



**Vol. 19, Número 1, jan-jun, 2026, pág. 125-144**

## **Adoecimento de professoras da Educação Infantil: notas da pesquisa de campo**

**Mental Health Deterioration of Early Childhood Education Teachers: Notes from Field Research**

**Maria José de Miranda de Oliveira<sup>1</sup>**

**Edith Maria Batista Ferreira<sup>2</sup>**

### **RESUMO**

As transformações no mundo do trabalho sejam estruturais ou simbólicas, bem como nas políticas educacionais, tem sido refletidas nas práticas docentes contemporâneas, sendo um intensificador das condições de precarização e contribuído para o adoecimento dos professores. A pesquisa qualitativa realizada objetivou analisar o adoecimento mental de docentes da Educação Infantil, identificando os desafios vividos na atuação profissional e as perspectivas para o enfrentamento da situação em uma escola da rede pública municipal de São Luís-MA. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, que utilizou a entrevista semiestruturada e o questionário online como fonte de geração de dados. Os resultados revelaram que o estresse e a ansiedade se configuraram os principais tipos de adoecimento mental. A falta de apoio, em especial da Secretaria Municipal de Educação (SEMED) e da gestão escolar, foi identificada como um desafio significativo e fator de adoecimento. O investimento na formação em saúde mental e a inclusão de auxiliares em sala, foram apontados como ações necessárias para o melhoramento das condições de trabalho.

**Palavras-chave:** Adoecimento mental. Professora. Educação Infantil.

### **ABSTRACT**

The transformations in the world of work, whether structural or symbolic, as well as in educational policies, have been reflected in contemporary teaching practice, intensifying precarious working conditions and contributing to teachers' illness. This qualitative study aimed to analyze the mental health decline of Early Childhood Education teachers, identifying the challenges experienced in their professional practice and the prospects for addressing the situation in a public municipal school in São Luís-MA. This qualitative research utilized semi-structured interviews and an online questionnaire as data generation sources. The results revealed that stress and anxiety are the main types of mental health issues. A lack of support, particularly from the Municipal Secretariat of Education (SEMED) and school administration, was identified as a significant challenge and a contributing factor to this health decline. Investment in mental health training and the inclusion of classroom aides were highlighted as necessary actions to improve working conditions.

**Keywords:** Mental health deterioration. Teachers. Early Childhood Education.

<sup>1</sup> Graduada em Pedagogia pela Universidade Federal do Maranhão. Assistente Pedagógica do Colégio Educallis. Tem experiência na área de Educação, com ênfase em Gestão Escolar. ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-8952-380X>

<sup>2</sup> Professora Adjunta da Universidade Federal do Maranhão. Licenciada em Pedagogia (UFMA). Mestre em Educação (UFMA). Doutora em Educação (PPGE/UECE). ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7816-8776>



## Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq- GPPFE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

### INTRODUÇÃO

No contexto contemporâneo, marcado pela globalização e pelo capitalismo, as relações de trabalho sofrem transformações que repercutem na precarização da carreira docente. A relação entre condições de trabalho e adoecimento docente tem ganhado espaço nas discussões acadêmicas, com pesquisas que buscam identificar fatores que contribuem para o sofrimento desses profissionais (Martins; Araujo; Vieira, 2018; Sales; Freitas, 2018; Ramos et al., 2020).

Nesse sentido, a docência tem sido considerada uma das profissões de maior risco de desgaste e adoecimento, com estudos apontando a alta prevalência de transtornos mentais. A pesquisa realizada pela Associação Nacional de Medicina do Trabalho - ANAMT (2015) incluiu a carreira docente entre as dez que mais causam depressão, junto a áreas como enfermagem e medicina. Sobrecarga de trabalho, pressão por resultados, múltiplos vínculos empregatícios, falta de apoio e de infraestrutura são fatores recorrentes que tornam o adoecimento uma consequência esperada.

Dados mais recentes têm mostrado o crescimento do adoecimento entre professores. Segundo o “Relatório Situação dos Professores no Mundo” (*Global Status of Teachers Report*, 2024), dos 121 países que participaram da pesquisa, o Brasil lidera o ranking de adoecimento docente. O estudo feito na Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP) aponta que, aproximadamente, um terço dos professores da educação básica sofre da síndrome de Burnout (CNN Brasil, 2025). Pesquisas realizadas pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais (Inep) revelaram que, entre os anos de 2022 e 2023, mais de 62% dos professores da educação básica informaram sintomas de depressão, estresse ou ansiedade (INEP, 2024).

Esses dados dialogam com a experiência vivida no Estágio Não-Obrigatório, durante o curso de Pedagogia na UFMA, quando se observou o adoecimento de professoras da educação infantil e a negligência em relação à saúde mental docente, apesar de seu impacto direto na qualidade educacional. Sabe-se que uma professora adoecida encontra dificuldades em manter um ambiente de aprendizagem positivo, o que prejudica o desenvolvimento das crianças e amplia o estresse, já que muitas vezes ela é responsabilizada



## Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq- GPPFE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

pelo insucesso escolar, sem contar com apoio institucional, o que compromete sobremaneira a qualidade da educação ofertada na primeira infância.

Essa realidade impulsionou a realização de uma investigação sobre o adoecimento de professoras da primeira infância, ocorrido no segundo semestre do ano de 2024, sendo requisito para a conclusão do curso de Pedagogia da UFMA. Assim, este artigo objetiva analisar o adoecimento mental de docentes da Educação Infantil, identificando os desafios vividos na atuação profissional e as perspectivas para o enfrentamento da situação em uma escola da rede pública municipal de São Luís-MA.

A pesquisa desenvolvida foi de natureza qualitativa e intentou contribuir para ampliar a compreensão sobre a relevância do cuidado com a saúde mental no magistério e sua relação direta com a qualidade do processo educativo de crianças pequenas.

