



UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
LICENCIATURA PLENA EM PEDAGOGIA
CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS

MARIA JOSÉ DE MIRANDA DE OLIVEIRA

**O ADOECIMENTO MENTAL DOCENTE NA EDUCAÇÃO INFANTIL EM SÃO
LUÍS: DESAFIOS E PERSPECTIVAS EM UMA ESCOLA DA REDE MUNICIPAL**

SÃO LUÍS
2025



UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO-UFMA
LICENCIATURA PLENA EM PEDAGOGIA
CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS-CCSO

**O ADOECIMENTO MENTAL DOCENTE NA EDUCAÇÃO INFANTIL EM SÃO
LUÍS: DESAFIOS E PERSPECTIVAS EM UMA ESCOLA DA REDE MUNICIPAL**

Monografia apresentada ao curso de Licenciatura Plena em Pedagogia, da Universidade Federal do Maranhão, como requisito para obtenção do grau de Licenciatura Plena em Pedagogia.

Orientadora: Profa. Dra. Edith Maria Batista Ferreira.

SÃO LUÍS

2025

Ficha gerada por meio do SIGAA/Biblioteca com dados fornecidos pelo(a) autor(a).
Diretoria Integrada de Bibliotecas/UFMA

de Miranda de Oliveira, Maria José.

O ADOECIMENTO MENTAL DOCENTE NA EDUCAÇÃO INFANTIL EM
SÃO LUÍS : : DESAFIOS E PERSPECTIVAS EM UMA ESCOLA DA REDE
MUNICIPAL / Maria José de Miranda de Oliveira. - 2025.
74 f.

Orientador(a): Profa. Dra. Edith Maria Batista
Ferreira. Batista Ferreira.

Monografia (Graduação) - Curso de Pedagogia,
Universidade Federal do Maranhão, São Luis- Maranhão,
2025.

1. Adoecimento Mental. 2. Docente. 3. Educação
Infantil. I. Batista Ferreira., Profa. Dra. Edith Maria
Batista Ferreira. II. Título.

MARIA JOSÉ DE MIRANDA DE OLIVEIRA

**O ADOECIMENTO MENTAL DOCENTE NA EDUCAÇÃO INFANTIL EM SÃO
LUÍS: DESAFIOS E PERSPECTIVAS EM UMA ESCOLA DA REDE MUNICIPAL**

Monografia apresentada ao Curso de
Graduação em Pedagogia da Universidade
Federal do Maranhão, como requisito para
obtenção de título de Licenciatura Plena em
Pedagogia.

Aprovada em ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

Profa. Dra. Edith Maria Batista Ferreira (Orientadora)

1º Profa. Ma. Francilva Costa de França

2º Profa. Dra. Maria do Socorro Estrela Paixão

Dedico a Deus, por ser minha base todo esse tempo e por me permitir chegar até aqui. A minha criança interior está radiante, pois estamos realizando um sonho desde que a UFMA era nosso “quintal”.

À minha mãe, cuja força e amor incondicional foram as luzes que iluminaram meu caminho. Esta monografia é um reflexo do seu apoio e dedicação, que sempre me inspiraram a buscar meus sonhos.

AGRADECIMENTOS

Com o coração transbordando de alegria e gratidão, devo meus sinceros agradecimentos à Deus, por me conceder força, sabedoria e fé. Ele foi meu alicerce nos momentos de desafio, me guiou em cada passo dessa jornada, sem Ele não seria possível.

À minha família, especialmente às minhas irmãs Fernanda Sangel, Luana Oliveira e Raimunda Oliveira por todo carinho, apoio, compreensão e paciência durante o processo. Agradeço por cada palavra de conforto, abraços, incentivos e orações que me deram a certeza de que nunca estive sozinha.

À minha querida mãezinha, Maria de Jesus, que sempre me inspirou a enfrentar, com coragem, os desafios e não me abater perante eles; palavras que dão força e me trazem aconchego, toda minha gratidão a você. Seu amor incondicional é a força que me impulsiona, seu exemplo de perseverança me inspira a nunca desistir e sua fé em mim, me dá asas para voar cada vez mais alto.

Ao meu amor e companheiro de todas as horas, Paulo Cicero, pelo amor, companheirismo e apoio incondicional, por todos os cafés e noites em claro comigo. Sua presença em minha vida me fortalece e me inspira a ser uma pessoa melhor a cada dia. Agradeço por acreditar em mim e por me incentivar a perseguir meus sonhos.

Ao meu padrinho, José Pedro da Hora, agradeço por acreditar em meu potencial e por me inspirar a alcançar meus objetivos.

À minha amiga, Victória Angelica Castro, que a UFMA trouxe, obrigada por vibrar por minhas conquistas e me apoiar nos momentos de dificuldade.

Com grande apreço, expresso meus sinceros agradecimentos à minha orientadora, Profa. Dra. Edith Maria Batista Ferreira, por sua valiosa orientação, paciência e dedicação ao longo desta jornada. Sua *expertise*, *insights* e conselhos foram fundamentais para o desenvolvimento deste trabalho. Agradeço imensamente por ter aceitado meu convite, por sua disponibilidade, apoio e por me inspirar a alcançar o meu melhor. Sua orientação foi essencial para o sucesso desta monografia.

Agradeço à diretora e às professoras do *lócus* da pesquisa, pelo apoio e abertura concedidos para a realização desta pesquisa; o conhecimento e a dedicação foram essenciais para o desenvolvimento e sucesso deste trabalho.

Expresso minha profunda gratidão à Universidade Federal do Maranhão (UFMA) e a todos/as professores/as, por tornarem esse sonho possível.

Você não sabe o quanto eu caminhei
Pra chegar até aqui
Percorri milhas e milhas antes de dormir
Eu nem cochilei
Os mais belos montes escalei
Nas noites escuras de frio chorei ei ei ei

[...]

A vida ensina e o tempo traz o tom
Pra nascer uma canção
Com a fé o dia-a-dia encontro solução
Encontro a solução
(A estrada - Cidade Negra)

RESUMO

A pesquisa analisa o adoecimento mental de docentes na Educação Infantil em São Luís do Maranhão, destacando a relação entre os tipos e fatores que trazem malefícios à saúde mental dos/as professores/as no exercício de suas atividades laborais. Com uma abordagem qualitativa, a pesquisa utilizou como instrumentos de geração de dados, entrevista semiestruturada e questionário *on-line*, envolvendo 6 professoras da primeira infância. A revisão bibliográfica utilizou os estudos de: Martins, Araujo e Vieira (2018); Sales e Freitas (2018); Monteiro et al., (2019); Deffava, Méa e Ferreira (2020). Os resultados da investigação revelaram que as professoras enfrentam diversos tipos de adoecimentos mentais relacionados ao trabalho, com destaque para o estresse e a ansiedade. As participantes expressaram a importância de aumentar o investimento na formação em saúde mental, além de sugerirem a inclusão de auxiliares em sala para melhorar as condições de trabalho. A falta de apoio, em especial da Secretaria Municipal de Educação (SEMED) e da gestão escolar, foi identificada como um desafio significativo, evidenciando a necessidade de uma parceria mais efetiva entre a escola e os gestores municipais para atender às expectativas educacionais e sociais impostas à docência.

