

O PREÇO DA EDUCAÇÃO: O ADOECIMENTO FÍSICO E MENTAL DOS PROFESSORES

Vitor José Soares Martins¹
Alcione Januária Teixeira da Silveira²

alcionevertice@gmail.com

ÁREA DO CONHECIMENTO: Ciências Sociais e Aplicadas

RESUMO

O adoecimento mental docente tornou-se uma preocupação premente nas discussões acadêmicas, com pesquisadores de diversas áreas enfatizando a urgência de estudar e abordar os fatores que contribuem para a deterioração do bem-estar dos educadores. Dado o papel fundamental dos professores no desenvolvimento social e humano, investir em políticas que protejam sua saúde mental é essencial para garantir um sistema educacional sustentável e eficaz. O objetivo desta pesquisa foi analisar os fatores que contribuem para o esgotamento e o sofrimento psíquico de professores, examinando como a carga horária excessiva, a falta de apoio institucional e as demandas em sala de aula afetam seu bem-estar. A pesquisa se baseou no método de pesquisa qualitativa através de observação e questionário. Os resultados indicam um corpo docente predominantemente feminino, com experiência profissional variada, onde a sobrecarga de trabalho e as condições desfavoráveis exacerbam os níveis de estresse. A maioria dos professores expressa insatisfação com o ambiente físico da escola, citando desconforto e problemas musculoesqueléticos. Embora as relações interpessoais entre os colegas sejam geralmente positivas, os conflitos no ambiente de trabalho impactam significativamente a saúde mental.

PALAVRAS-CHAVE: professores; saúde mental; saúde do trabalhador; educação básica.

1 INTRODUÇÃO

A educação segundo Freire (2005), é uma ferramenta poderosa para a transformação social, permitindo que os indivíduos se engajem criticamente com a realidade e participem ativamente da construção de seu próprio futuro. Ele argumenta que os professores desempenham um papel fundamental nesse processo, fomentando o diálogo, incentivando o pensamento crítico e promovendo uma educação enraizada nas experiências vividas pelos alunos. Por meio de uma pedagogia da libertação, os educadores ajudam os alunos a reconhecer e desafiar estruturas opressivas, emponderando-os para se tornarem agentes de mudança em

¹Graduando em Psicologia pelo Centro Universitário Univértix.

² Psicóloga; Doutoranda em Educação; Mestre em Educação; Professora do Curso de Psicologia no Centro Universitário Univértix.

suas comunidades. Freire enfatiza que a educação não deve ser uma transmissão passiva de conhecimento, mas sim uma prática dinâmica e participativa que cultive a conscientização e a ação.

De acordo com a Lei de Diretrizes e Bases da Educação (LDB), os professores desempenham um papel fundamental na construção da experiência educacional, participando ativamente da elaboração do plano pedagógico da escola. Eles são responsáveis por estruturar e executar seus planos de trabalho com eficiência, garantindo que os alunos se envolvam em experiências de aprendizagem significativas. Além de ministrar aulas, os professores têm a tarefa de avaliar o progresso dos alunos e implementar estratégias direcionadas para apoiar aqueles com dificuldades acadêmicas. Além disso, eles promovem a colaboração entre a escola, as famílias e a comunidade em geral, criando um ambiente educacional inclusivo e participativo. Sua capacidade de adaptação e inovação dentro dessas responsabilidades reforça sua influência crucial na formação de indivíduos completos (Brasil, 1996).

Os professores, segundo Tunes, Tacca e Bartholo Júnior (2005), desempenham um papel crucial na formação da experiência educacional, criando um ambiente de sala de aula inclusivo e interativo que promova um engajamento social e pedagógico significativo. Atuam como facilitadores do desenvolvimento psicológico, mediando a aprendizagem por meio do diálogo e da interação colaborativa, ao mesmo tempo em que promovem a autonomia e a participação dos alunos. Ao adaptar seus métodos de ensino às necessidades individuais e incentivar a construção coletiva do conhecimento, os educadores estabelecem conexões intersubjetivas profundas que aprimoram a compreensão dos alunos.