## 2 METODOLOGIA

A pesquisa empreendida teve como ponto de partida o interesse em analisar o adoecimento mental de docentes na Educação Infantil, identificando os desafios vividos por elas e as perspectivas para o enfrentamento da situação em uma escola da rede pública municipal de São Luís-MA. Este estudo optou por uma abordagem qualitativa do tipo exploratória, que se deu pela necessidade de entender e aprofundar, dentro do campo das Ciências Sociais, esse fenômeno educacional.

De acordo com Lösch, Rambo e Ferreira (2023, p. 3-4),

No campo das Ciências Humanas e Sociais, em especial na área da Educação, acredita-se que esta investigação possa contribuir na formação e no desenvolvimento de pesquisadores. De igual modo, compreende-se que, ao se enfocar as perspectivas, experiências e interpretações dos indivíduos envolvidos, se estabelece uma compreensão mais rica e profunda dos fenômenos sociais e educacionais. Isso contribui para uma visão mais abrangente e contextualizada dos problemas e desafios sociais e educacionais.

A ida ao campo foi justificada pela necessidade de a pesquisadora estar próxima ao seu objeto de estudo e perceber os desafios relacionados às questões psicossociais das professoras de uma escola pública municipal de Educação Infantil. Como diz Reis (2010, p. 15),



## Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq- GPPFE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

A pesquisa de campo em Educação, portanto, se caracteriza pela ida do pesquisador ao campo, aos espaços educativos para coleta de dados, com o objetivo de compreender os fenômenos que nele ocorrem. Pela análise e interpretação desses dados, a pesquisa poderá contribuir para a construção do saber educacional e o avanço dos processos educativa.

Para a geração dos dados, utilizou-se a entrevista semiestruturada, que possibilitou à pesquisadora, por meio de um roteiro semiaberto e flexível de perguntas, estabelecer um diálogo sobre o objeto em estudo, trazendo maior expressividade às entrevistadas. Foi utilizado também como instrumento de produção de dados, o questionário on-line, visto que, em decorrência da finalização do ano letivo, três, das seis professoras, não conseguiram um horário na agenda para realização da entrevista.

A pesquisa de campo teve início mediante contato com a gestão da Unidade escolar, solicitando a indicação das professoras lotadas em turmas de Educação Infantil. Após esse momento, no contato com as professoras participantes foi pedido a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), cumprindo os requisitos éticos da pesquisa com seres humanos.

No intuito de promover a confidencialidade dos sujeitos da pesquisa, as professoras foram identificadas de maneira alfanumérica, sendo “D” - Docente e os números de 1 a 6 conforme a ordem das entrevistas e respostas ao questionário, estando em conformidade aos princípios éticos.

A análise do *corpus* foi feita com base nos pressupostos da Análise Dialógica Discursiva, cujos discursos foram organizados em núcleos de significação (Aguiar; Ozella, 2013) recolhidos dos indícios que emergiram como regularidades nos enunciados das professoras, sendo eles: tipos, fatores e acompanhamento do adoecimento no/pelo trabalho e desafios e estratégias para o cuidado com a saúde mental. Cumpre informar que, em função do volume de dados, organizamos os resultados das entrevistas em dois Blocos de perguntas e respostas (1 e 2), para facilitar a análise.

### 3 Adoecimento mental de professores da Educação Básica

O entendimento de adoecimento mental dos docentes passa pelo mal-estar, que, segundo Esteve (1999) é uma doença social produzida pela falta de apoio da sociedade aos



## Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq- GPPFE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

professores, no que diz respeito aos objetivos do ensino, às condições materiais para a realização do trabalho e ao reconhecimento do *status* profissional.

Essa problemática é abordada por outros estudiosos como Antunes (2001), Gentili (1998), que evidenciam uma série de desapontamentos com relação ao trabalho de ser docente e de como a relação de saúde-doença é tratada na escola, bem como os impactos do capitalismo e as reformas educacionais na prática pedagógica.

Inegavelmente o estresse e mal-estar são problemas recorrentes na contemporaneidade, visto que a cultura dominante, com seus valores e padrões, nos submete a um constante processo de adaptação, muitas vezes doloroso. A sociedade, com suas demandas incessantes, cobra mais e mais, então o docente se vê em uma corrida insana contra o tempo. Nela, seus horários não são respeitados, há renúncia das horas de sono, de alimentar-se bem e não sobra tempo sequer para o lazer.

A exigência de ser o responsável pela formação do futuro da sociedade, impõe à professora da primeira infância<sup>3</sup> um fardo que a leva a um sofrimento quase insuportável. Adjacente a isso, temos a figura da professora-pessoa, com seus problemas além dos escolares, como questões econômicas, sociais, familiares e até mesmo políticas. Esteve (1999, p. 25), caracterizou o mal-estar como “[...] os efeitos permanentes de caráter negativo que afetam a personalidade do professor como resultado das condições psicológicas e sociais em que se exerce a docência”.

Nos dias atuais, as condições de trabalho da maioria de nossas escolas públicas, trazem constante risco à saúde docente, causando o adoecimento do professorado, em vez de contribuir para a realização profissional e produzir alguma espécie de compensação, seja econômica, emocional (Vieira et al., 2009; 2010). Essa realidade torna-se ainda mais complexa quando se fala das professoras das creches e pré-escolas, pois são elas as mais destacadas pela sociedade para lidar, como linha de frente, com a dura realidade da miséria, da violência e da exclusão.

O adoecimento docente anuncia-se, portanto, como um tema complexo, que envolve dimensões sociais, culturais e psicológicas, que vão além da esfera médica. Brant e

<sup>3</sup> A opção pela denominação “professora” quando se referir ao contexto da Educação Infantil, está justificada pelo de o magistério na primeira infância ser majoritariamente feminino.



## Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq- GPPFE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

Minayo-Gomez (2004, p. 2) afirmam que "[...] O adoecimento não se faz sem consequências, uma vez que ele discrimina, estigmatiza e exclui".

A falta de identificação com a docência, a ausência de estímulos para o trabalho docente e o exercício da desesperança são confluências que resultam nas várias formas de adoecimento dos docentes. Soma-se a isso, a carga excessiva de trabalho, a remuneração inadequada e a falta de cooperação entre pares (Jacques, 1999), agravando a situação.

Assim, as demandas emocionais e físicas da profissão, aliadas à pressão por resultados e à necessidade de atender às expectativas da escola de alunos e dos pais, podem levar ao estresse e ao esgotamento. Como aponta Carlloto (2010, p.125),

A atuação no campo da Educação envolve um enorme contingente de desafios e responsabilidades ao trabalhador, uma vez que o profissional se depara com inúmeras situações que vão além do ato de ensinar. Adentram na escola os reflexos de todas as mazelas sociais, que envolvem as famílias, os alunos e mesmo o ato de ensinar. Adoecido, o professor, formador de todos os demais profissionais, se vê sem condições de exercer a profissão que escolheu para a sua vida, deixando também a escola e a sociedade carentes de sua contribuição social.

Como se vê, a conjuntura educacional leva os docentes ao esgotamento e, possivelmente, ao adoecimento mental pela sobrecarga e precarização das condições de trabalho. Como evidenciam Forattini e Lucena (2015, p.39-40),

A falta de reconhecimento, a desvalorização e a perda do significado social, leva o trabalhador a um estado de angústia e frustração e, consequentemente, ao adoecimento. A carga de trabalho em uma profissão [...] deve ser compreendida sob dois aspectos: a carga física suportada pelo corpo e a carga mental que o autor propõe separar em um referencial específico os elementos afetivos e relacionais ao qual chamou de "carga psíquica do trabalho".

Tal afirmação, traz consigo a ideia que a saúde mental da categoria docente é marcada pela carga psíquica do trabalho, causando impactos negativos associados às atividades laborais a que são submetidos. Nesse sentido, é preciso compreender que a saúde e o adoecimento mental não se constituem fenômenos isolados em si mesmos, eles estão intimamente vinculados.

Com base nesses pressupostos, intentamos analisar o adoecimento mental de docentes na Educação Infantil, identificando os desafios vividos por eles e as perspectivas para o enfrentamento da situação em uma escola da rede pública municipal de São Luís, o que trataremos na seção a seguir.



## 4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

O adoecimento mental docente é uma questão que vem ganhando destaque no cenário educacional contemporâneo, impactando diretamente no bem-estar das docentes e, consequentemente, repercutindo em suas práticas educativas. Caracterizado por um conjunto de sintomas físicos e mentais dos mais variados tipos e razões, o adoecimento docente pode ser desencadeado por diversos fatores, como o estresse, as condições de trabalho, a falta de reconhecimento e acolhimento dos pares, bem como, o ambiente escolar inadequado que levam as docentes a suscetíveis distúrbios psíquicos.

Este fenômeno complexo requer uma análise aprofundada de suas causas e consequências e como ambas refletem na vida do indivíduo em análise. Além disso, é fundamental uma investigação acerca das estratégias de prevenção e intervenção que promovam a saúde e o bem-estar das docentes.

Nesse sentido, procederemos à análise dos dados gerados na pesquisa de campo, com o propósito de identificar os principais desafios enfrentados pelos docentes da Educação Infantil de uma escola da rede pública municipal de São Luís e as perspectivas para o enfrentamento da situação de adoecimento mental.

Dessa forma, buscando entender quais os tipos de adoecimento de cunho mental e ou físico têm acometido as docentes da escola pesquisada, lançamos mão da entrevista junto às professoras D1, D2 e D3. Inicialmente perguntamos se já haviam experimentado algum tipo de adoecimento físico ou emocional relacionado ao seu trabalho como professora, para o qual relataram:

*Sim, sim, eu fiquei grávida na época e trabalhava como regente de uma sala de creche, eu estressei muito, muito, porque as crianças choravam muito e aquilo foi me estressando de tal forma que cheguei a ter um aborto espontâneo devido ao estresse (Professora D1)*

*Até o momento não, só um alto nível de estresse devido a rotina, que é muito intensa. (Professora D2)*

*Sim, ano passado tive um adoecimento no final do segundo semestre, eu comecei a perceber alguns desequilíbrios e não tinha muita noção do estava acontecendo e fui investigar, tenho falhas na memória e me sinto*



## Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq- GPPFE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

*muito cansada mentalmente e sobre carregada. Eu percebo que depois eles fecharam a sala, o barulho foi amplificado e atualmente também tenho problema de audição. (Professora D3)*

Como descrito, em decorrência das demandas destinadas ao trabalho docente, as professoras relatam altos níveis de estresse, ansiedade e depressão. Por exemplo, uma professora mencionou a experiência de estresse intenso durante a gravidez, culminando em um aborto espontâneo, devido à pressão emocional (Professora D1); percebe-se que o fator estressor ganha proporções para além do sofrimento mental.

Outro depoimento destaca a percepção de desequilíbrios mentais, como falhas na memória e cansaço extremo, que podem ser indicativos de transtornos mentais comuns (Professora D3). Esses sintomas mostram que os docentes são um grupo vulnerável a transtornos mentais, como a Síndrome de Burnout, caracterizada pelo esgotamento emocional e pela despersonalização.