Palavras-chave: Adoecimento mental. Docente. Educação Infantil.

ABSTRACT

The research analyzes the mental health issues of teachers in Early Childhood Education in São Luís, Maranhão, highlighting the relationship between the types and factors that harm the mental health of teachers in the performance of their professional activities. With a qualitative approach, the research used semi-structured interviews and an online questionnaire as data collection instruments, involving six early childhood educators. The bibliographic review used studies by Martins, Araujo, and Vieira (2018); Sales and Freitas (2018); Monteiro et al., (2019); Deffava, Méa, and Ferreira (2020). The results of the investigation revealed that the teachers face various types of work-related mental health issues, with stress and anxiety being the most prominent. The participants emphasized the importance of increasing investment in mental health training, and also suggested the inclusion of teaching assistants in classrooms to improve working conditions. The lack of support, particularly from the Municipal Education Secretariat (SEMED) and school management, was identified as a significant challenge, highlighting the need for a more effective partnership between the school and municipal managers to meet the educational and social expectations imposed on teaching.

Keywords: Mental Health Issues. Teacher. Early Childhood Education.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1- Fachada da escola-campo.....	31
Figura 2 -Sala de referência infantil II.....	32
Figura 3 -Pátio/ Refeitório.....	32
Figura 4 - Parquinho Externo	33

LISTA DE SIGLAS

AEE - Atendimento Educacional Especializado
ANAMT - Associação Nacional de Medicina do Trabalho
BNCC - Base Nacional Comum Curricular
CCSO - Centro de Ciências Sociais
CEB - Câmara de Educação Básica
CNE - Conselho Nacional de Educação
CP - Conselho Pleno
DCNEI - Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil
ISSN - Número Internacional Normalizado para Publicações Seriadas
ITC - Instituto de Terapia Cognitiva
LDB - Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional
LDBEN - Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional
MA - Estado do Maranhão
MEC - Ministério da Educação
NR - Norma Regulamentadora
OIT - Organização Internacional do Trabalho
PSD - O Partido Social Democrático
SEMED - Secretaria Municipal de Educação
TCC - Terapia Cognitiva Comportamental
TDAA - Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade
TCLE - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
TOD - Transtorno Opositor Desafiador
UFMA - Universidade Federal do Maranhão
UNIFESP - Universidade Federal de São Paulo

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	14
2 O MARCO DA EDUCAÇÃO INFANTIL NO BRASIL E O ADOECIMENTO DAS PROFESSORAS DA PRIMEIRA INFÂNCIA (ordem invertida)	18
2.1 DOCENTES SOB PRESSÃO: do sofrimento mental ao adoecimento da professora (inverteu-se a ordem 2 pelo 2.1).....	22
2.2 conceituando adoecimento mental e implicações para o trabalho docente	24
3 ADOECIMENTO DAS PROFESSORAS DA EDUCAÇÃO INFANTIL: NOTAS DA PESQUISA DE CAMPO	29
3.1 O caminho trilhado para o desenvolvimento da pesquisa.....	29
3.2 As participantes da pesquisa.....	34
4 O ADOECIMENTO NA PERSPECTIVA DAS PROFESSORAS DA PRIMEIRA INFÂNCIA	38
4.1. Adoecer no/pelo trabalho: tipos, fatores e acompanhamento.....	39
4.2 Desafios e estratégias para o cuidado com a saúde mental segundo as docentes	52
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	60
REFERÊNCIAS	62
APÊNDICE A – ROTEIRO DE PERGUNTAS PARA AS PROFESSORAS.....	69
APENDICE B- QUESTIONÁRIO ONLINE PARA AS PROFESSORAS	71

1 INTRODUÇÃO

No mundo contemporâneo, marcado pela globalização e o capitalismo, as relações de trabalho também passam por transformações e são permeadas de desafios aos profissionais e isso também repercute sobre a precarização do trabalho, o que inclui a carreira docente

A relação entre as condições de trabalho e o adoecimento docente é um tema cada vez mais presente nas discussões sobre a educação. Discussões e pesquisas acerca da saúde mental docente têm se intensificado cada vez mais, buscando entender quais os fatores que contribuem diretamente para o adoecimento desses profissionais (Martins; Araujo; Vieira, 2018; Sales; Freitas, 2018; Monteiro et al., 2019; Deffava; Méa; Ferreira, 2020; Ramos et al., 2020).

Esse cenário tem levantado um questionamento, constituindo-se em nosso objeto de investigação: Quais desafios vividos pelas professoras da Educação Infantil de uma escola pública da Rede Municipal de Ensino de São Luís no exercício da profissão impactam no adoecimento mental e as perspectivas para o enfrentamento da situação?

Esta pesquisa situa-se nesse campo e tem como objetivo geral 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. Como objetivos específicos buscou:

- Estabelecer relação entre adoecimento mental e o trabalho docente na educação infantil, identificando as principais causas desse fenômeno.
- Identificar os principais desafios enfrentados pelas docentes da educação infantil de uma escola da Rede Pública Municipal de São Luís e suas implicações para o adoecimento dessas profissionais.
- Apontar perspectivas para o enfrentamento do adoecimento mental de docentes na educação infantil, a partir de dados de uma escola.

A categoria profissional docente é considerada como uma das ocupações com grande risco de desgaste e adoecimento, sendo que os estudos

têm demonstrado alta prevalência de transtornos mentais, associados à diversos fatores inerentes à profissão. Uma pesquisa feita pela Associação Nacional de Medicina do Trabalho -ANAMT coloca a docência entre as 10 carreiras que mais causam depressão, assim como assistentes sociais, médicos e enfermeiros (ANAMT,2015). Os dados apontam que muitos/as professores/as trabalham em mais de uma ou duas escolas e ainda levam trabalho para casa e há muita pressão dos pais e da sociedade por um bom ensino. Como carga horária excessiva, pressão e estresse, falta de apoio e de condições de trabalho, o adoecimento docente é uma consequência esperada.

A interação constante com crianças nessa fase do desenvolvimento humano, a primeira infância, exige habilidades socioemocionais robustas, mas, muitas vezes, resulta em estresse, burnout¹ e outras questões relacionadas à saúde, bem como ansiedade e depressão, devido às condições de trabalho. Assim, o adoecimento dos/as profissionais da educação é um problema multifacetado, influenciado por fatores intrínsecos ao trabalho docente, como a responsabilidade pela formação de outros, e por fatores extrínsecos, como as condições sociais e econômicas.

