOCENTE ULTRAPASSA O TEMPO EM SALA, INVADINDO A VIDA PESSOAL DEVIDO À FALTA DE INFRAESTRUTURA E EXCESSO DE TAREFAS.

ESSA REALIDADE GERA ESGOTAMENTO, ANSIEDADE E FRUSTRAÇÃO. PARA MUDAR ESSE CENÁRIO, É NECESSÁRIO REVER POLÍTICAS PÚBLICAS QUE DEFINEM O NÚMERO MÁXIMO DE ALUNOS POR TURMA E INVESTIR EM APOIO PSICOLÓGICO AOS PROFESSORES. ESTRATÉGIAS DE COLABORAÇÃO E PARTILHA ENTRE DOCENTES TAMBÉM AJUDAM A REDUZIR A CARGA DE TRABALHO E O ESTRESSE.

# VIOLÊNCIA ESCOLAR

A VIOLÊNCIA ESCOLAR É UM FATOR QUE COMPROMETE O AMBIENTE EDUCACIONAL E SOFRE INFLUÊNCIA DE ASPECTOS SOCIAIS, EMOCIONAIS E FAMILIARES. A FALTA DE APOIO GOVERNAMENTAL E DE SEGURANÇA CAPACITADA AGRAVA AINDA MAIS ESSE CENÁRIO, GERANDO CONFLITOS ENTRE COLEGAS DE TRABALHO, AGRESSÕES FÍSICAS E VERBAIS, ENTRE OUTROS PROBLEMAS.



DIANTE DO EXPOSTO, É PRECISO DESTACAR A IMPORTÂNCIA DE UM AMBIENTE ESCOLAR SEGURO, ESSENCIAL PARA O PROCESSO DE ENSINO-APRENDIZAGEM. CRIAR OFICINAS E ATIVIDADES EXTRACURRICULARES PARA PROMOVER DESCONTRAÇÃO E BEM-ESTAR E OFERECER UM AMBIENTE DE CONFIANÇA.

PARA ISSO PROJETOS QUE COMBATAM A VIOLÊNCIA, RODAS DE CONVERSA E ALINHAMENTO ENTRE ESCOLA E COMUNIDADE PODEM SER MEIOS DE COMBATER A VIOLÊNCIA NO AMBIENTE ESCOLAR.

# FALTA DE SUPORTE FAMILIAR

O SUPORTE FAMILIAR É UM CONJUNTO DE AÇÕES DE CUIDADO, AFETO, DIÁLOGO E AJUDA PRÁTICA QUE A FAMÍLIA OFERECE AOS SEUS MEMBROS. ELE FUNCIONA COMO UM ALICERCE EMOCIONAL, SENDO VITAL PARA A SAÚDE MENTAL.

NO ENTANTO, MUITAS FAMÍLIAS ENFRENTAM DIFICULDADES PARA OFERECER ESSE SUPORTE DE FORMA ADEQUADA, DEVIDO A JORNADAS DE TRABALHO LONGAS, PROBLEMAS FINANCEIROS, CONFLITOS INTERNOS E FALTA DE DIÁLOGO.



DIANTE DISSO, É IMPORTANTE CRIAR MOMENTOS DE CONVERSA NOS QUAIS TODOS POSSAM SE EXPRESSAR SEM JULGAMENTOS, UTILIZANDO PERGUNTAS ABERTAS, DEFINIR RESPONSABILIDADES DE FORMA COMPARTILHADA, COMBINANDO TAREFAS E HORÁRIOS.

FORTALECER O SUPORTE FAMILIAR NÃO É UMA AÇÃO ISOLADA, MAS UM PROCESSO CONTÍNUO QUE EXIGE DIÁLOGO, RESPEITO MÚTUO E A MOBILIZAÇÃO DE REDES DE APOIO. A SOLUÇÃO PASSA PELA PARCERIA ENTRE OS PRÓPRIOS FAMILIARES, A COMUNIDADE E AS INSTITUIÇÕES QUE OFERECEM SUPORTE E ORIENTAÇÃO.