Algo que chama a atenção nas falas das três professoras se refere ao alto nível de estresse relacionado à docência. A Organização Internacional do Trabalho (OIT) considera essa profissão como uma das mais estressantes, pois ensinar se tornou uma atividade desgastante, com repercussões evidentes na saúde física, mental e no desempenho profissional. Desgastes osteomusculares e transtornos mentais, como apatia, estresse, desesperança e desânimo, são formas de adoecimento que têm sido identificadas em professores (Reis et al., 2010).

Com intuito de conhecer como os participantes têm lidado com as demandas relativas à docência, foi questionado a elas se houve a procura por algum tipo de acompanhamento profissional (psicólogo, terapeuta, psiquiatra) para lidar com as situações do seu trabalho, ao que responderam:

*Não, nunca procurei ajuda profissional, mas já pensei em ir atrás, pois nós lidamos com muitas coisas na escola, não somos somente professora, somos psicólogos, somos praticamente mães, pois percebemos uma carência afetiva neles. (Professora D1)*

*Ainda não, até o momento não. (Professora D2)*

*Sim, isso mexeu com minha mente, além do problema auditivo, a gente recebe muitas crianças especiais, esse ano tive sete crianças que apresentaram algum tipo de transtorno, sejam eles autismo, TDAH, TOD.*



## Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq- GPPFE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

*A gente tem se sobrecarregado muito, principalmente com crianças com nível de suporte 3, a gente faz o que dá pra fazer sem o suporte necessário, se ele bater em outra criança vai ser culpa da professora, fico o tempo todo com medo e apreensiva. (Professora D3)*

A professora D1 expressa a ideia de que o papel do docente vai muito além da simples transmissão de conhecimento. Ela menciona que, além de ensinar, as professoras atuam como psicólogas e figuras maternas para as crianças, especialmente quando percebem carências afetivas. Essa multifuncionalidade pode ser extremamente desgastante e gera uma pressão adicional sobre as educadoras, que muitas vezes não têm formação ou suporte adequado para lidar com essas demandas emocionais. A falta de busca por ajuda profissional, como mencionado pela professora D1, é um reflexo da cultura que muitas vezes negligencia a saúde mental das educadoras.

Embora ela tenha considerado procurar apoio, a hesitação em fazê-lo pode ser atribuída a estigmas associados à saúde mental. Parker (2012) reconhece os avanços conceituais recentes sobre o tema e considera que o estigma não é apenas o resultado de atitudes psicológicas individuais, mas é também um produto da inequidade social e econômica, gerando relações de poder e controle no tecido social, o que se traduz pela visibilidade de grupos mais e outros menos socialmente valorizados e reconhecidos ou a falta de recursos disponíveis.

Outro ponto que merece destaque sobre as condições de trabalho docente e sua respectiva sobrecarga, se dá no fato do aumento de crianças atípicas na mesma Sala de Referência, onde os diferentes transtornos, em um único ano e turma, é um indicativo da pressão que as docentes enfrentam para atender a uma diversidade de necessidades, sem o suporte adequado. Essa situação gera ansiedade e medo, pois as professoras se sentem responsabilizadas por comportamentos das crianças que fogem ao seu conhecimento e controle.

Quando questionadas sobre quais os principais fatores que acreditam contribuírem para o adoecimento docente na educação infantil, elas relataram:

*Acho que mais a falta de apoio mesmo por parte da Rede, a gente precisa muito de alguém para auxiliar, porque as turmas são muito cheias, às vezes falta apoio dos colegas e gestão, contribui para o nosso adoecer na sala de aula, vem todas as cobranças, fora o acompanhamento das crianças, fica muito cansativo, fico muito cansada na mente e fisicamente*



## Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq- GPPFE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

*também, por precisa se abaixar constantemente, sinto a coluna.*  
(Professora D1)

*Acredito que a sobrecarga, a quantidade de crianças, a agitação e indisciplina delas, falta de apoio nas turmas, a quantidade de crianças atípicas contribui muito para esse adoecimento.* (Professora D2)

*Cobrança né, cobrança dos pais, cobrança da direção e auto cobrança que tenho com relação ao meu trabalho, tenho dificuldades com planejamento, pois é muito difícil com as crianças atípicas, sempre tenho muitos imprevistos.* (Professora D3)

Ao analisar as experiências vividas pelas docentes, elas evidenciam um quadro preocupante, que combina sobrecarga, pressão externa e falta de apoio institucional, o que contribui para o adoecimento na profissão. As pesquisas corroboram essa realidade, indicando que as condições precárias de trabalho, aliadas à indisciplina das crianças e à pressão por resultados, são determinantes para o aumento do estresse entre as professoras. Segundo Borges (2020), os profissionais da educação estão mais propícios a desenvolver os sintomas do estresse, devido ao grande esforço, tanto físico como mental, que são submetidos diariamente.

Com relação à frequência com que se sentem sobrecarregadas com suas responsabilidades como professora, elas pontuaram:

*Às vezes, nós ficamos sobrecarregados, a indisciplina das crianças, eles querem fazer só o que eles querem, sem seguir a rotina escolar e brincar o tempo inteiro, não querem participar, às vezes, das brincadeiras intencionais.* (Professora D1)

*Sempre, pela quantidade de crianças em sala, falta de apoio, estamos recebendo muitas crianças atípicas e não temos cuidadores, então isso acaba sobrecarregando muito a nossa ação e prática docente.* (Professora D2)

*Frequentemente, porque eu não tenho apoio, não tenho um cuidador para ajudar com as crianças atípicas, a gente pede ajuda aos pais para levar seus filhos aos especialistas para conseguir pessoas que possam nos ajudar.* (Professora D3)

Nas falas das docentes em relação a sobrecarga provenientes das responsabilidades atreladas à profissão, percebemos que a professora D1 se sente sobrecarregada em momentos



**Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq- GPPFE/UFAM/CNPq**  
ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

específicos, enquanto que a D2 e D3 se sentem “sempre” e “frequentemente” sobrecarregadas, configurando-se uma condição comum e contínua em suas jornadas de trabalho. Esse sentimento aparece atrelado há várias motivações, a exemplo do fator comportamental das crianças citado pela D1.