Durante as indagações no campo do Estágio Não-Obrigatório vivido em uma escola de Educação Infantil da Rede Pública Municipal de São Luís, bem como de reflexões suscitadas durante todo o curso de Pedagogia na UFMA, emergiu o interesse de investigar a saúde mental das professoras². No campo profissional, vimos a saúde mental dos/as docentes como um fator frequentemente negligenciado, apesar do seu impacto significativo na qualidade do ensino. Professores/as que enfrentam estresse, burnout ou outras questões emocionais, podem ter dificuldades em manter um ambiente educacional positivo, prejudicando, assim, o desenvolvimento das crianças sob sua responsabilidade.

¹ Síndrome de Burnout ou Síndrome do Esgotamento Profissional, é um distúrbio emocional com sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico, resultante de situações de trabalho desgastante, que demandam muita competitividade ou responsabilidade. A principal causa da doença é justamente o excesso de trabalho. Esta síndrome é comum em profissionais que atuam diariamente sob pressão e com responsabilidades constantes, como médicos, enfermeiros, professores/as, policiais, jornalistas, dentre outros.

² A docência, especificamente na educação infantil, é uma área predominantemente ocupada por mulheres, visto que a educação de crianças menores era tida, e, por vezes, ainda é, como “um dom” característico das mesmas, por existir a associação entre a maternidade e o educar (Arce, 2001). Por esta razão, utilizaremos a escrita no feminino, a partir desta seção.

A relação entre a saúde mental das educadoras e a eficácia do processo de ensino e aprendizagem são dois fatores que estão intimamente atrelados, uma docente que se encontra em situação de adoecimento mental não consegue oferecer um ensino de qualidade, o que pode também ser mais um fator de estresse para ela, uma vez que, mesmo sem ter apoio da sociedade e condições adequadas de trabalho, é punida pelo fracasso escolar daquela criança. Estudos recentes da Universidade Federal de São Paulo – UNIFESP, apontam para um cenário que:

Quase um terço dos professores da rede pública sofre com a Síndrome de Burnout, de acordo com uma pesquisa realizada pela Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP, 2023). A pesquisa revelou dados alarmantes, com 32,75% dos docentes apresentando sinais da síndrome. Além disso, a Secretaria de Planejamento, Orçamento e Administração (Seplad, 2023) informou que, entre 2019 e 2022, foram registradas 14.554 licenças por "transtornos mentais e comportamentais".

Esse cenário alarmante vem trazendo repercussões políticas a essa problemática em vários territórios brasileiros. Em São Luís- MA, a Lei Municipal nº 7.332/23, que teve origem no Projeto de Lei nº 225/21, estabelece a criação do Programa Municipal de Saúde Mental Preventiva para Professores da Rede Municipal de Educação. De acordo com a Lei, visa prevenir o estresse, a fadiga, a síndrome do pânico e a depressão agravados pelas atividades dos professores. O enfrentamento do cansaço excessivo, da ansiedade elevada, do medo na sala de aula, da intolerância a situações pedagógicas, das dores de cabeça frequentes e do uso inadequado de estimulantes também está contemplado no documento. Essa medida é um passo importante para reconhecer a importância da saúde mental dos professores e para promover um ambiente educacional mais saudável e produtivo.

Com base nisso, investigamos como vem sendo tratada a saúde mental ou ausência dela nas profissionais de Educação Infantil, analisando a realidade de uma instituição pública municipal. Para tanto, desenvolvemos uma pesquisa qualitativa e ouvimos, por meio de entrevista semiestruturada e questionário on-line, seis professoras, buscando identificar os desafios vividos por elas e as perspectivas para o enfrentamento da situação do adoecimento mental de docentes.

Ao abordar essa temática, esperamos contribuir para um maior entendimento sobre a relevância do cuidado com a saúde mental dos/as professores/as e apontar caminhos que possam ser trilhados para promover um ambiente educacional saudável para todos/as.

2 O MARCO DA EDUCAÇÃO INFANTIL NO BRASIL E O ADOECIMENTO DAS PROFESSORAS DA PRIMEIRA INFÂNCIA

Quando se fala no desenvolvimento integral da criança, a Educação Infantil ganha lugar de destaque, uma vez que ela se tornou essencial na primeira etapa da vida humana e, ao longo dos anos, vem experimentando transformações significativas no Brasil. A transição da educação de crianças da assistência social para o campo educacional, acompanhada da crescente demanda por uma formação específica para as professoras, revela um cenário complexo e desafiador.

Ao recorrermos às literaturas sobre a Educação Infantil no Brasil, conforme Kuhlmann Junior (1998) informa, a evolução das instituições brasileiras está profundamente interligada às diversas mudanças que ocorreram ao longo dos anos, como as demandas da infância, as transformações sociais, as dinâmicas familiares, as exigências do mercado de trabalho e o processo de urbanização. É interessante assinalar que, para as mães das classes abastadas, era, desde esta época, exaltado o direito à maternidade, sendo que, para as mulheres pobres, cabia o mundo do trabalho e a incerteza sobre onde e com quem deixar seus filhos, fossem elas escravas ou não (Rizzini e Rizzini (2007); Kuhlmann Junior, 1998).

Desse modo, a história da criança brasileira é um reflexo da história do Brasil em sua totalidade. Percebe-se que ela esteve marcada por uma dualidade: a necessidade de atender às demandas sociais, uma vez que as mães precisavam deixar seus/suas filhos/as para irem trabalhar, funcionando como um espaço de “guarda” das crianças, uma espécie de depósito, e, por outro lado, de oferecer um atendimento educacional qualificado, o que exigia formação adequada das professoras.

Corroborando este pensamento, Campos e Pereira (2010, p.177), quando afirmam que:

A história das instituições de atendimento à infância é fruto de problemas políticos, econômicos e sociais que atingiram o Brasil nesse período e provocaram as condições históricas para a existência de crianças em situação de vulnerabilidade socioeconômica, surgindo no país a necessidade de atendimento assistencialista para a criança e

sua família, como resultado da articulação de interesses políticos, médicos, pedagógicos, religiosos, dentre outros.