# VALORIZAÇÃO PROFISSIONAL

A VALORIZAÇÃO PROFISSIONAL É UM TEMA ESSENCIAL QUE DIZ RESPEITO RESPEITO AO RECONHECIMENTO E CONDIÇÕES QUE TODO TRABALHADOR PRECISA. NÃO SE TRATA APENAS DE SALÁRIO, MAS TAMBÉM DE FORMAÇÃO CONTINUADA, AMBIENTE DE TRABALHO SAUDÁVEL E OPORTUNIDADES DE CRESCIMENTO. QUANDO O PROFISSIONAL É VALORIZADO, ELE SE SENTE PARTE DE ALGO MAIOR E CONSEGUE DESEMPENHAR MELHOR SUAS ATIVIDADES.



DIANTE DESSE CENÁRIO, PROMOVER UMA  
VALORIZAÇÃO EFETIVA DOS PROFISSIONAIS DA  
EDUCAÇÃO, GARANTINDO RECONHECIMENTO,  
MELHORES CONDIÇÕES DE TRABALHO E  
PRÁTICAS MAIS JUSTAS NAS INSTITUIÇÕES DE  
ENSINO É DE EXTREMA IMPORTÂNCIA.

VALORIZAR É GARANTIR DIGNIDADE, RESPEITO  
E OPORTUNIDADES DE CRESCIMENTO.  
NO CASO DOS PROFESSORES É ESSENCIAL PARA  
AS GERAÇÕES FUTURAS.

VALORIZAR O EDUCADOR É VALORIZAR  
TAMBÉM A EDUCAÇÃO E A PRÓPRIA SOCIEDADE.

# EXCESSO DE RESPONSABILIDADE

O EXCESSO DE RESPONSABILIDADE DADO AOS PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO TEM SE TORNADO UMA REALIDADE CADA VEZ MAIS PRESENTE. ESTE FATOR FAZ COM QUE PROFESSORES E DEMAIS COLABORADORES ENFRENTEM ALTOS NÍVEIS DE ESTRESSE E SOBRECARGA.

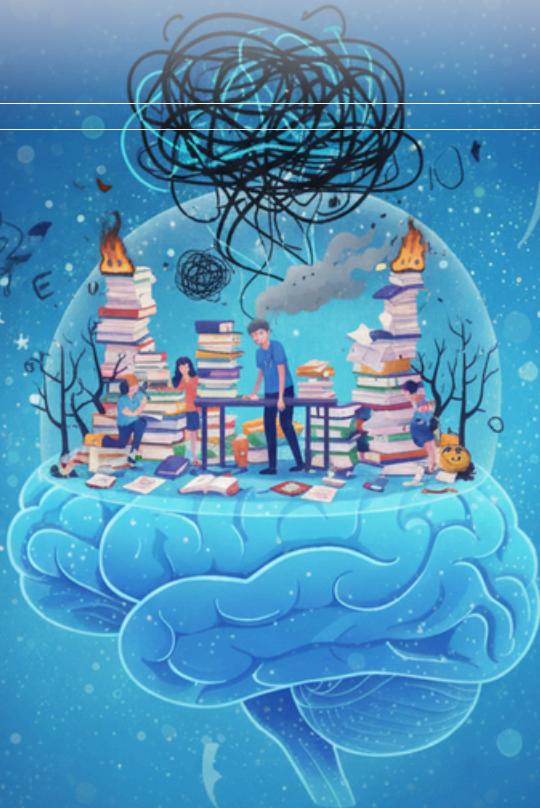


A FALTA DE APOIO DA EQUIPE ESCOLAR BEM COMO DA GESTÃO, AFETA DIRETAMENTE NA DISTRIBUIÇÃO DE RECURSOS PEDAGÓGICOS E RESOLUÇÕES DE SITUAÇÕES DIFÍCEIS DENTRO DO AMBIENTE ESCOLAR. ADEMAIS, OS PRAZOS PARA ENTREGAS DE PLANOS DE AULA E DEVOLUÇÕES DE AVALIAÇÕES GERALMENTE SÃO MUITO CURTOS E NÃO LEVAM EM CONTA O TEMPO NECESSÁRIO PARA REALIZAÇÃO PLENA.