Destaca-se tanto na fala da D2 quanto da D3, as dificuldades da inclusão e suporte adequado às crianças atípicas. Dentro dessa perspectiva, tem-se que os efeitos da legislação relativos à educação especial e à inserção das crianças especiais em turmas regulares, representam uma preocupação para várias professoras, tanto em termos das suas implicações para a “disciplina” na Sala de Referência como das exigências colocadas ao nível da oferta de programas mais diversificados.

Assim, se por um lado isso está previsto nos termos da Resolução CNE/CEB n. 04/2009 (Brasil, 2009), que institui as diretrizes operacionais para o atendimento educacional especializado na educação básica, modalidade Educação Especial, a garantia das condições para que isso aconteça com qualidade, ainda é um desafio.

Esta lei, especificamente no artigo 1º diz que:

Art. 1º Para a implementação do Decreto nº 6.571/2008, os sistemas de ensino devem matricular os alunos com deficiência, transtornos globais do desenvolvimento e altas habilidades/superdotação nas classes comuns do ensino regular e no Atendimento Educacional Especializado (AEE), ofertado em salas de recursos multifuncionais ou em centros de Atendimento Educacional Especializado da rede pública ou de instituições comunitárias, confessionais ou filantrópicas sem fins lucrativos (Brasil, 2009).

Conforme está escrito na Lei, a inserção das crianças atípicas nas salas regulares deve acontecer, todavia, deveriam ter acesso ao Atendimento Educacional Especializado (AEE), o que não vem sendo implementado na escola em questão, gerando muito descontentamento e sobrecarga às professoras, uma vez que a instituição escolar não dispõe de cuidadores ou salas de recursos. Assim, as professoras têm que se desdobrar para lidar com as crianças atípicas sem recursos, sejam eles humanos ou materiais necessários, além de darem atenção às demais crianças na Sala de Referência.

Dando continuidade às narrativas relacionadas aos fatores, tipos e acompanhamento sobre o adoecimento mental das docentes da Educação Infantil, temos o Bloco 2, com as docentes D4, D5 e D6, que responderam ao questionário on-line, tendo em vista a



## Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq- GPPFE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

indisponibilidade de tempo para a entrevista. Seguindo o mesmo padrão de perguntas, sobre já terem experimentado algum tipo de adoecimento físico ou emocional, elas responderam:

*Sim. Estresse e cansaço que parece até crônico. (Professora D4)*

*Sim, além da asma, acredito que já tenha algum tipo de ansiedade, me sinto cansada, os sinais do estresse têm sido algo comum pra mim, saio, às vezes, esgotada emocional e psicologicamente e o corpo acompanha. (Professora D5)*

*Sim, extrema fadiga mental e picos de ansiedade, eu tinha grande dificuldade pra desligar da rotina do trabalho e as cobranças, tinha até pesadelos, meu olho tremia, às vezes pensava em sair da área. (Professora D6)*

As experiências compartilhadas pelas docentes D4, D5 e D6 refletem um padrão preocupante na saúde mental das professoras da Educação Infantil, visto que todas elas afirmaram terem vivenciado algum tipo de adoecimento mental decorrente de sua atividade laborativa, os quais impactam também diretamente em sua saúde física, à exemplo disso temos: “meu olho tremia”. Isso demonstra que o sofrimento mental também se manifesta no corpo, que vai somatizando.

A professora D4 menciona sentir-se constantemente cansada e emocionalmente esgotada, o que indica uma resposta típica ao estresse crônico. Já a docente D5, sua fala corrobora, mais uma vez, em demonstrar que o adoecimento mental não se dissocia do físico: “saio, às vezes, esgotada emocional e psicologicamente e o corpo acompanha”. Isso diz muito sobre sofrimento mental, é significativo e não se dá de maneira isolada. É comum, nos professores, a ocorrência de sintomas como estresse e doenças psicosomáticas, entre outras doenças ocupacionais (Brant; Minayo-Gomez, 2024).

Ainda sobre essa perspectiva, temos a professora D6 que destaca os pesadelos e a tensão ocular, manifestações do estresse que reverberam e acabam afetando a qualidade do sono e a saúde mental em geral, tudo isso em decorrência da dificuldade de lidar com as exigências do trabalho, levando a considerar, inclusive, deixar a profissão. Essa sensação de desesperança é um sinal crítico que pode indicar o desenvolvimento da Síndrome de Burnout, uma condição se tornando comum entre educadores.



## Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq- GPPFE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

Em relação ao questionamento que trata sobre os tipos de acompanhamento e os caminhos elas têm buscado para lidar com as exigências relativas à docência, admitiram:

*Sim, apesar de ter ido atrás de ajuda psicológica por incentivo de minha família. (Professora D4)*

*Sim, durante um tempo fiz acompanhamento psicológico, mas atualmente não tenho conseguido manter o ritmo das terapias, em casa comecei por conta própria tomar uns chás calmantes. (Professora D5)*

*Não, eu às vezes penso em procurar, sei que é necessário, mas acabo deixando de lado, por conta da rotina, sei que deveria ter procurado bem antes. (Professora D6)*

Temos então que as professoras D4 e D5 manifestam uma perspectiva positiva sobre a busca por apoio psicológico para lidar, de forma mais efetiva, com os desafios enfrentados em relação à saúde mental. Cada uma delas reflete diferentes necessidades específicas e abordagens distintas no processo de cuidar da saúde emocional, além de evidenciar as barreiras que podem dificultar esse cuidado. Enquanto a D6, ainda demonstra certa resistência na busca de ajuda profissional da área, apesar de afirmar ter conhecimento de ser uma prática necessária, mas, em contrapartida, ainda não buscou ajuda sob a justificativa de sua intensa rotina.