Assim, a evolução histórica demonstra como os cuidados com as crianças pequenas, inicialmente voltados para a saúde e a assistência, foram gradualmente ampliados para abarcar o desenvolvimento integral delas, envolvendo uma maior preocupação com uma educação de qualidade, buscando a ruptura do viés de que Educação Infantil dedica-se somente à parte de cuidados, meramente assistencialista. Segundo Kramer (2005 p.14):

A inserção concreta das crianças e seus papéis variam com as formas de organização da sociedade. Assim, a ideia de infância não existiu sempre da mesma maneira. Ao contrário, a noção de infância surgiu com a sociedade capitalista, urbano-industrial, na medida em que mudavam a inserção e o papel social da criança na comunidade. (Kramer 2006, p. 14)

Na trajetória histórica brasileira, a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB), nº 9.394 de 1996 (Brasil, 1996), representou um marco importante, ao reconhecer a Educação Infantil como a primeira etapa da Educação Básica e estabelecer diretrizes para a formação das professoras. No entanto, a implementação dessa Lei revela desafios, como a necessidade de adequação das instituições e a qualificação das profissionais. Esse reconhecimento, pôs em evidência a importância do desenvolvimento integral da criança, no que concerne aos aspectos físicos, psicológicos, intelectuais e sociais, buscando complementar a ação da família e da comunidade.

Desse modo, a nova legislação estabeleceu que as docentes da Educação Infantil deveriam ter uma formação específica, o que gerou alguns conflitos, já que muitas dessas profissionais não tinham formação adequada em nível superior, ou possuíam uma formação voltada para outro nível de ensino. A LDB inicialmente permitia que profissionais com formação em nível médio, na modalidade Normal, atuassem na Educação Infantil

A formação de docentes para atuar na educação básica far-se-á em nível superior, em curso de licenciatura, de graduação plena, em universidades e institutos superiores de educação, admitida, como formação mínima para o exercício do magistério na educação infantil e nas quatro primeiras séries do ensino fundamental, a oferecida em nível médio, na modalidade Normal (Brasil, 1996).

Com a definição das novas Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil - DCNEI (Brasil, 2009), bem como a promulgação da Base Nacional Comum Curricular – Brasil (2018 - BNCC), foram estabelecidas novas competências a serem desenvolvidas pelas educadoras, com foco na criança, como centralidade do currículo e trabalho pedagógico, nos direitos de aprendizagens, nos campos de experiências e nas aprendizagens necessárias para o desenvolvimento dos bebês e das crianças, o que impactou consideravelmente na formação docente e no trabalho a ser realizado pelas profissionais da primeira infância.

Sendo assim, quando se pensa na qualificação da profissional que atuará na Educação Infantil, não dá para desconsiderar as reflexões acerca da sua formação inicial e continuada expressas nos documentos oficiais, pois —um dos fatores que mais influem na qualidade da educação é a qualificação dos profissionais que trabalham com as crianças.

Destarte, as alterações em torno das legislações educacionais da primeira infância, trouxeram consequências à saúde mental da docente, tendo em vista o alargamento das exigências profissionais e o pouco investimento na sua qualificação. Apesar dessas mudanças visarem o bem-estar e a qualidade da educação dos bebês e das crianças pequenas, simultaneamente a isso surgiram aspectos desafiadores que foram agregados à rotina das docentes, uma vez que essa regulamentação trouxe um aumento de expectativas sobre o seu desempenho, impactando diretamente em níveis elevados de estresse das professoras responsáveis pela Educação Infantil.

Arelado a isso, elas enfrentam condições precárias de trabalho, altos índices de rotatividade, desvalorização profissional e uma constante confusão entre os papéis de mulher, mãe e professora, sendo, muitas vezes, tratadas como "babás". Esses são alguns dos fatores que contribuem para o mal-estar e adoecimento dessas profissionais no ambiente de trabalho.

Nossa cultura e a atribuição de papéis sociais são influenciadas por questões de gênero. Nesse contexto, Pereira e Favaro (2016, p. 5) afirmam que “dentro desse aparato ideológico e cultural, a mulher era vista como o ‘sexo frágil’ e foi relegada ao espaço privado, ou seja, destinada aos cuidados domésticos e à maternidade”, o que reverberou consideravelmente na sua atuação no magistério, visto, como já dissemos, associarem a maternidade à condição para

a educação de crianças pequenas.

Essa realidade se expressa nos dados sobre a predominância feminina na docência da educação infantil no Brasil, como podem ser encontrados no Censo Escolar 2022, divulgado pelo Ministério da Educação (MEC) e pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep). O Censo revelou que 97,2% dos educadores em creches e 94,2% na pré-escola são mulheres, além de indicar que as mulheres representam cerca de 79,2% do corpo docente da educação básica, que inclui também o ensino fundamental e médio

A feminização da profissão docente tem muitos aspectos históricos e sociais, desde a aceitação da entrada da mulher no mercado de trabalho ao “machismo estrutural” da sociedade brasileira. As mulheres, em sua maioria, passaram a se dedicar ao magistério, uma das poucas profissões que esse sexo poderia exercer, um contexto reforçado pelo preconceito e carregado de estereótipos acerca do trabalho feminino (Castro, 2014).

Desta feita, segundo Dhein e Pino (2010), é culturalmente aceito que os cuidados na primeira infância sejam atribuídos ao gênero feminino, naturalizando o papel de mães às professoras, isso elucida uma problemática histórico social da profissão docente exercida majoritariamente por mulheres no contexto de educação infantil. Assim, a ideia deturpada de que crianças pequenas devem estar aos cuidados somente de mulheres, reproduz estereótipos de gênero e invisibiliza a dimensão pedagógica do trabalho docente, pois,

Uma cultura de cuidado com as crianças pequenas, as quais precisam ser necessariamente cuidadas por mulheres ‘tias’, professoras que fazem da escola um prolongamento do lar, cuidando das crianças de forma ‘natural’, pois são culturalmente fabricadas como ‘mães’, carinhosas, dóceis (Dhein; Pino, 2010, p. 7, grifos dos autores).

Ser professora na primeira infância, embora seja gratificante, requer da educadora altas habilidades e robustez emocional, uma vez que o sucesso educacional da criança e o papel da professora estão intimamente ligados, onde a docente deve criar um ambiente propício à aprendizagem, tornando o processo educativo potente ao desenvolvimento infantil da criança. Todavia, na contemporaneidade, a função de professora transcende à organização e

avaliação do processo de aprendizagem, expandiu-se as incumbências a essa docente, para além das salas de referência ou muros escolares, uma vez que, dia após dia, as demandas sociais só aumentam. Então, a essa profissional é feito exigências para além das tarefas de ensino-aprendizagem, requerendo também pensar na gestão dos recursos escolares, nas questões do desenvolvimento atípico de bebês e crianças, fatores que complexificam sua tarefa de educar.

Assim, a professora de Educação Infantil está intrinsecamente ligada a um trabalho de grande demanda emocional e que, em sua maioria, precisa também ser criativo, dinâmico, para manter a criança engajada durante o processo de aprendizagem, o que também requer extrema concentração, responsabilidade, qualificação e paciência

Para além dessas questões, a professora geralmente se sente atormentada pelo sentimento de solidão cada vez mais presente no ambiente escolar. Sem amparo por partes dos colegas e da gestão pedagógica e a ausência de empatia, trabalho em equipe e frequente culpabilidade enfrentada pela docente, sua saúde mental é profundamente afetada. Somam-se a isso, a pressão por resultados, a burocratização excessiva e a constante sensação de estar sendo julgada, o que pode minar sua autoestima e dificultar a construção de relações de confiança com seus pares, impactando diretamente nas condições para o adoecimento mental das docentes, aspecto tratado na próxima subseção.