PARA LIDAR COM ESSA QUESTÃO É PRECISO UMA GESTÃO MAIS DEMOCRÁTICA E PARTICIPATIVA, ONDE OS PROFESSORES POSSAM COMPARTILHAR SUAS DIFICULDADES, ALÉM DE MANTER DIÁLOGO ABERTO E FREQUENTE FORTALECENDO OS LAÇOS E DISTRIBUINDO AS TAREFAS DE FORMA MAIS JUSTA E EQUILIBRADA.

# SÍNDROME DE BURNOUT

A SÍNDROME DE BURNOUT ESTÁ LIGADA DIRETAMENTE AO ESTRESSE NO AMBIENTE DE TRABALHO, GERADA QUANDO AS EXIGÊNCIAS E PRESSÃO SÃO MAIORES DO QUE A CAPACIDADE DE ENFRENTAMENTO DA PESSOA.



A SOBRECARGA DE TRABALHO, JORNADAS MUITO LONGAS, MUITAS TAREFAS ACUMULADAS, EXCESSO DE COBRANÇAS, AMBIENTE DE TRABALHO COMPETITIVO E FALTA DE RECONHECIMENTO SÃO FATORES QUE ALAVANCAM ESSA SÍNDROME.

PARA PREVENIR A SÍNDROME DENTRO DO AMBIENTE EDUCACIONAL É PRECISO QUE O PROFISSIONAL ESTABELEÇA LIMITES ENTRE VIDA PESSOAL E PROFISSIONAL, ORGANIZANDO MELHOR A ROTINA DIÁRIA E PRINCIPALMENTE CUIDANDO DE SUA SAÚDE EMOCIONAL. É NECESSÁRIO, TAMBÉM, FORTALECER REDES DE APOIO DENTRO E FORA DO AMBIENTE DE TRABALHO.

# FALTA DE SUPORTE PSICOLÓGICO

O APOIO PSICOLÓGICO AO PROFESSOR É UMA URGÊNCIA HUMANITÁRIA PARA A QUALIDADE DA EDUCAÇÃO. FATORES COMO SOBRECARGA DE TRABALHO, PRESSÃO POR RESULTADOS E BAIXOS SALÁRIOS LEVAM A ALTOS ÍNDICES DE ESTRESSE, ANSIEDADE E BURNOUT INFLUENCIAM A SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES.



ALÉM DISSO, O DESGASTE EMOCIONAL É UMA DAS PRINCIPAIS CAUSAS DE AFASTAMENTO DA PROFISSÃO E EM 2023, MAIS DE 150 MIL PROFESSORES DA REDE PÚBLICA FORAM AFASTADOS POR QUESTÕES DE SAÚDE MENTAL (CNTE, 2023).

POR TANTO, É NECESSÁRIO TRILHAR CAMINHOS PARA O CUIDADO E A PREVENÇÃO DA SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES ATRAVÉS DO APOIO PSICOLÓGICO.

OBTER O RESGATE HUMANO, POR MEIO DA IMPLEMENTAÇÃO DA LEI N° 13.935/2019 QUE VISA ASSEGURAR QUE PSICÓLOGOS E ASSISTENTES SOCIAIS SEJAM EFETIVAMENTE ALOCADOS NAS ESCOLAS BEM COMO A CRIAÇÃO DE PROGRAMAS DE APOIO E INCENTIVAR PARCERIAS ENTRE AS REDES DE ENSINO, UNIVERSIDADES E CLÍNICAS DE PSICOLOGIA PARA AMPLIAR O ACESSO AO SUPORTE.