Contudo, Souza (2020) aponta que fatores como carga horária excessiva, condições precárias de trabalho e falta de apoio institucional têm intensificado o sofrimento psicológico vivenciado por professores. Esses desafios contribuem significativamente para a ansiedade, a depressão e o burnout, afetando não apenas o bem-estar dos educadores, mas também a qualidade da educação e o desenvolvimento dos alunos.

Sendo assim, o trabalho em questão justifica-se através de uma experiência de estágio do curso de psicologia realizada por meio de observação de serviços

ofertados em um ambiente escolar, com foco nos desafios enfrentados por professores.

O objetivo desta pesquisa foi analisar os fatores que contribuem para o esgotamento e o sofrimento psíquico de professores, examinando como a carga horária excessiva, a falta de apoio institucional e as demandas em sala de aula afetam seu bem-estar.

Estudos como este são essenciais, pois contribuem para a compreensão das dificuldades dos educadores, apoiam o desenvolvimento de políticas voltadas à melhoria da saúde mental dos professores e promovem estratégias para a criação de um ambiente educacional mais sustentável e positivo para professores e alunos.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Casemiro e Moura (2025), destacam a crise alarmante de saúde mental que o Brasil enfrenta. Afastamentos do trabalho por ansiedade e depressão atingindo os níveis mais altos em uma década. Dados apresentados pelo estudo indicam que, somente em 2024, 472.328 pedidos de licença médica foram relacionados a condições de saúde mental, refletindo um aumento de 68% em relação ao ano anterior. Especialistas atribuem esse aumento acentuado às altas demandas no local de trabalho, à instabilidade econômica e aos efeitos persistentes do pós-pandemia, ressaltando a necessidade urgente de intervenção sistêmica. Em resposta, o governo federal implementou políticas de saúde ocupacional mais rigorosas, com o objetivo de responsabilizar as empresas por garantir o bem-estar psicológico dos funcionários e aplicar medidas para reduzir o estresse no local de trabalho.

A situação dos professores não é diferente, em estudo desenvolvido por Cardozo (2023), verificou-se que a carga horária excessiva dos professores afeta significativamente tanto sua saúde mental quanto a qualidade da aprendizagem dos alunos. Sua pesquisa destaca que muitos educadores trabalham até 60 horas por semana, gerenciando entre 5 e 17 turmas, o que leva a altos níveis de estresse, burnout e depressão. Cardozo enfatiza que a reestruturação do tamanho das turmas e a limitação da carga horária para 40 horas semanais são medidas essenciais para

melhorar as condições de trabalho dos professores e garantir um ambiente de aprendizagem mais eficaz.

Segundo Prado (2021), diversas exigências físicas contribuem para a deterioração progressiva da saúde dos professores. Movimentos repetitivos envolvidos na escrita e na correção de tarefas, uso excessivo da voz e permanência prolongada em pé durante o dia escolar podem levar à tensão musculoesquelética. Além disso, a má postura ao auxiliar os alunos, combinada com salas de aula barulhentas e sobrecarga postural, agrava a exaustão física. O autor argumenta que esses riscos ocupacionais, quando combinados com o aumento da carga de trabalho, má conduta dos alunos e falta de apoio familiar, aumentam significativamente o risco de dor crônica, e outros problemas de saúde, como hipertensão emocional. Com o tempo, esse acúmulo de estresse e tensão física afeta tanto o bem-estar dos educadores quanto sua capacidade de manter práticas de ensino eficazes, reforçando a necessidade urgente de melhores condições de trabalho e apoio à saúde no setor educacional.

É argumentado por Oliveira e Santos (2021), sobre o adoecimento mental dos professores, que as jornadas de trabalho prolongadas e os crescentes desafios administrativos enfrentados pelos professores contribuem significativamente para sua exaustão mental. O desalinhamento entre as decisões institucionais e as reais necessidades do ambiente escolar agrava o sofrimento no local de trabalho, levando os educadores a experimentar níveis elevados de estresse e ansiedade. Como resultado, o adoecimento mental docente tornou-se uma preocupação premente nas discussões acadêmicas, com pesquisadores de diversas áreas enfatizando a urgência de estudar e abordar os fatores que contribuem para a deterioração do bem-estar dos educadores. Dado o papel fundamental dos professores no desenvolvimento social e humano, investir em políticas que protejam sua saúde mental é essencial para garantir um sistema educacional sustentável e eficaz.