2.1 DOCENTES SOB PRESSÃO: do sofrimento mental ao adoecimento da professora

A seção a seguir trata da relação saúde e trabalho docente e suas implicações no adoecimento mental de professoras da educação infantil, com o intuito de aprofundar a compreensão dessa situação em docentes atuantes na Educação Infantil em uma escola da Rede Pública Municipal de São Luís. Para analisar os desafios enfrentados por essas profissionais, buscamos conhecer sobre o adoecimento mental das profissionais da educação, identificando as principais causas desse fenômeno.

Quando se fala em adoecimento mental de professores/as percebemos que esse termo já vem sendo elaborado desde o século XX como

um fenômeno do mal-estar docente. Esteve (1999) relata que este foi explorado pela primeira vez por Berger, em 1957, em seu trabalho “Le malaise socio professionnelle des instituteurs français”. Isso revela os sinais negativos que afetam a vida da professora, resultantes das circunstâncias psicológicas e sociais que envolvem a educação ao longo dos tempos.

Somado a isso, temos a precarização e intensificação do trabalho docente decorrente da crise do sistema capitalista. A experiência do sofrimento docente é complexa e multifacetada, reverberando em cobranças relativas à profissão e ao seu adoecimento. Entre essas facetas, existe um sujeito ali no meio, que tem sua singularidade, maneira própria de perceber e reagir às pressões, ao ato de fazer a docência, com seus medos, anseios e suas angústias.

Dejours e Abdoucheli (1994), retratam essa questão utilizando uma metáfora, referindo-se a um cristal de rocha que em seu rompimento, sob o impacto de situações de pressão intensa, não se quebra de forma qualquer, mas segue as linhas de sua estrutura interna. Assim como o cristal se rompe, seguindo as linhas de sua própria estrutura, o sofrimento das professoras se manifesta de formas diversas, dependendo de suas experiências e vulnerabilidades.

Nesse sentido, o sofrimento mental dos docentes não se dá de maneira isolada, tão pouco sem justificativa, há sobre eles uma expectativa de perfeição em relação ao seu trabalho e controle da sociedade contemporânea. As exigências sociais impostas às professoras, levam a uma busca frenética por resultados, bem como há uma idealização da figura docente pelos pais, crianças e também pela gestão escolar, que geram um ambiente de trabalho estressante, angustiante e uma carga emocional cada vez maior aos às professoras, levando-as ao adoecimento.

Assim, nesta seção, seguiremos abordaremos o marco do surgimento da educação infantil no Brasil, destacando as políticas e legislações que moldaram a formação e a prática docente nesse nível de ensino, bem como situaremos o adoecimento desse grupo profissional. A educação infantil é um período crucial para o desenvolvimento das crianças e as professoras, que atuam nessa fase, desempenham um papel fundamental na formação de bases sólidas para a aprendizagem delas e as condições de trabalho enfrentadas por essas

profissionais, muitas vezes, estão associadas a altos níveis de estresse e adoecimento.

2.2 conceituando adoecimento mental e implicações para o trabalho docente

A terminologia do adoecimento docente vem se popularizando e constituindo-se cada vez mais em pauta de estudo, seja no cenário nacional ou em outros países. E, quando se fala da saúde dos/as professores/as no Brasil, a situação não é nada animadora, como aponta o livro “Seminários Trabalho e Saúde dos Professores: Precarização, Adoecimento e Caminhos para a Mudança”, lançado pela Fundação Jorge Duprat Figueiredo de Segurança e Medicina do Trabalho (Fundacentro), no ano de 2023.

O referido livro aborda sobre a precarização e adoecimento da carreira de professores/as, materializando um painel sobre o mal-estar docente. Aborda desde a análise dos agravos à saúde. O contexto das dificuldades de desvalorização da docência, desigualdades sociais e conflitos na escola, enfrentadas pelos docentes, exige um olhar crítico. De acordo com Aquino (2008) e Moita (2018), uma das consequências da precarização na produção subjetiva do trabalhador é a falta de perspectiva frente ao amanhã, que pode produzir insegurança, incerteza, instabilidade e fragilidade a ponto de levá-lo a perder a crença em si e na possibilidade de um futuro melhor.

O adoecimento, sobretudo, deixa marcas no corpo que vão se desenvolvendo à medida de suas experiências e suas singularidades no decorrer de sua trajetória profissional, nas circunstâncias do cotidiano, onde as transformações sociais operam de maneira incisiva.

O entendimento do adoecimento mental dos docentes passa pelo mal-estar, que, segundo Esteve (1999) é uma doença social produzida pela falta de apoio da sociedade aos/às professores/as, no que diz respeito aos objetivos do ensino, as retribuições materiais e de reconhecimento do *status*. Assim, a organização do trabalho está diretamente ligada a saúde do/a trabalhador/a, onde as condições de laboro emergem possíveis riscos.

Esse cenário preocupante é abordado por outros estudiosos como Antunes (2001, 2004), Gentili (1995a, 1995b, 1998), Santos (2002), Oliveira

(2000, 2002, 2003), Freitas (2001), 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 incidem sobre sua prática pedagógica.

A Psicologia tem enfatizado cada vez mais a importância do trabalho na saúde mental dos indivíduos, bem como a influência de fatores laborais na qualidade de vida. O adoecimento psicológico relacionado ao trabalho, tem evidenciado a necessidade de investigar os elementos prejudiciais à saúde mental dos trabalhadores presentes nas atividades ocupacionais (Jacques, 2002). Uma das profissões que suscita preocupações significativas em relação à saúde mental é a docência, especialmente entre os profissionais que atuam na Educação Básica brasileira.

A Educação Infantil não se exime disso, uma vez que as instituições escolares, por vezes, são tidas como “segundo lar” para esses profissionais, onde as relações estabelecidas entre colegas e crianças são permeadas de estereótipos de gênero e de representações da docência e alguns sentimentos intrínsecos à família o que pode levar a um desequilíbrio quando essas relações são excessivamente pessoais, manifestando-se como um apego excessivo ao trabalho para suprir alguma lacuna emocional. Isso traz consequências sobre as relações de trabalho. Existe uma dimensão imaginária onde valores e crenças dessa docente influenciam nas expectativas e comportamentos na relação profissional e pessoal, também está envolta de “dor”, como um machucado mal cicatrizado, resultando em um apeço demasiado pelo trabalho, levando ao desequilíbrio.