HÁ TEMPOS TEM SIDO OBSERVADO UM ADOECIMENTO DOS PROFISSIONAIS E O AMBIENTE ESCOLAR ESTÁ SE TORNANDO TÓXICO, COM COBRANÇAS DE RESULTADO, PRESSÃO PARA O AUMENTO DO DESEMPENHO, CARGA HORÁRIA ESTENDIDA, COMPETITIVIDADE ESTIMULADA PELOS GESTORES E SUPERIORES, EXIGINDO SEMPRE QUE OS MARCADORES DE ÍNDICES ESTEJAM EM CONSTANTE ASCENSÃO.

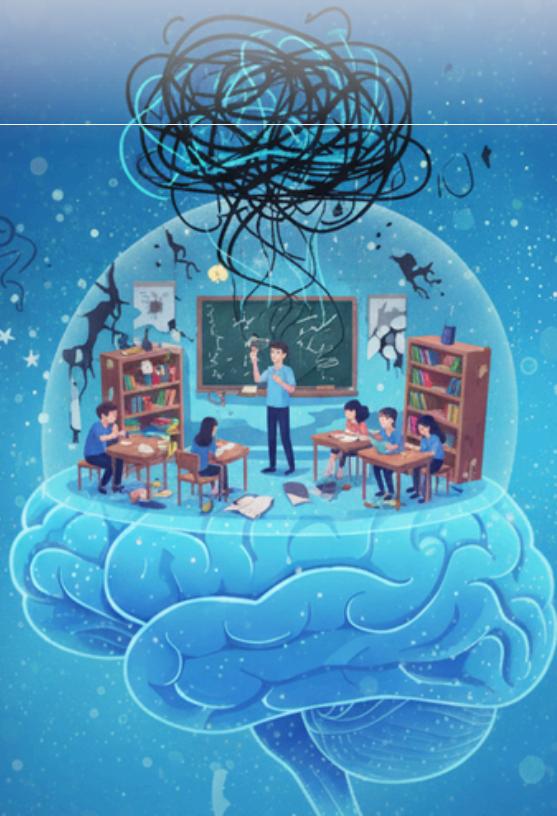


SENDO ASSIM, FAZ-SE NECESSÁRIO QUE SEJA CRIADO UM ÍNDICE QUE AVALIE AS INSTITUIÇÕES NÃO POR DESEMPENHO DOS ALUNOS, MAS SIM POR SATISFAÇÃO E FELICIDADE EM PODER ESTAR NAQUELE AMBIENTE. PRECISAREMOS TROCAR OS NÚMEROS POR NOMES. RESGATAR A AUTOESTIMA DOS PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO E DOS ALUNOS, FAZENDO DA EDUCAÇÃO UMA EXTENSÃO DE CADA INDIVÍDUO.

TRANSFORMA O AMBIENTE DE TRABALHO EM ALGO PRAZEROSO E NÃO PENOSO É ESSENCIAL PARA A EFETIVAÇÃO DA QUALIDADE DA SAÚDE MENTAL DO DOCENTE.

# INFRAESTRUTURA INADEQUADA

UM DOS PRINCIPAIS FATORES QUE PREJUDICAM A SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES É A FALTA DE INFRAESTRUTURA E RECURSOS PARA O TRABALHO PEDAGÓGICO. A AUSÊNCIA DE ESTRUTURA BÁSICA, COMO MATERIAIS ADEQUADOS, ESPAÇOS APROPRIADOS E APOIO NECESSÁRIO, FAZ COM QUE O EDUCADOR SEJA CONSTANTEMENTE PRESSIONADO.



ISSO GERA A SENSAÇÃO DE “SACRIFÍCIO” E CONTRIBUI PARA O SURGIMENTO DE DIVERSOS PROBLEMAS DE SAÚDE. ASSIM, O AMBIENTE DE TRABALHO PRECÁRIO E AS CONDIÇÕES ADVERSAS AFETAM DIRETAMENTE A SAÚDE DOS PROFESSORES. PORTANTO, A IMPLEMENTAÇÃO DE PROGRAMAS DE APOIO À SAÚDE, QUE VALORIZEM OS PROFESSORES E QUE GARANTAM SALÁRIOS JUSTOS, É FUNDAMENTAL.