Barbosa (2021) destaca também sobre a carga horária de trabalho excessiva, enfatiza que os professores frequentemente trabalham além do horário oficial, dedicando tempo adicional a tarefas essenciais, como planejamento de aulas, correção de notas, avaliações e apoio ao aluno. Essa carga horária extraclasse é ainda mais ampliada pelo uso de tecnologias digitais, mídias sociais e plataformas

online, aumentando significativamente a carga horária total. A carga horária excessiva está correlacionada a problemas de saúde, exaustão, frustração e dificuldades no desenvolvimento profissional, afetando negativamente a qualidade de vida dos professores e exacerbando sua desvalorização na sociedade. Além disso, muitos educadores trabalham horas extras devido aos baixos salários, já que seus rendimentos oficiais são frequentemente insuficientes para atender às necessidades básicas de vida.

Tostes *et al.*, (2018) discutem como a falta de reconhecimento e valorização profissional afeta negativamente a saúde mental dos professores. Os autores destacam que a valorização insuficiente e as condições de trabalho inadequadas contribuem para o sofrimento psicológico, incluindo ansiedade e depressão. Além disso, sentimentos de desrespeito e desvalorização intensificam o estresse, a sensação de impotência e a diminuição da autoestima, prejudicando a capacidade dos educadores de gerenciar suas responsabilidades de forma eficaz. Essas descobertas reforçam a necessidade de políticas que reconheçam e apoiem a profissão docente, visando melhorar as condições de trabalho e mitigar a alta prevalência de problemas de saúde mental relatados entre educadores.

3 METODOLOGIA

O artigo em questão se baseia no método de pesquisa qualitativa, que é descrita por Denzin e Lincoln (2018), como um método cujo o objetivo é compreender e interpretar um fenômeno pela perspectiva e experiência daqueles que o vivem. Com isso, frisando a importância do contexto, do meio, da subjetividade do indivíduo e o impacto que têm em suas ações e interações, assim, possibilitando uma compreensão mais ampla e profunda de todo um contexto.

Também, se dá pelo método observação, descrito por Danna e Matos (2015), como um processo de utilização dos sentidos sistemático e intencional, para adquirir conhecimento sobre fenômenos, os observando em seu contexto, da forma como ocorrem, em circunstâncias naturais. Assim, é destacado pelas autoras, que essa abordagem é uma ferramenta essencial para melhor compreender o indivíduo e o ambiente em que está inserido.

Ainda, foi aplicado um questionário, que de acordo com Bortolozzi (2020), é uma ferramenta caracterizada por oferecer respostas mais diretas, mas menos detalhadas. Além disso, as perguntas não podem ser reformuladas, e o processo de resposta depende da compreensão e interpretação de quem as responde. No entanto, esse método permite uma coleta de dados mais rápida, facilidade de acesso a grandes massas e redução da inibição dos respondentes devido ao anonimato oferecido pelo método.

A análise dos dados foi conduzida a partir da triangulação entre os registros obtidos na observação, as respostas aos questionários e o diálogo com a literatura científica que fundamenta a pesquisa. Inicialmente, buscou-se organizar e categorizar as informações coletadas, destacando padrões, recorrências e singularidades. Em seguida, os dados foram interpretados qualitativamente, considerando o contexto em que os participantes estão inseridos, suas condições de trabalho e suas percepções subjetivas. Esse processo visou não apenas descrever os fenômenos observados, mas também relacioná-los a discussões teóricas já consolidadas, possibilitando uma compreensão da realidade estudada.

Este estudo faz parte do cumprimento do estágio supervisionado do curso de Psicologia do Centro Universitário Univértix. A observação foi realizada em uma escola municipal no interior de Minas Gerais, com professores que atuam com o ensino de educação infantil e ensino fundamental.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A escola observada é localizada em um bairro periférico, e funciona atendendo 85 alunos no período matutino (5º ao 9º ano do Ensino Fundamental) e 121 alunos no período vespertino (Educação Infantil ao 4º ano do Ensino Fundamental), com uma média de 22 alunos por sala. De acordo com a psicóloga da instituição, os professores lidam com diversas demandas pedagógicas, promovendo a aprendizagem e buscando recursos voltado para a comunidade, desempenhando um papel vital na formação do desenvolvimento dos alunos.