A professora D4 menciona que buscou ajuda psicológica após o incentivo da família. Essa rede de apoio é de suma importância para que a professora se sinta acolhida e tenha suporte para o enfrentamento do adoecimento mental. Nesse sentido, a família exerce um forte impacto no comportamento dos indivíduos, já que transmitirá crenças, valores e influenciará sua forma de enxergar e construir as relações sociais e a si mesma, o que pode ocorrer no caso da busca por apoio profissional.

A professora D5 relata ainda que, embora tenha feito acompanhamento psicológico, atualmente enfrenta dificuldades para manter o ritmo das terapias. Esse cenário é comum, especialmente entre profissionais da educação que lidam com uma carga horária intensa e múltiplas responsabilidades. A menção ao uso de chás calmantes indica uma tentativa de autocuidado, ainda que não tenha a orientação de um profissional, é uma maneira que ela encontrou para melhorar sua condição, muito embora não seja recomendado interromper as terapias.



## Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq- GPPFE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

De acordo com estudiosos da área,

Em relação às políticas públicas de saúde, o abandono ou interrupção do processo terapêutico é apontado como uma situação com implicações sérias nas trajetórias de saúde dos indivíduos e com alto custo econômico e social (Bueno et. al, 2001. p.123).

A professora D6 expressa uma consciência clara sobre a necessidade de procurar ajuda psicológica, mas admite que frequentemente deixa essa busca de lado devido à rotina. Essa procrastinação é um fenômeno comum em pessoas que sentem que suas obrigações diárias são mais urgentes do que o cuidado com própria saúde mental.

As docentes ao responderem os fatores que elas acreditam que causam o adoecimento mental dos docentes, obtivemos com dados os seguintes:

*Má gestão e distância do local de trabalho. (Professora D4)*

*Condições insalubres de trabalho, pouco apoio da gestão, muita cobrança, muitas crianças para um professor só, várias crianças que precisam de uma atenção e não conseguimos dar conta, a gente se sente incapaz e culpada. (Professora D5)*

*As cobranças excessivas por parte de gestão, secretaria e as represálias que sofremos dos pais, alguns parecem que querem nos agredir, somos uma profissão muito desvalorizada perante a sociedade. Muitas crianças e pouco suporte para ajudar, não temos muito com quem contar, é uma jornada solitária infelizmente (Professora D6)*

Ao analisarmos essas narrativas, percebemos que a professora D4 menciona a "gestão e a distância do local de trabalho", o que pode indicar uma desconexão entre os gestores escolares e a realidade vivida pelas professoras. A menção à "condições insalubres" pela docente D5, reflete uma preocupação com a saúde física das professoras.

A docente D6 complementa essa visão ao relatar que as "cobranças excessivas" da gestão e das secretarias, além das represálias por parte dos pais" são fatores promotores do adoecimento mental. Essa pressão externa contribui para um ambiente de trabalho hostil, onde as educadoras se sentem desvalorizadas e ameaçadas.

Outro aspecto relevante é o sentimento de solidão vivido na jornada profissional, ele é alarmante, pois indica uma falta de camaradagem e apoio entre os colegas. A sobrecarga de trabalho e a pressão de diversas fontes de tensão presentes no ensino podem gerar vários



## Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq- GPPFE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

efeitos na personalidade do professor, além de desencadear um sentimento de desajustamento e insatisfação perante a prática e à profissão.

Ao abordar os principais desafios enfrentados pelas docentes de primeira infância em seu trabalho diário, que afetavam ou que poderiam afetar a sua saúde mental, elas responderam:

*A falta de escuta ativa e o controle excessivo da gestão. Falas manipulativas e ambiente de fofoca. (Professora D4)*

*O fator comportamental das crianças tem sido um desafio constante, muitas crianças atípicas que começaram a aparecer na escola, as formações voltadas para isso não dão conta, tem sido difícil desenvolver atividades com elas sem o apoio necessário, todavia, as cobranças por resultados são constantes ainda que estamos desamparados. (Professora D5)*

*Muitas crianças em sala, algumas que parecem serem especiais, muito barulho, as crianças em si parecem ansiosas e isso também afeta a gente, pais que não nos tratam com respeito e uma gestão que não aceita nossa posição enquanto professora. (Professora D6)*

A fala das professoras nos trazem um panorama complexo sobre desmotivação e estresse. A docente D4 demonstra que a falta de escuta ativa pode levar à desmotivação das educadoras, que sentem que suas preocupações e sugestões não são valorizadas, ou mesmo se veem acuadas. Isso pode resultar em um ambiente de trabalho tóxico, onde as professoras se sentem desamparadas. Ou ainda, que o controle excessivo da gestão pode gerar um clima de tensão, no qual as professoras se sentem constantemente vigiadas e pressionadas e tendem a não serem ouvidas.

Conforme Souza (2006, p. 262), ouvir o professor “trata-se de uma forma de mediar estratégias que permitam a ele tomar consciência de suas responsabilidades, pelo processo de sua formação, através da apropriação retrospectiva de seu percurso de vida profissional”. Dessa maneira, cabe à gestão escolar oportunizar e respeitar as diferenças, além de promover um ambiente de diálogo e respeito mútuo.

A docente D5 traz aspectos preocupantes no que tange a ausência de suporte adequado para lidar com as necessidades específicas das crianças, o que pode levar ao esgotamento emocional das professoras, que se sentem incapazes de atender às demandas. Além disso, as constantes cobranças por resultados, mesmo em condições desfavoráveis,



## Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq- GPPFE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

aumentam o estresse e a ansiedade entre as educadoras, contribuindo para um ciclo de insatisfação e Burnout.