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/a docente se vê em uma corrida insana contra o tempo, onde os seus horários não são respeitados, renuncia suas horas de sono, suas horas 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 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 produzir alguma espécie de compensação, seja econômica, seja 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. Embora o sofrimento seja algo natural do ser humano, as formas de sofrimento de cada professora variam conforme o ambiente profissional em que está inserida e às experiências vividas (Pessanha; Corrêa, 2015).

Isso traz à tona que o adoecimento mental docente é uma problemática, assim como a inserção dos docentes no direito à saúde, fundamental à pessoa humana. A revisão da literatura evidencia a complexidade do tema, buscando identificar as causas do adoecimento de forma mais precisa e compreender os processos de subjetivação e os diversos movimentos das práticas educativas, bem como os modos de submissão ou resistência dos trabalhadores a esse quadro

Segundo Brant e Minayo-Gomez (2004, p. 6),

[...] a cosmologia médica contemporânea, ao desconsiderar a subjetividade do sujeito, reduziu o paciente à condição de objeto biológico, composto por órgãos e tecidos. Essa perspectiva, portanto, contribuiu para a construção de uma identidade doente fragmentada e passiva.

Ainda na perspectiva das análises de Brant e Minayo-Gomez (2004) sobre a construção da identidade do sujeito doente, eles nos convidam a pensar sobre como o discurso médico e as práticas institucionais que moldam a experiência subjetiva do adoecimento. Nos demonstra como práticas como a medicalização, os exames e a internação hospitalar, ao lado das licenças

médicas, contribuem para a construção de uma identidade doente passiva e dependente.

Essa perspectiva, no entanto, não esgota a complexidade da experiência do adoecimento, que envolve dimensões sociais, culturais e psicológicas, que vão além da esfera médica. Eles deixam bem delimitado que "[...] O adoecimento não se faz sem consequências, uma vez que ele discrimina, estigmatiza e exclui" (Brant; Minayo-Gomez, 2004, p. 2).

A falta de identificação com a docência, os estímulos para o trabalho docente e o exercício da desesperança são confluências que resultam nas várias formas de adoecimento dos docentes. O adoecimento físico e mental dos/as professores/as tem se tornado um problema de saúde pública e desta forma, faz-se necessário compreender esse processo buscando um entrelaçamento entre saúde-doença, condições sociais e de trabalho dos/as professores/as, e a sua relação com a esfera política (Borges, 2020; Assunção; Abreu, 2019; Ribeiro, et al., 2022).

Como é possível perceber, o adoecimento mental das docentes de acordo com pesquisas recentes, a docência possui potencial patogênico devido a diversos fatores, tais como carga excessiva de trabalho, remuneração inadequada, falta de cooperação entre pares (Jacques, 1999). Nesse sentido, as educadoras enfrentam desafios únicos que podem impactar sua saúde mental. 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 (Carlotto, 2010, pág.125).

Desse modo, temos que as conjunturas educacionais levam as docentes ao esgotamento e, possivelmente, ao é possível 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, conseqüentemente, 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, promovendo subjugada e sofre impactos negativos associados às atividades laborais a que são submetidos. Nesse sentido, Sampaio (1998) nos esclarece que 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.

3 ADOECIMENTO DAS PROFESSORAS DA EDUCAÇÃO INFANTIL: NOTAS DA PESQUISA DE CAMPO

Para falarmos de adoecimento das profissionais da Educação Infantil, temos que problematizar antes que há um imaginário social de que o magistério é mais feito de amor do que competência, como uma atividade laborativa fácil, uma visão deturpada de que qualquer preparo serve e que não há adoecimento docente. Desse modo, é necessário discutir a questão, a começar por desconstruir a ideia de que a saúde física tenha mais relevância que a mental, onde tantas vezes o adoecimento mental é relativizado, só ganhando visibilidade quando as sequelas já podem ser percebidas a “olho nu”.

Diante desse contexto, temos docentes sobrecarregados com trabalhos que extrapolam os muros da escola, somados a cargas horárias intensas, salários baixos e falta de reconhecimento social.

Desenvolvemos uma pesquisa exploratória, de cunho qualitativo. Nesta seção, discutiremos os fundamentos teórico-metodológicos que sustentaram o percurso realizado, bem como, apresentaremos as colaboradoras desta investigação.

3.1 O caminho trilhado para o desenvolvimento da pesquisa

A presente pesquisa tem 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. Em compreender as relações entre educação e saúde, estabelecidas pelo perfil da professora e com seu trabalho pedagógico em uma instituição de ensino infantil, tomando como base para objeto de estudo as reverberações disso a sua saúde mental.

Com o intuito de aprofundar a compreensão do fenômeno em análise, em traçar o perfil do docente e as possíveis reverberações de sua prática pedagógica para o seu adoecimento este estudo optou por uma abordagem qualitativa do tipo exploratória que se deu pela necessidade de entender e aprofundar essa epistemologia com esse tipo de investigação, procurando entender dentro do campo das Ciências sociais esse fenômeno educacional.

Segundo Minayo (2001, p. 21), temos que

[...] a pesquisa qualitativa trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, correspondendo ao espaço mais profundo das relações e processos. Traz por vantagem ser um estudo eficaz com nuances da vida e comportamento humano social através de um tempo determinado, elenca a possibilidade de explorar uma conjuntura que interfere ou se deixa interferir na compreensão do mundo social em que se está inserido.

Aproveitando-nos de certa flexibilidade que a pesquisa qualitativa do tipo exploratória permite, com relação às técnicas e instrumentos optamos pela revisão bibliográfica e pesquisa de campo com o uso de entrevista semiestruturada e questionário auto preenchíveis, este último elaborado no aplicativo de gerenciamento de pesquisas - Google Forms, para o levantamento dos dados empíricos.

A pesquisa de campo foi escolhida e 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, pág. 15):

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

A revisão bibliográfica, por sua vez, também se fez necessária, visto que foi possível fazer uma análise e refinamento de alguns materiais que se intersectam com essa temática, trazendo elementos para uma discussão mais aprofundada dos dados gerados na pesquisa empírica.

Para a geração dos dados, utilizamos a entrevista semiestruturada, que possibilitou à pesquisadora, por meio de um roteiro semiaberto de perguntas principais, mas flexível a outras que poderiam surgir no momento da entrevista, onde foi possível estabelecer um diálogo sobre o objeto em estudo, trazendo flexibilidade à pesquisadora e maior expressividade às entrevistadas.

Isso fica bem delimitado na fala de Queiroz, A entrevista semiestruturada é uma técnica de coleta de dados que supõe uma conversação contínua entre informante e pesquisador e que deve ser dirigida por este de

acordo com seus objetivos (Queiroz ,1988).