Souza (2016) analisou o impacto do "efeito território" na alocação de professores em escolas periféricas de Curitiba, destacando os desafios significativos que essas instituições enfrentam para garantir uma educação de qualidade. De

acordo com o estudo, a segregação espacial e as altas taxas de rotatividade entre os professores, em sua maioria temporários, fragilizam sua vinculação e comprometimento com a escola. Souza argumenta que a desigualdade educacional nessas áreas está intimamente ligada às condições socioespaciais, reforçando a necessidade de políticas públicas mais efetivas para democratizar o acesso à educação e melhorar sua qualidade em comunidades marginalizadas.

Silva e Moreira (2020) examinam os desafios enfrentados por professores iniciantes em escolas periféricas, enfatizando questões como a falta de familiaridade com a região, a infraestrutura escolar precária, as dificuldades de acesso às instalações educacionais e o envolvimento limitado da família. Esses fatores aumentam significativamente a complexidade e as demandas do ensino nesses bairros, exigindo apoio adicional e estratégias institucionais para aprimorar a capacidade dos professores de atuarem efetivamente nesses ambientes.

Foi enviado questionário para 13 docentes da escola observada, dos quais 12 responderam. A faixa etária dos participantes variou entre 25 e 60 anos, evidenciando uma equipe composta por profissionais tanto em início quanto em final de carreira. Observou-se que a maioria dos professores possui entre 2 e mais de 10 anos de atuação no magistério, sendo que duas docentes estão em vias de se aposentar.

Segundo Cremasco (2013), a aproximação entre professores iniciantes e experientes fomenta trocas e apoio mútuo, permitindo o compartilhamento de conhecimentos e estratégias pedagógicas que enriquecem os processos de ensino e aprendizagem. No entanto, a autora aponta que essa diversidade também apresenta desafios, como a necessidade de desenvolvimento profissional contínuo que atenda aos distintos perfis e necessidades de cada grupo, bem como a gestão de potenciais conflitos geracionais e resistências a novas práticas. A integração de professores com formações variadas não apenas promove a inovação e a renovação de metodologias, mas também exige ações intencionais que garantam a colaboração efetiva e o crescimento profissional de todos os membros do corpo docente

No que diz respeito ao gênero, a equipe é predominantemente feminina, com apenas dois professores do sexo masculino, o que apresenta a tendência de feminização da profissão docente, especialmente na Educação Básica. No Censo

Escolar de 2022, realizado pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep), as mulheres representam 79,2% do corpo docente da educação básica no Brasil, sendo sua presença ainda mais dominante na educação infantil. Nas creches, 97,2% dos educadores são mulheres, enquanto nas pré-escolas, representam 94,2% dos professores. Essa tendência continua no ensino fundamental, onde as mulheres representam 77,5% do corpo docente, e no ensino médio, onde sua presença diminui, mas permanece significativa, com 57,5%. Além disso, as mulheres ocupam a maioria dos cargos de liderança escolar, com 80,7% dos diretores escolares sendo mulheres. No entanto, no ensino superior, a distribuição de gênero muda, com os homens ocupando uma parcela maior dos cargos de ensino.

A maioria dos professores (11) discorda plenamente que a infraestrutura física da escola contribua positivamente para sua saúde. Fernandes (2011), destaca que a infraestrutura inadequada do local de trabalho tem grande impacto no desenvolvimento de distúrbios musculoesqueléticos. Segundo a autora, materiais mal conservados e recursos físicos insuficientes interrompem o fluxo de trabalho, forçando os trabalhadores a acelerar o ritmo, aumentando o desgaste físico, móveis inadequados e instalações ineficazes dificultam o descanso, levando à fadiga e à dor. A falta de medidas preventivas e o aumento da pressão no trabalho agravam ainda mais o estresse físico e psicológico, agravando a saúde dos trabalhadores ao longo do tempo.

Em relação à adequação dos recursos escolares, como cadeiras, carteiras e quadros-negros, as respostas foram mais divididas. Embora oito professores concordem plenamente que esses materiais são adequados, uma parcela significativa (5) discorda ou discorda parcialmente.

