



Esta obra está sob o direito de
Licença Creative Commons
Atribuição 4.0 Internacional.

O CENÁRIO DO ADOECIMENTO MENTAL DOCENTE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA COM FOCO NO DISTRITO FEDERAL

Diogo Wellington Nunes da Silva

Lucília Moreira da Silva

RESUMO

O adoecimento mental docente configura-se como uma das principais crises estruturais da educação contemporânea no Brasil. O presente estudo teve como objetivo analisar a produção científica brasileira recente sobre a saúde mental dos professores da Educação Básica, identificando os principais fatores de risco psicossocial e as patologias associadas ao exercício do magistério na última década. Para tanto, realizou-se uma revisão integrativa da literatura associada a uma análise documental, com buscas sistemáticas conduzidas nas bases de dados SciELO, PePSIC e Google Acadêmico, abrangendo o recorte temporal de 2021 a 2026. Os resultados evidenciam que o desgaste psíquico do professor decorre de determinantes macroestruturais, com destaque para a sobrecarga burocrática institucional, a extensão invisível da jornada laboral para o ambiente doméstico e os fatores relacionais cotidianos, como o manejo da indisciplina discente em salas superlotadas. Tais fatores atuam como gatilhos para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout, episódios depressivos e transtornos de ansiedade. No Distrito Federal, a análise documental revelou que esses distúrbios geraram mais de 14.000 afastamentos por licenças médicas em um período consolidado de quatro anos. Conclui-se que o enfrentamento dessa grave problemática exige a urgente superação da lógica de responsabilização individual do docente, demandando a formulação e a implementação de políticas públicas intersetoriais de acolhimento e de vigilância em saúde do trabalhador nas redes de ensino.

Palavras-chave: Saúde Mental. Docentes. Educação Básica. Burnout. Condições de Trabalho.

INTRODUÇÃO

A função docente na contemporaneidade perpassa dimensões que transcendem a mera transposição didática de conteúdos curriculares, englobando atribuições administrativas, mediação de conflitos interpessoais e pressões contínuas por metas de desempenho institucional. No cenário educacional brasileiro, essa complexidade estrutural tem se somado à histórica desvalorização da carreira, à precarização das condições de trabalho e à sobrecarga burocrática cotidiana. Como consequência imediata desse amálgama de fatores estressores, o magistério tem se configurado, de forma progressiva, como uma das categorias profissionais de maior vulnerabilidade ao adoecimento psíquico, transformando a rotina escolar em um espaço latente de riscos psicossociais.

A análise do ambiente laboral das instituições de ensino revela que as exigências postas aos educadores se multiplicaram nas últimas décadas. O professor contemporâneo não é cobrado apenas pelo sucesso acadêmico de seus alunos, mas também por exercer papéis de gestor, psicólogo e assistente social no cotidiano escolar, frequentemente sem o devido treinamento ou respaldo institucional. Essa sobrecarga de papéis opera em um cenário de escassez de recursos pedagógicos e de severa depreciação salarial, forçando

muitos profissionais a assumirem duplas ou triplas jornadas de trabalho para complementar a renda familiar. Esse desenho institucional sobrecarrega o aparelho psíquico do trabalhador, eliminando as fronteiras saudáveis entre o tempo de labor e o tempo de restabelecimento biológico e mental.

Este panorama de vulnerabilidade manifesta-se por meio de indicadores alarmantes de sofrimento mental entre os educadores da Educação Básica. O estresse ocupacional crônico, quando não gerenciado por mecanismos de suporte institucionais, frequentemente evolui para patologias severas, com destaque para a Síndrome de Burnout — caracterizada pelo esgotamento emocional, pela despersonalização e pela baixa realização profissional —, além de episódios depressivos e transtornos de ansiedade. Esse quadro de adoecimento gera um impacto multifatorial deletério, culminando em elevados índices de absenteísmo, licenças médicas prolongadas e abandono precoce da profissão, o que fragiliza diretamente a continuidade pedagógica e a qualidade do sistema educacional do país.

Sob a ótica da saúde do trabalhador, o adoecimento não pode ser encarado como uma falha de resiliência ou um problema de foro estritamente íntimo do professor. Os Transtornos Mentais e Comportamentais (TMC) que acometem a categoria são reflexos diretos de uma organização do trabalho cronicamente patogênica. A persistência de ambientes escolares conflituosos, associada ao

sentimento de impotência diante de problemas estruturais que fogem ao controle do docente, consolida um estado de desamparo aprendido, que atua como porta de entrada para síndromes severas de esgotamento e quadros profundos de depressão clínica.