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. Com este instrumento, não há o encontro da pesquisadora com a entrevistada. Ele é constituído por uma série ordenada de perguntas, que devem ser respondidas por escrito e sem a presença da entrevistadora. "Em geral, o pesquisador envia o questionário ao informante, pelo correio ou por um portador; depois de preenchido, o pesquisado devolve-o do mesmo modo." (Lakatos, 2003, p. 199). Nessa pesquisa adotamos a plataforma virtual do Google formulários para facilitar a resposta de algumas professoras que, por questões de geolocalização e horários distintos, não puderam participar presencialmente.

Para que essa investigação fosse possível e viável foi necessário escolher um *lócus* para a geração dos dados, onde possuísse Educação Infantil. Para tanto, a instituição escolhida como campo de pesquisa foi uma instituição pública localizada na área Itaqui Bacanga, onde a pesquisadora atua como estagiária, sendo assistente de sala, o que suscitou o interesse por esse objeto de estudo. A escola oferece somente Educação Infantil e pertence à esfera municipal, sendo administrada pela SEMED de São Luís.

Durante a permanência nesta escola (Figura 1) foi possível uma observação mais apurada das condições de trabalho das docentes e os fatores que impactam diretamente no seu bem-estar e saúde mental, ampliando o desejo de realização da pesquisa.

Figura 1- Fachada da escola-campo



Fonte: Arquivo pessoal da pesquisadora (2024).

Sendo uma escola de pequeno porte, atendendo o público alvo de 3 a 6 anos de idade, tendo capacidade média de 130 crianças nos dois turnos de funcionamento da instituição, possuindo as seguintes dependências presentes no quadro a seguir.

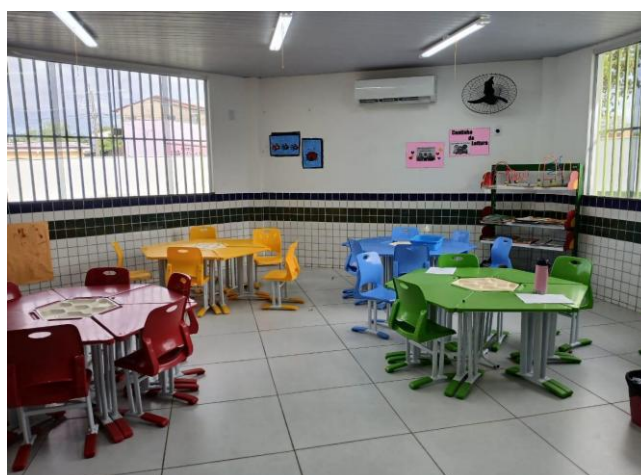
Quadro 1- Infraestrutura da escola

DEPENDÊNCIAS	QUANTIDADE
Salas de Referência	3
Cozinha	1
Sala de Gestão	1
Almoxarifado	1
Banheiro de Adulto	1
Banheiro Infantil	2
Banheiro PCD	1
Refeitório	1
Parquinho Aberto	1
Jardim	2

Fonte: Registros da pesquisadora (2024)

Como se vê, a instituição possui 3 Salas de Referência (Quadro 1), com funcionamento nos turnos matutino e vespertino. A área verde externa é ampla, onde as crianças vão diariamente para brincar no parquinho (Figura 4).

Figura 2- Sala de Referência Infantil II



Fonte: Arquivo pessoal da pesquisadora (2024).

As turmas existentes na escola são Creches A e B, Infantil I A e B e

Infantil II A e B, com um público de crianças bem diverso e com realidades complexas em contextos de vulnerabilidade social, oriundas das comunidades periféricas dos bairros do Residencial Paraíso, Vila Embratel e Piancó, onde muitas vezes as professoras precisam intervir em fatores que fogem às questões pedagógicas, como as demandas sociais daquelas crianças, aumentando ainda mais sua carga de estresse e ansiedade.

A instituição tem ainda um jardim com horta; refeitório/pátio (Figura 3) que também é um espaço utilizado para as reuniões escolares; banheiros adaptados para crianças, um banheiro PcD e um de funcionários; uma cozinha e uma sala de gestão.

Figura 3 - Pátio/Refeitório



Fonte: [Arquivo pessoal da pesquisadora](#) (2024)

Figura 4 - Parquinho externo



Fonte: [arquivo pessoal da pesquisadora](#)

A escola possui um quadro de funcionários reduzido, sendo constituído de 6 professoras, 1 gestora geral, 1 estagiária, 2 cozinheiras, 2 agentes de portaria, 3 agentes de limpeza e 2 vigilantes noturnos.

Foi nesse campo que foram realizadas as entrevistas semiestruturadas e aplicados os questionários. Participaram da pesquisa, como já mencionado, 6 professoras, sendo elas cinco titulares e uma apoio pedagógico. As entrevistas presenciais aconteceram no mês de dezembro de 2024, tiveram duração de 30 minutos e foram feitas em horários alternados ao turno de trabalho, e de forma individual, até para que não houvesse apropriação de fala de outra professora ou mesmo inibição de respostas entre as entrevistadas.

As entrevistas semiestruturadas foram todas gravadas e seguiram o roteiro de perguntas pré-estabelecidas (Apêndice A), mas aberto àquelas que fossem surgindo no percurso do diálogo entre pesquisadora e entrevistadas. Esse roteiro foi mantido no questionário on-line (Apêndice B). O acesso aos questionários foi liberado apenas uma vez, através de cadastro pessoal na plataforma do Google Forms, disponibilizado via Whatsapp para as professoras que não conseguiram participar das entrevistas.

Os dados gerados por meio desses instrumentos foram analisados e discutidos à luz do referencial teórico estudado, sendo organizados em dois blocos, sendo eles: Bloco 1, de entrevistas presenciais com as docentes D1, D2 e D3 e o Bloco 2, com as respostas advindas dos questionários das professoras

A partir das entrevistas, gravadas e depois transcritas, os dados foram organizados em categorias temáticas, sendo elas: tipos, fatores e acompanhamento do adoecimento no/pelo trabalho e desafios e estratégias para o cuidado com a saúde mental, apresentadas, analisadas e discutidas na seção quatro.

3.2 As participantes da pesquisa

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 solicitado a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), cumprindo os requisitos éticos da pesquisa com seres humanos.

Antes que os dados fossem gerados por meio das entrevistas presenciais ou questionário via Google Formulários, a pesquisadora fez a apresentação da pesquisa com objetivos, justificativa, relevância e metodologia, finalizando com o convite para que as docentes participassem do estudo.

Assim, essa pesquisa envolveu seis participantes, todas docentes, do gênero feminino, que atuam nas Salas de Referência regulares de Educação Infantil, sendo 5 regentes e uma de apoio pedagógico (PL). Esta última faz substituição em dias de planejamento das regentes, cumprindo o que determina a Lei Federal 11.738/08 – Lei do Piso do Magistério (Brasil, 2008), no que diz respeito a 1/3 hora da carga horária docente ser destinada para atividade de planejamento e estudo, portanto, fora da interação direta com as crianças ou alunos, o que gera a necessidade de substituição dessa profissional.