Outro desafio apontado pela professora D6 é o barulho constante e o comportamento ansioso das crianças, o que indica uma quebra de expectativa e desconhecimento dela em relação à natureza das crianças. Nessa fase de desenvolvimento, a criança tem necessidade de se movimentar e expressar-se, divergindo do que espera a professora. Superar essa visão negativa com relação a esse fator requer conhecimento, advindo da formação continuada, para que mudanças ocorram nas práticas pedagógicas. O desejo de uma “sala comportada, disciplinada” na Educação Infantil chega a ser contraditório, visto que o “barulho” é uma manifestação legítima da infância, pois as crianças aprendem pela experiência e não pelo modo transmissivo de aula.

Outro aspecto mencionado, foi a falta de respeito por parte dos pais e a desconsideração da gestão em relação ao papel das professoras, que podem levar à desvalorização da profissão, afetando negativamente a autoestima das educadoras e incidindo em sua saúde mental.

Para tratarmos dos desafios mentais e psicológicos enfrentados pelas profissionais da educação, é necessário levar em consideração as possibilidades e consequências que envolvem as relações de saúde-trabalho no ambiente escolar e sobre a situação alarmante de saúde pública, o que requer que políticas públicas sejam pensadas e o atendimento a esse público seja garantido.

## 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nesta pesquisa, buscamos analisar o adoecimento mental de docentes na Educação Infantil, identificando os desafios vividos por eles e as perspectivas para o enfrentamento da situação em uma escola da rede pública municipal de São Luís-MA. Para tanto, empreendemos uma pesquisa qualitativa do tipo exploratória.

No cenário educacional, particularmente entre professoras da Educação Infantil, alguns sentimentos e desafios se manifestam com notável frequência, impactando tanto o bem-estar individual quanto a qualidade das aprendizagens das crianças. Dentre eles, a falta



## Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq- GPPFE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

de apoio, a sobrecarga, a frustração, a exaustão emocional e a desvalorização profissional emergem como elementos críticos que merecem atenção, tendo em vista o potencial de gerar danos severos à saúde mental e ou físicas das docentes.

Ademais, comprovamos que, através da análise dos dados, obtidos por meio das entrevistas e respostas ao questionário, que a falta de apoio na tríade da família, Secretaria Municipal de Educação (SEMED) e gestão escolar, foi um desafio que ficou em evidência. As docentes expressam seu desejo com relação ao envolvimento e participação dos pais e ou responsáveis nas atividades desenvolvidas pelos seus filhos na escola, todavia, a parceria família-escola não consegue suprir as expectativas devido fatores de vulnerabilidade socioeconômica que se encaixam os pais.

A SEMED é sinalizada na falta de apoio com relação às crianças atípicas, algo bem pontuado pelas professoras, uma vez que elas relatam que há uma carência de pessoas para auxiliar nas demandas pedagógicas. Isso requer delas atribuições específicas para lidar com cada criança atípica, com a falta de apoio e concomitantemente a pressão por resultados gera uma sobrecarga emocional nas professoras, aumentando o risco de sofrimento mental.

Atrelados à falta de apoio, a sobrecarga e as cobranças foram dois fatores que se manifestaram com bastante frequência nas falas das professoras da primeira infância, o que reflete em estresse e ansiedade. Quando a gestão escolar também se coloca de maneira impositiva nas cobranças excessivas por resultados, em contrapartida não oferece o suporte/orientação necessárias, incidindo no sentimento de solidão na prática docente.

No que tange aos dados percebemos que há indícios para a exaustão emocional e a desvalorização da carreira do magistério, surge como uma resposta na interação do indivíduo com o ambiente de trabalho. Nesse sentido, há um comprometimento na educação oferecida às crianças, bem como o desempenho das professoras é inferior.

Diante desse contexto, torna-se evidente a urgência de políticas públicas voltadas para a melhoria das condições de trabalho e para a promoção da saúde mental das professoras da primeira infância. É fundamental que as escolas ofereçam um ambiente de trabalho propício, com infraestrutura adequada, materiais pedagógicos suficientes e apoio profissional para lidar com as demandas específicas de cada criança. Além disso, é



## Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq- GPPFE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

necessário que haja uma maior valorização da profissão docente, plano de carreira e oportunidades de formação continuada que leve em consideração a saúde mental.

É igualmente importante que as próprias professoras continuem adotando estratégias de autocuidado, como a busca por atividades prazerosas fora do ambiente de trabalho, a prática de exercícios físicos e o desenvolvimento de técnicas de relaxamento. A conscientização sobre a importância da saúde mental e a busca por ajuda profissional são passos fundamentais para garantir o bem-estar e a qualidade do trabalho docente. As estratégias de enfrentamento são essenciais para as professoras lidarem com o estresse e as pressões inerentes à profissão.

## REFERÊNCIAS

AGUIAR, Wanda Maria Junqueira de; OZELLA, Sergio. **Apreensão dos sentidos: aprimorando a proposta dos núcleos de significação.** *Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos*, Brasília, v. 94, n. 236, p. 299-322, jan./abr. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rbeped/v94n236/15.pdf>. Acesso em: 15 jan. 2025.

ANTUNES, Ricardo. **Os sentidos do trabalho.** 5. ed. São Paulo: Boitempo, 2001.

BORGES, Cecília. **O mal-estar docente e o sofrimento no trabalho.** *Educação & Formação*, Fortaleza, v. 5, n. 14, p. 1-15, 2020. Acesso em: 13 set. 2025.

BRANT, Luiz Carlos; MINAYO-GOMEZ, Carlos. **A saúde do trabalhador: novas fronteiras.** *Saúde em Debate*, Rio de Janeiro, v. 28, n. 67, p. 5-12, 2004. BUENO, H. A. et al. **El abandono terapéutico.** *Actas Españolas de Psiquiatría*, v. 29, n. 1, p. 33-40, 2001.