Segundo Dias *et al.*, (2020), a estrutura ergonômica desempenha um papel crucial para garantir o conforto e prevenir problemas de saúde no ambiente de trabalho, visto que a ergonomia está diretamente ligada à qualidade do trabalho realizado e à preservação da saúde dos trabalhadores. Os autores enfatizam que condições inadequadas, como altura incorreta do posto de trabalho, iluminação insuficiente, ruído excessivo e altas temperaturas, impactam negativamente o bem-

estar dos funcionários, podendo levar a desgaste físico, fadiga e doenças ocupacionais.

Os relacionamentos com colegas e coordenação foram, em geral, vistos de forma positiva, com nove professores concordando plenamente que essas interações contribuem para seu bem-estar mental e emocional. No entanto, quando se trata de conflitos relacionados à escola, cinco professores concordam fortemente que tais tensões impactam negativamente sua saúde mental, enquanto outros expressaram concordância parcial, neutralidade ou discordância.

Segundo Silva e Santos (2012), a interação entre colegas é essencial para o estabelecimento de vínculos profissionais saudáveis, que contribuem para o desenvolvimento de relacionamentos interpessoais positivos na equipe. Essas conexões promovem um ambiente de trabalho mais leve, colaborativo e eficaz, facilitando a resolução de conflitos e melhorando a qualidade do atendimento prestado, principalmente em equipes multiprofissionais. A construção desses relacionamentos envolve o reconhecimento da individualidade de cada membro e a valorização do diálogo aberto, o que fortalece a coesão do grupo e promove o bem-estar no ambiente organizacional.

Sete professores se sentem plenamente valorizados pela comunidade escolar. No entanto, quando questionados sobre sua motivação para se engajar plenamente em sua profissão, cinco relataram que as condições de trabalho prejudicam seu entusiasmo, enquanto as respostas restantes variaram, sendo 3 respostas neutras e 2 que discordam parcialmente, revelando níveis preocupantes de desmotivação.

Mais da metade dos professores concordam plenamente que o número de turmas e alunos que gerenciam afeta negativamente seu equilíbrio entre vida pessoal e profissional, e seis relataram que o excesso de tarefas burocráticas prejudica sua saúde. A exaustão emocional em sala de aula foi amplamente reconhecida, com 8 dos 12 professores respondentes relatando que afeta sua capacidade de interagir efetivamente com os alunos.

Como é argumentado por Silveira (2021), a intensificação das atividades de ensino, como gerenciar um grande número de turmas, lidar com salas de aula superlotadas e atender às crescentes demandas de produção acadêmica,

frequentemente leva os professores a trabalhar muito além da jornada semanal padrão. Essa sobrecarga não apenas perturba o equilíbrio entre a vida profissional e pessoal, mas também representa riscos à saúde física e mental, contribuindo para o estresse e o potencial desenvolvimento da Síndrome de *Burnout*.

Além disso, cinco professores afirmaram que manter hábitos saudáveis é difícil devido às suas agendas exigentes, enquanto outros seis concordaram parcialmente com essa avaliação. Apesar desses desafios, um forte senso de realização profissional permanece. Onze professores acreditam firmemente que seu papel como educadores é crucial para moldar o futuro dos alunos, destacando sua resiliência e comprometimento com sua missão pedagógica.

Segundo Souza e Almeida (2022), os professores continuam atuando com responsabilidade e dedicação, cientes de seu papel essencial na construção do futuro das crianças. Permanecem comprometidos e resilientes, reconhecendo que seu trabalho é fundamental para o desenvolvimento da sociedade e a construção de um futuro melhor por meio da educação.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Embora os professores geralmente se sintam realizados em suas funções e reconheçam a importância de seu trabalho, eles enfrentam dificuldades consideráveis relacionadas às condições de trabalho. Os principais problemas incluem infraestrutura inadequada, excesso de responsabilidades burocráticas, alto número de alunos e turmas e dificuldade em manter hábitos saudáveis. Esses fatores impactam diretamente o bem-estar físico e mental dos professores, afetando seu desempenho em sala de aula.