ALÉM DISSO, É NECESSÁRIO QUE AS ESCOLAS SEJAM PREPARADAS DESDE SUA INFRAESTRUTURA FÍSICA ATÉ O FORNECIMENTO ADEQUADO DE MATERIAIS PEDAGÓGICOS. ESSAS MEDIDAS DEVEM PARTIR DE POLÍTICAS PÚBLICAS EFETIVAS, VOLTADAS PARA A VALORIZAÇÃO E PROTEÇÃO DA SAÚDE DOS EDUCADORES.

# SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR SURDO

COMPREENDER A CULTURA E AS PECULIARIDADES DA COMUNIDADE SURDA E RESPEITAR A LÍNGUA BRASILEIRA DE SINAIS COMO PRIMEIRA LÍNGUA PARA O SURDO É PRIMORDIAL COMO GARANTIA E MANUTENÇÃO DA SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR SURDO.



A FALTA DE ACESSIBILIDADE E DE EMPATIA E O CAPACITISMO SÃO FATORES QUE PODEM INTERFERIR DIRETAMENTE NA SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR SURDO.

O OUVINTISMO QUE É UM PRECONCEITO ESTRUTURAL ONDE OS OUVINTES PREVALECEM SOBRE OS SURDOS BASEADO EM UMA CRENÇA ERRÔNEA QUE O MUNDO DEVE PREVALECER PARA O OUVINTE E DESCONSIDERAR A CULTURA SURDA OU SUBJULGÁ-LA TAMBÉM É UMA CAUSA DE PREJUÍZO PARA A SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR SURDO.

PARA QUE ISSO NÃO OCORRA É NECESSÁRIO MAIOR CONHECIMENTO E DIVULGAÇÃO DA CULTURA SURDA, GARANTIR ACESSIBILIDADE COMUNICACIONAL E A VALORIZAÇÃO ADEQUADA SEM DISTINÇÃO DE SALÁRIOS E PLANOS DE CARREIRAS ENTRE PROFESSORES SURDOS E OUVINTES.



A PARTIR DO EXPOSTO, É POSSÍVEL COMPREENDER QUE A SAÚDE MENTAL DOCENTE PRECISA SER TRATADA COMO UMA PRIORIDADE TANTO DENTRO DA PROFISSÃO QUANTO NO AMBIENTE ESCOLAR. SÃO MUITOS OS FATORES QUE CONTRIBUEM PARA O CENÁRIO DE ADOECIMENTO E PRECARIEDADE NA EDUCAÇÃO, E TODOS ELES SE INTERLIGAM, INFLUENCIANDO UM AO OUTRO MUTUAMENTE. A SAÚDE MENTAL É UM TEMA QUE NÃO PODE SER ADIADO, POIS CADA ELEMENTO APRESENTADO COLABORA PARA AGRAVAR ESSA REALIDADE.

ESTA RELAÇÃO INTRÍNSECA ENTRE OS DIVERSOS FATORES, FORMA UM CICLO VICIOSO QUE, COM O PASSAR DO TEMPO, SE TORNA CADA VEZ MAIS PREJUDICIAL AOS PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO, À QUALIDADE DO ENSINO E AO PRÓPRIO SISTEMA EDUCACIONAL. POR ISSO, É URGENTE REPENSAR PRÁTICAS, POLÍTICAS E POSTURAS

ABRAMOVAY, MIRIAM. VIOLENCIA NAS ESCOLAS: UM GRANDE DESAFIO. REVISTA DO IBRAC, RIO DE JANEIRO, V. 1, N. 1, P. 29–37, 2022.