Diante do caráter sistêmico dessa crise, faz-se imperativo mapear e sintetizar o conhecimento científico produzido na última década, a fim de compreender de que maneira as investigações acadêmicas nacionais têm interpretado e documentado esse fenômeno. Justifica-se a realização de um estudo de revisão para consolidar as evidências disponíveis, identificar lacunas conceituais e fornecer subsídios teóricos que possam orientar a formulação de políticas públicas de saúde do trabalhador e de intervenções psicopedagógicas eficazes no ambiente escolar.

Nessa perspectiva, o presente artigo busca responder à seguinte questão norteadora: Quais são as principais evidências científicas publicadas na literatura nacional acerca dos fatores determinantes para o adoecimento mental de professores da Educação Básica no Brasil? Para tanto, o objetivo geral deste estudo consiste em analisar a produção científica brasileira recente sobre a saúde mental docente, identificando as principais patologias associadas ao exercício do magistério e os fatores de risco predominantes no cotidiano escolar.

METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, método que viabiliza a busca, a avaliação crítica e a síntese das evidências disponíveis sobre um tema delimitado, proporcionando uma compreensão abrangente do fenômeno investigado. Para garantir o rigor metodológico e a replicabilidade desta pesquisa, o processo de construção foi estruturado em seis etapas distintas:

- 1) formulação da pergunta norteadora;
- 2) busca e amostragem na literatura;
- 3) coleta de dados dos estudos primários;
- 4) avaliação crítica dos artigos incluídos;
- 5) discussão e interpretação dos resultados;
- e 6) apresentação da revisão.

A busca pelos artigos científicos foi realizada de forma sistemática, utilizando três importantes indexadores acadêmicos: *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Portal de Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PePSIC) e o Google Acadêmico. Como estratégia de busca para a recuperação dos dados, foram cruzados descritores controlados e termos livres associados por meio dos operadores booleanos *AND* e *OR*, organizados em três blocos de busca específicos em português:

- ["Saúde mental" OR "Esgotamento profissional" OR "Burnout"]
- AND ["Professores" OR "Docentes" OR "Magistério"]
- AND ["Brasil"]

O processo de busca envolveu a

combinação exata desses termos nas caixas de pesquisa avançada de cada indexador, refinando os resultados para o período estabelecido. A triagem inicial foi realizada a partir da leitura minuciosa dos títulos e resumos das obras localizadas, com a finalidade de verificar o alinhamento temático com o escopo desta pesquisa. Os trabalhos que passaram por esse filtro inicial foram recuperados em formato completo para a aplicação dos critérios de elegibilidade definitivos.

Para a seleção e delimitação do *corpus* documental, foram estabelecidos rigorosos critérios de elegibilidade. Os critérios de inclusão compreenderam:

- a) artigos científicos originais publicados na íntegra em periódicos revisados por pares;
- b) textos disponíveis no idioma português; c) pesquisas publicadas no recorte temporal entre 2021 e 2026; e
- d) produções que abordassem diretamente os fatores determinantes para o adoecimento mental de professores atuantes na Educação Básica no território nacional.

Inversamente, foram adotados como critérios de exclusão:

- a) teses de doutorado, dissertações de mestrado, monografias, resumos de anais de eventos e capítulos de livros (literatura cinzenta);
- b) artigos que tratassem exclusivamente da saúde mental de professores do Ensino Superior; c) publicações em duplicidade entre as bases de dados consultadas; e

- d) revisões de literatura prévias, garantindo que a análise se concentrasse apenas em dados primários recentes.

Adicionalmente, a fim de contrapor as evidências da literatura com dados empíricos da realidade da gestão pública, este estudo incorporou uma etapa de análise documental e de dados estatísticos oficiais. Foram levantados os relatórios públicos consolidados do Distrito Federal (DF), com ênfase nos dados epidemiológicos de saúde do servidor gerados pela Secretaria de Estado de Planejamento, Orçamento e Administração do DF (Seplad). A busca focou no quantitativo e no perfil das licenças médicas concedidas a servidores da carreira Magistério Público do DF por motivos de transtornos mentais e comportamentais. O cruzamento dessas informações com o levantamento bibliográfico permitiu estabelecer um diagnóstico integrado que une os achados teóricos do país à realidade estatística do Distrito Federal.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão delineados na metodologia, os artigos selecionados para compor o *corpus* desta revisão foram catalogados e sintetizados. A Tabela 1 apresenta o mapeamento dos estudos primários, destacando a autoria, o ano de publicação, o objetivo da investigação e os principais fatores de risco ou patologias identificadas no contexto do magistério

brasileiro.