Além disso, embora as relações interpessoais entre educadores e equipe sejam amplamente positivas, conflitos e questões inerentes do ambiente escolar ainda existem e podem afetar negativamente a saúde emocional, como a valorização profissional, embora presente para alguns, não é percebida de forma uniforme, o que aponta para a necessidade de ações mais concretas de reconhecimento e suporte ao trabalho docente.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, Andreza *et al.* Tempo de trabalho e de ensino: composição da jornada de trabalho dos professores paulistas. **Educação e Pesquisa**, v. 47, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ep/a/CKkcb8c8Jt4wNwhvVsqsptm/?lang=pt>. Acesso em: 8 maio 2025.

BORTOLOZZI, Ana Cláudia. **Questionário e entrevista na pesquisa qualitativa: elaboração, aplicação e análise de conteúdo – Manual Didático**. São Carlos: Pedro & João Editores, 2020. 52 p.

BRASIL. Lei n.º 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. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/ato2019-2022/2019/lei/L13935.htm. Acesso em: 26 fev. 2025.

BRASIL. Lei n.º 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 23 dez. 1996. Disponível em: https://www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/529732/lei_de_diretrizes_e_bas_es_1ed.pdf. Acesso em: 18 abr. 2025.

BRASIL. Professoras são 79% da docência de educação básica no Brasil. Disponível em: <https://www.gov.br/inep/pt-br/assuntos/noticias/institucional/professoras-sao-79-da-docencia-de-educacao-basica-no-brasil>. Acesso em: 9 maio 2025.

CARDOZO, Wallace. Volume de trabalho dos professores dos anos finais do ensino fundamental. [S.l.]: Itaú Social; Associação D3e; Fundação Carlos Chagas, 2023. Disponível em: <https://www.itausocial.org.br/noticias/estudo-aponta-que-volume-de-trabalho-excessivo-adoece-professores-e-prejudica-aprendizagem-dos-estudantes/>. Acesso em: 21 abr. 2025.

CASEMIRO, Poliana; MOURA, Rayane. Crise de saúde mental: Brasil tem maior número de afastamentos por ansiedade e depressão em 10 anos. **G1**, 10 mar. 2025. Disponível em: <https://g1.globo.com/trabalho-e-carreira/noticia/2025/03/10/crise-de-saude-mental-brasil-tem-maior-numero-de-afastamentos-por-ansiedade-e-depressao-em-10-anos.ghtml>. Acesso em: 21 abr. 2025.

COELHO JUNIOR, Leconte de Lisle; OLIVEIRA, Renata Dantas. **Práticas de estágio básico em psicologia**. Campina Grande: Editora Amplla, 2022. 142 p. ISBN 978-65-5381-060-0. Disponível em: <https://ampllaeditora.com.br/books/2022/08/PraticasEstagioPsicologia.pdf>. Acesso em: 25 abr. 2025.

CREMASCO, Sonara Cristina Polityto. Integração de professores iniciantes e experientes. 2013. Disponível em: http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospede/pdebusca/producoes_pde/2013/2013_ufpr_ped_artigo_sonara_cristina_polityto_cremasco.pdf. Acesso em: 15 maio 2025.

DANNA, M. F.; MATOS, M. A. **Aprendendo a observar**. 3. ed. São Paulo: Edicon, 2015.

DENZIN, Norman K.; LINCOLN, Yvonna S. (Orgs.). **O manual de pesquisa qualitativa da SAGE**. 5. ed. Los Angeles: SAGE Publications, 2018.

DIAS, Glenda Nunes *et al.* A importância da ergonomia em unidades de alimentação e nutrição: uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 38, supl., e1680, 2020. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/1680/1198>. Acesso em: 9 maio 2025.

FERNANDES, Rita de Cássia P. Precarização do trabalho e os distúrbios musculoesqueléticos. **Caderno CRH**, v. 24, spe1, p. 155-170, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ccrh/a/qnRHcRLbCh6PC6JDj9dQfYC/>. Acesso em: 12 mai. 2025.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do oprimido**. 34. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2005.

NASCIMENTO, Ana Rogélia Duarte do; *et al.* **Ações da(o) psicóloga(o) escolar e educacional na educação básica**. [S.l.]: Conselho Regional de Psicologia da Paraíba, 2023. Disponível em: <https://crp13.org.br/publicacoes/tipo/cartilhas/>. Acesso em: 26 fev. 2025.