BRASIL. LEI Nº 13.935, DE 11 DE DEZEMBRO DE 2019. DISPÕE SOBRE A PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS DE PSICOLOGIA E DE SERVIÇO SOCIAL NAS REDES PÚBLICAS DE EDUCAÇÃO BÁSICA. DIÁRIO OFICIAL DA UNIÃO, BRASÍLIA, DF, 12 DEZ. 2019. DISPONÍVEL EM: [HTTP://WWW.PLANALTO.GOV.BR/CCIVIL\\_03/\\_ATO2019-2022/2019/LEI/LI3935.HTM](http://WWW.PLANALTO.GOV.BR/CCIVIL_03/_ATO2019-2022/2019/LEI/LI3935.HTM). ACESSO EM: 12 SET. 2025.

BRASIL. MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. PLANO NACIONAL DE EDUCAÇÃO – PNE. BRASÍLIA: MEC, 2014.

CARLOTTO, M. SÍNDROME DE BURNOUT: UM TIPO DE ESTRESSE OCUPACIONAL. RIO GRANDE DO SUL: CADERNO UNIVERSITÁRIO, ULBRA, 2001.

CODO, WANDERLEY (ORG.). EDUCAÇÃO: CARINHO E TRABALHO. PETRÓPOLIS: VOZES, [S.D.].

CONFEDERAÇÃO NACIONAL DOS TRABALHADORES EM EDUCAÇÃO (CNTE). SAÚDE E SEGURANÇA DOS TRABALHADORES DA EDUCAÇÃO. 2023. DISPONÍVEL EM: [HTTP://WWW.CNTE.ORG.BR/INDEX.PHP/SAUDE-E-SEGURANCA-DOS-TRABALHADORES-DA-EDUCACAO](http://WWW.CNTE.ORG.BR/INDEX.PHP/SAUDE-E-SEGURANCA-DOS-TRABALHADORES-DA-EDUCACAO). ACESSO EM: 12 SET. 2025.

COSTA, S. A. A.; SOUZA, M. L. TAREFA ESCOLAR: SUPORTE PARENTAL E DESEMPENHO NAS FUNÇÕES EXECUTIVAS. REVISTA DA ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSICOPEDAGOGIA, 2022.

FREIRE, PAULO. PEDAGOGIA DA AUTONOMIA: SABERES NECESSÁRIOS À PRÁTICA EDUCATIVA. SÃO PAULO: PAZ E TERRA, 1996.

FREIRE, PAULO. PEDAGOGIA DO OPRIMIDO. RIO DE JANEIRO: PAZ E TERRA, 1987.

GOMES, L.; BRITO, J. DESAFIOS E POSSIBILIDADES AO TRABALHO DOCENTE E À SUA RELAÇÃO COM A SAÚDE. ESTUDOS E PESQUISAS EM PSICOLOGIA, V. 6, P. 49–62, 2006.

PRIOTTO, ELIS PAULINA. POLÍTICAS PÚBLICAS PARA A EDUCAÇÃO NA CONTEMPORANEIDADE E A GESTÃO DA VIOLENCIA ESCOLAR. REVISTA DE EDUCAÇÃO PÚBLICA, V. 18, N. 37, P. 109–122, 2009.

ROSI, JOÃO VITOR. SUPERLOTAÇÃO NAS SALAS DE AULA: UM OBSTÁCULO À EDUCAÇÃO DE QUALIDADE CONSTITUCIONALMENTE GARANTIDA. JUSBRASIL, 24 MAIO 2024. DISPONÍVEL EM: [HTTPS://WWW.JUSBRASIL.COM.BR/ARTIGOS/SUPERLOTACAO-NAS-SALAS-DE-AULA-UM-OBSTACULO-A-EDUCACAO-DE-QUALIDADE-CONSTITUCIONALMENTE-GARANTIDA/2514392038](https://www.jusbrasil.com.br/artigos/superlotacao-nas-salas-de-aula-um-obstaculo-a-educacao-de-qualidade-constitucionalmente-garantida/2514392038). ACESSO EM: 14 SET. 2025.