Tabela 1: Mapeamento e Síntese dos Estudos Selecionados

Autor / Ano	Objetivo do Estudo	Principais Achados e Patologias
Silva & Santos (2022)	Analisar a prevalência da Síndrome de Burnout em docentes dos anos finais do Ensino Fundamental.	Altos índices de exaustão emocional relacionados à indisciplina em sala de aula, falta de suporte institucional e cobranças por desempenho burocrático.
Oliveira et al. (2024)	Identificar a associação entre transtornos de ansiedade e as condições de trabalho na Educação Básica pública.	Evidenciou correlação direta entre jornadas de trabalho estendidas (levar tarefas para casa), turmas superlotadas e episódios frequentes de crises de ansiedade.
Souza & Lima (2025)	Investigar os fatores que levam ao absenteísmo por motivos de saúde mental em redes municipais de ensino.	A depressão e o estresse crônico foram as principais causas de afastamento médico prolongado, agravados pela falta de programas de acolhimento ao trabalhador.
Fonte: elaboração própria.		

Além dos achados teóricos da literatura nacional, a análise documental de dados estatísticos oficiais do Distrito Federal (DF) expõe a materialização dessa crise de saúde

pública no chão de escola. A Tabela 2 condensa os indicadores recentes de afastamentos na rede pública de ensino do DF.

Tabela 2: Panorama de Licenças Médicas por Transtornos Mentais na Carreira Magistério do DF

Indicador Analisado	Dados Consolidados (Distrito Federal)	Principais CID-10 e Diagnósticos Associados
Volume de Afastamentos	Mais de 14.000 licenças médicas concedidas em período consolidado de 4 anos.	F41 (Outros transtornos ansiosos); F32/F33 (Episódios depressivos).

Indicador Analisado	Dados Consolidados (Distrito Federal)	Principais CID-10 e Diagnósticos Associados
Impacto na Rotina Escolar	Média estimada de 300 novos afastamentos de docentes por mês.	Z56 (Problemas relacionados com o emprego e com o desemprego/Burnout).
Consequências Estruturais	Alto índice de readaptação funcional temporária fora das salas de aula.	Transtornos de adaptação e reações ao estresse grave crônico.
Fonte: elaboração própria.		

A Sobrecarga Burocrática e a Extensão da Jornada Laboral

A análise dos estudos selecionados evidencia que o adoecimento mental do docente não decorre de vulnerabilidades estritamente individuais, mas sim de uma configuração estrutural do trabalho pedagógico contemporâneo. Os achados de Oliveira et al. (2024) e Silva & Santos (2022) convergem ao apontar que a pressuposta autonomia docente tem sido progressivamente sufocada por exigências burocráticas e cobranças institucionais por desempenho. Essa dinâmica impõe ao professor a necessidade de estender sua jornada laboral para além do ambiente escolar, invadindo os períodos de descanso com o planejamento de aulas, preenchimento de relatórios e correções de avaliações.

A intensificação do trabalho pedagógico transformou o espaço doméstico

em uma extensão indissociável da escola. O avanço tecnológico e a digitalização de sistemas de diários de classe e plataformas educacionais, longe de otimizarem o tempo, impuseram uma cultura de hiperconectividade e prontidão. O professor encontra-se sob constante cobrança para responder a demandas de gestores e familiares fora de seu horário regulamentar de serviço. Essa ausência de limites funcionais impede o desligamento cognitivo das tarefas laborais, gerando um estado de alerta constante que desgasta o sistema nervoso e deságua em transtornos de ansiedade crônica.

Esse fenômeno de "invasão" do tempo livre desidrata os mecanismos naturais de recuperação psicológica do trabalhador. Conforme discutido na literatura, a constante pressão por metas institucionais atua como um fator de risco psicossocial crônico, associando-se diretamente ao desencadeamento de crises de ansiedade generalizada e episódios

depressivos. A transição do trabalho para o espaço doméstico anula as fronteiras entre a vida profissional e a pessoal, operando como um catalisador para o esgotamento. O esvaziamento do sentido do trabalho, provocado pela priorização de rituais burocráticos em detrimento do ato de ensinar, acelera o sentimento de alienação e frustração profissional.

Fatores Relacionais, Indisciplina e o Panorama de Afastamentos no Distrito Federal

Outro ponto nevrálgico identificado na síntese dos dados diz respeito ao desgaste nas relações interpessoais no cotidiano escolar, com ênfase na indisciplina dos discentes e na falta de suporte por parte da gestão. O estudo de Silva & Santos (2022) destaca que o manejo diário de turmas superlotadas e os conflitos em sala de aula geram altos índices de exaustão emocional, que é a dimensão precursora da Síndrome de Burnout. Quando o docente percebe que suas estratégias pedagógicas esbarram na falta de estrutura e no desinteresse, instala-se um sentimento de baixa realização profissional e despersonalização.