OLIVEIRA, E. C. de; SANTOS, V. M. dos. Adoecimento mental em professores brasileiros. *In*: SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO E COMUNICAÇÃO – SIMEDUC, 10., 2021, [S.l.]. Anais [...]. Disponível em: <https://eventosgrupotiradentes.emnuvens.com.br/simeduc/article/view/14868>. Acesso em: 25 abr. 2025.

PRADO, Cristina Oliveira de Araújo. **A saúde do professor: fatores de risco e adoecimento**. 2021. 71 p. Disponível em: https://tede.unioeste.br/bitstream/tede/6740/5/Cristina_Oliveira_de_Ara%C3%BAjo_Prado_2021.pdf. Acesso em: 23 abr. 2025.

SANTOS, Isteffani M. Rodrigues da Silva do M.; LIMA, Luiz Fernando Santos de; LIMA, Mayara Santos de. **Efeitos causados pela jornada de trabalho em excesso**. Recife: O Autor, 2023. 27 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, Bacharelado em Administração, 2023. Disponível em: <https://www.grupounibra.com/repositorio/ADMIN/2023/efeitos-causados-pela-jornada-de-trabalho-em-excesso.pdf>. Acesso em: 11 maio 2025.

SILVA, Fátima Maria Rodrigues Chagas da; MOREIRA, Laélia Portela. Professores iniciantes em escolas de periferia: desafios da “sobrevivência” na sala de aula. **Revista Eletrônica de Educação**, v. 14, p. 1-20, 2020. Disponível em: <https://www.reveduc.ufscar.br/index.php/reveduc/article/view/4183/1116>. Acesso em: 9 maio 2025.

SILVA, M. R. da; SANTOS, A. C. Relações interpessoais, equipe de trabalho e seus reflexos na formação de vínculos profissionais saudáveis. **Revista Brasileira de Anais do FAVE – Fórum Acadêmico do Centro Universitário Vértice - Univértix, Matipó, setembro, 2025.**

Educação Médica, v. 36, n. 1, p. 113-121, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/MXJrhLQyhcyHq8zDkzp7yHs/>. Acesso em: 13 maio 2025.

SILVEIRA, Gabriela Araújo. **Estresse, burnout e seus mediadores em professores do ensino superior federal**. 2021. 134 f. Dissertação (Mestrado em Administração) – Universidade Federal de Pernambuco, Centro de Ciências Sociais Aplicadas, Programa de Pós-Graduação em Administração, Recife, 2021. Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/bitstream/123456789/40187/1/DISSERTA%C3%87%C3%83O%20Gabriela%20Ara%C3%BAjo%20Silveira.pdf>. Acesso em: 15 maio 2025.

SOUZA, Ana Paula; ALMEIDA, Carlos Eduardo. A esperança dos professores frente aos desafios educacionais atuais. **Revista Brasileira de Educação**, v. 27, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbedu/a/esperanca-dos-professores-brasileiros>. Acesso em: 11 maio 2025.

SOUZA, João. O adoecimento dos professores no Brasil: causas e consequências. **Revista Educação Pública**, v. 20, n. 36, 2020. Disponível em: <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/20/36/o-adoecimento-do-professor-da-educacao-basica-no-brasil-apontamentos-da-ultima-decada-de-pesquisas>. Acesso em: 20 abr. 2025.

SOUZA, Marcelo Nogueira de. **Políticas públicas de educação no Paraná: as condições de trabalho de professores temporários e o efeito de território na alocação de docentes como variáveis de análise**. 2016. 325 f. Tese (Doutorado em Sociologia) – Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2016. Disponível em: <https://downloads.editoracientifica.com.br/articles/201202525.pdf>. Acesso em: 9 maio 2025.

TOSTES, Maiza Vaz *et al.* Sofrimento mental de professores do ensino público. **Saúde em Debate**, v. 42, n. 116, p. 87-99, jan. 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/wjgHn3PzTfsT5mQ4K8JcPbd/?lang=pt>. Acesso em: 8 maio 2025.

TUNES, Elizabeth; TACC, Maria Carmen V. R.; BARTHOLO JR., Roberto dos Santos. O professor e o ato de ensinar. **Cadernos de Pesquisa**, v. 35, n. 126, p. 689-698, set./dez. 2005. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cp/a/5VcSDPXY78pqQYKTVYTD7Fv/?format=pdf>. Acesso em: 20 abr. 2025.