BRASIL. **Conselho Nacional de Educação.** Resolução CNE/CEB n. 4, de 2 de outubro de 2009. Institui diretrizes operacionais para o atendimento educacional especializado na educação básica, modalidade educação especial. Disponível em: [https://portal.mec.gov.br/dmdocuments/rceb004\\_09.pdf](https://portal.mec.gov.br/dmdocuments/rceb004_09.pdf). Acesso em: 25 mar. 2025.

CARLOTTO, Mary Sandra. **A síndrome de burnout e o trabalho docente.** *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 15, n. 1, p. 123-132, 2010.

CNN BRASIL. **Pesquisa UNIFESP: Síndrome de Burnout.** Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/saude/sindrome-de-burnout-atinge-um-a-cada-tres-professores-infantis-aponta-estudo/>. Acesso em: 18 ago. 2025.

ESTEVE, José Manuel. **O mal-estar docente.** Bauru: EDUSC, 1999.



**Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq- GPPFE/UFAM/CNPq**  
ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

FORATTINI, Claudia; LUCENA, Carla. **Sofrimento docente: um estudo sobre adoecimento e práticas educativas.** *Rev. Pemo*, Fortaleza, v. 2, n. 1, p. 1-13, 2015. Acesso em: 12 mar. 2025.

GENTILI, Pablo. **A educação em tempos de neoliberalismo.** 2. ed. São Paulo: Cortez, 1998.

**GLOBAL STATUS OF TEACHERS. Relatório Situação dos Professores no Mundo: 2024.**

JACQUES, Maria da Graça. **Saúde mental e trabalho docente: uma análise psicossocial.** Porto Alegre: Artes Médicas, 2002.

INEP. **Saúde dos professores da educação básica.** Disponível em: <https://revistaeducacao.com.br/2025/06/20/valorizacao-docente/>. Acesso em: 20 set. 2025.

LÖSCH, S.; RAMBO, C. A.; FERREIRA, J. de L. **A pesquisa exploratória na abordagem qualitativa em educação.** *Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação*, Araraquara, v. 18, 2023. Disponível em: <https://periodicos.fclar.unesp.br/iberoamericana/article/view/17958>. Acesso em: 16 set. 2025.

MARTINS, Ana Carla; ARAÚJO, Fernanda; VIEIRA, João Paulo. **Adoecimento docente e saúde mental: uma revisão sistemática.** *Educação & Formação*, Fortaleza, v. 3, n. 8, p. 210-223, 2018. Disponível em: <https://revistas.uece.br/index.php/redufor/article/view/278/206>. Acesso em: 13 set. 2025.

PARKER, Richard. **Estigma, preconceito e discriminação em saúde pública global.** *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 28, n. 1, p. 164-169, jan. 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2012000100017>. Acesso em: 25 mar. 2025.

RAMOS, Edilene et al. **Adoecimento mental e docência: estudo em escolas públicas.** *Educação & Sociedade*, Campinas, v. 41, p. 1-15, 2020.

REIS, Elisa. **Pesquisa de campo em educação: reflexões metodológicas.** São Paulo: Cortez, 2010.

SALES, Rodrigo; FREITAS, Maria Cristina. **Estresse e saúde mental de professores da educação básica.** *Psicologia Escolar e Educacional*, Campinas, v. 22, n. 1, p. 45-53, 2018.

SOUZA, Elizeu Clementino de. **A importância da escuta na trajetória de vida/formação docente.** *Educação & Sociedade*, Campinas, v. 27, n. 94, p. 257-278, jan./abr. 2006.. Acesso em: 25 mar. 2025.



## Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq- GPPFE/UFAM/CNPq

ISSN 1983-3415 (versão impressa) - eISSN 2558 – 1441 (Versão digital)

VIEIRA, Maria; CARVALHO, Sônia; FERREIRA, Paulo. **O adoecimento do professor na contemporaneidade.** *Educação & Formação*, Fortaleza, v. 5, n. 15, p. 55-70, 2019. Acesso em: 13 set. 2025.

POLÔNIA, A. C.; DESSEN, M. A. **A família e a escola como contextos de desenvolvimento humano.** *Paidéia (Ribeirão Preto)*, Ribeirão Preto, v. 15, n. 1, p. 21-31, 2005. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/paideia/a/dQZLxXCsTNbWg8JNGRcV9pN/>. Acesso em: 4 mar. 2025.

**Submetido: 30/11/2025**

**Aprovado: 15/12/2025**

**Publicado: 01/01/2026**

### Autoria:

<sup>1</sup> **Maria José de Miranda de Oliveira**, ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-8952-380X> Universidade Federal do Maranhão, Colégio Educallis

Graduada em Pedagogia pela Universidade Federal do Maranhão. Assistente Pedagógica do Colégio Educallis. Tem experiência na área de Educação, com ênfase em Gestão Escolar

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9755059547115834>

E-mail: [16mjoliver@gmail.com](mailto:16mjoliver@gmail.com)

<sup>2</sup> **Edith Maria Batista Ferreira**, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7816-8776>

Universidade Federal do Maranhão, Universidade Estadual do Ceará.

Professora Adjunta da Universidade Federal do Maranhão. Licenciada em Pedagogia (UFMA). Mestre em Educação (UFMA). Doutora em Educação (PPGE/UECE). Coordenadora do Núcleo de Educação e Infância da UFMA. Coordenadora de Estágio Não Obrigatório do Curso de Pedagogia da UFMA.

Lattes: <https://lattes.cnpq.br/9053574848914591>

E-mail: [edith.marina@ufma.br](mailto:edith.marina@ufma.br)