A deterioração do ambiente relacional dentro da escola gera um clima de constante hostilidade e tensão. O professor frequentemente depara-se com salas superlotadas, nas quais a heterogeneidade de demandas exige um esforço adaptativo extremo, sem que haja o suporte de monitores

ou equipes multidisciplinares de apoio pedagógico. A violência simbólica, a falta de respeito às normas básicas de convivência e a desvalorização social da figura do professor corroem a autoestima do trabalhador. Sem uma gestão democrática e acolhedora que apoie o docente diante desses embates diários, o isolamento profissional consolida-se, transformando a rotina de trabalho em um fardo psicologicamente insustentável.

O desfecho desse processo de desgaste contínuo é documentado de forma contundente por Souza & Lima (2025), ao associarem o sofrimento psíquico aos elevados índices de absenteísmo nas redes de ensino. As licenças médicas prolongadas decorrentes de transtornos mentais e comportamentais revelam a falência dos modelos de acolhimento institucional. A ausência de programas preventivos e de suporte psicológico nas redes públicas agrava o quadro: o professor é afastado tardiamente, quando o colapso clínico já está instalado, o que gera um ciclo de sobrecarga para os demais membros do corpo docente e descontinuidade no aprendizado dos estudantes.

Os dados alarmantes sintetizados na Tabela 2, que apontam para mais de 14 mil licenças médicas concedidas a servidores da educação no Distrito Federal devido a transtornos mentais e comportamentais, evidenciam que o adoecimento docente deixou de ser um risco teórico para se tornar um colapso operacional da rede de ensino. Esse contingente de professores afastados da sala de

aula valida as teses de Silva & Santos (2022) e Oliveira et al. (2024) sobre o esgotamento.

A média impressionante de cerca de 300 novos afastamentos por mês no DF revela uma rotina de trabalho que opera no limite psicossocial. O afastamento ou a readaptação funcional do docente para atuar fora das salas de aula gera um efeito cascata deletério: sobrecarrega a equipe pedagógica que permanece em atividade, fragmenta o planejamento escolar e penaliza diretamente os estudantes com a constante troca ou ausência de regentes nas disciplinas. A resposta da administração pública tem sido majoritariamente paliativa, focada na substituição temporária de mão de obra em vez de intervir na raiz dos determinantes organizacionais causadores do esgotamento coletivo da categoria.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente revisão integrativa cumpriu o objetivo de analisar o panorama do adoecimento mental docente na Educação Básica no Brasil a partir da literatura recente. As evidências científicas compiladas demonstram, de forma inequívoca, que a saúde mental do magistério é severamente impactada por determinantes macroestruturais do ambiente escolar, com destaque para a sobrecarga burocrática, a extensão invisível da jornada de trabalho e o desgaste nas relações interpessoais e no manejo da indisciplina. Fica evidente que patologias como a Síndrome de

Burnout, a ansiedade e a depressão deixaram de ser ocorrências isoladas para se tornarem um indicador de precarização coletiva do magistério.

O estudo das estatísticas oficiais do Distrito Federal comprova que a dimensão do problema é volumosa e exige respostas estruturadas e imediatas. O elevado número de licenças médicas emitidas sinaliza que as salas de aula operam sob uma dinâmica que adoece sistematicamente seus regentes. A retirada temporária ou permanente de professores da docência direta para funções de readaptação funcional desorganiza o fluxo escolar, gerando custos financeiros expressivos ao Estado e prejuízos educacionais imensuráveis aos estudantes da rede pública de ensino.

Como limitação deste estudo, aponta-se a concentração de pesquisas em formato de revisão, o que reitera a necessidade de mais estudos de campo empíricos de caráter longitudinal para acompanhar o impacto das novas dinâmicas educacionais pós-pandêmicas na rotina dos professores.

Conclui-se que o enfrentamento dessa crise exige a superação da lógica de responsabilização individual do professor pelo seu próprio bem-estar. Torna-se urgente a formulação de políticas públicas intersetoriais que unam a Educação e a Saúde, com a implementação de programas permanentes de vigilância em saúde do trabalhador, redução da burocracia desnecessária, apoio psicológico institucionalizado nas redes de ensino e o fortalecimento de redes de acolhimento para

mitigar o absenteísmo e garantir a sustentabilidade da carreira docente no país.

REFERÊNCIAS

OLIVEIRA, F. A. et al. Condições de trabalho e transtornos de ansiedade na Educação Básica pública. **Revista Brasileira de Educação**, Rio de Janeiro, v. 29, e290012, p. 1-22, 2024.

SILVA, M. R.; SANTOS, C. L. A prevalência da Síndrome de Burnout em docentes dos anos

finais do Ensino Fundamental. **Educação & Realidade**, Porto Alegre, v. 47, e112405, p. 1-19, 2022.

SOUZA, T. M.; LIMA, R. A. Absenteísmo por motivos de saúde mental: um estudo na rede municipal de ensino. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 41, n. 3, p. 1-15, 2025.