Observamos uma predominância do gênero feminino na docência da primeira infância, reiterando a feminização do magistério. Percebemos que em todas as Salas de Referência têm uma mulher em sua regência, incluindo a gestora pedagógica da escola que nos sinalizou que nos seus 12 anos como gestora nunca houve um professor do gênero masculino lecionando nesta instituição, o que reflete a forte presença feminina na docência, especialmente na Educação Infantil.

No intuito de promover a confidencialidade dos sujeitos da pesquisa, as professoras serão codificadas de maneira alfanumérica, onde “D” (docente) e os números de 1 a 6 de acordo com a ordem das entrevistas e respostas ao questionário. Vale ressaltar que algumas docentes tiveram certa resistência/insegurança de responder as perguntas por receio da gestão ter acesso aos dados fornecidos por elas, todavia, a pesquisadora assegurou máximo sigilo e segurança sobre os dados, trazendo tranquilidade e conforto na hora das respostas. As entrevistas ocorreram em local fechado e reservado, de acordo com a preferência da docente; foram gravadas no celular.

De acordo com Resolução CNS no 196, 1996, p. 3:

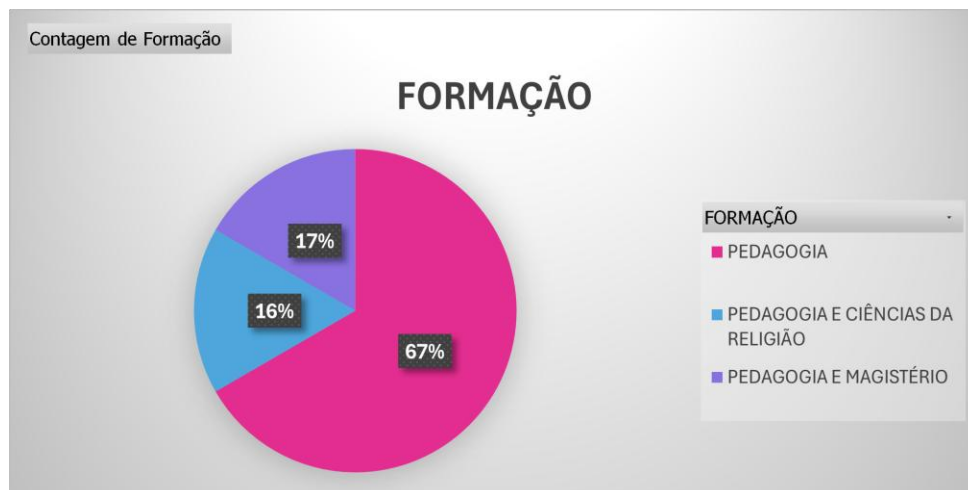
i - prever procedimentos que assegurem a confidencialidade e a privacidade, a proteção da imagem e a não estigmatização, garantindo a não utilização das informações em prejuízo das pessoas e/ou das comunidades, inclusive em termos de auto-estima, de prestígio e/ou econômico-financeiro. (Resolução CNS no 196, 1996, p. 3).

A professora “D1” tem 54 anos e 19 anos de experiência somente na Educação Infantil. Atua como professora de apoio pedagógico, ficando com as crianças durante o período de planejamento das professoras regentes, nos dois turnos de funcionamento da escola. Sua formação inicial é em Ciências da Religião e, posteriormente, cursou Pedagogia. A professora “D2” tem 41 anos, 6 anos de experiência em Educação Infantil. Desenvolve suas atividades na turma do Infantil II vespertino, sua formação inicial é em Pedagogia. A terceira Professora a participar da entrevista foi D3, que tem 45 anos, 21 anos atuando somente na Educação Infantil, é regente da creche, possuindo formação em Pedagogia.

As professoras do Bloco 2, que responderam ao Google Forms de maneira remota, são identificadas por D4, D5 e D6. A professora “D4” tem 33 anos, 10 anos de experiência, também em Anos Iniciais, mas trabalha majoritariamente com Educação Infantil, é regente da turma do Infantil II matutino e sua formação é em Pedagogia. A professora “D5” tem 63 anos, 32 anos de experiência em Educação Infantil, sua formação é em Magistério, portanto em nível médio; ela é regente da turma do Infantil I matutino. A “D6” tem 71 anos, sendo 32 de atuação em Anos Iniciais e Educação Infantil, sua formação inicial é em Pedagogia e atua como regente da turma do Infantil I vespertino.

No intuito de sistematizar a formação das docentes envolvidas na pesquisa, o Gráfico 1 apresenta essa informação.

Gráfico 1- Formação docente



Fonte: Elaboração da pesquisadora (2025).

Os dados presentes no Gráfico 1 evidenciam ainda a necessidade de uma formação específica para atuar na área, visto que cerca de 33% das docentes não possuíam formação inicial em Pedagogia e, posteriormente, tiveram que buscar essa formação em específico.

A Pedagogia se configura como um campo epistemológico que oferece os subsídios para a *práxis* docente especificamente na Educação Infantil e nos Anos Iniciais do Ensino Fundamental, portanto, ela é fundamental para a atuação profissional de qualidade. Isso fica elucidado quando a LDBEN (Brasil, 1996) coloca que:

A formação de profissionais de educação para administração, planejamento, inspeção, supervisão e orientação educacional para a educação básica, será feita em cursos de graduação em pedagogia ou em nível de pós-graduação, a critério da instituição de ensino, garantida, nesta formação, a base comum nacional (Brasil, 1996, Art. 64, grifo nosso).

A garantia da formação mínima para atuação na docência na primeira infância é fundamental, visto que a essa profissional cabe educar e cuidar de bebês e crianças, de modo a promover o pleno desenvolvimento de sua personalidade e pensamento.

4 O ADOECIMENTO NA PERSPECTIVA DAS PROFESSORAS DA PRIMEIRA INFÂNCIA

A grande maioria das docentes têm enfrentado situações desafiadoras em suas jornadas de profissão que vão além das práticas pedagógicas, passam a sentir-se imobilizados diante de algumas questões sociais graves. Segundo Bourdieu (1998) enquadra os educadores, docentes e os professores primários, juntamente com os assistentes sociais e os magistrados, estes profissionais citados são considerados e encaixados na categoria de trabalhadores sociais, que vivem mergulhados nas contradições do mundo social, onde essas profissionais passam a ser mediadoras do Estado e sociedade na perspectiva de promoverem bem-estar nas crianças, apesar delas também serem vítimas das condições sociais que tentam combater, essa situação é também elencada como um dos fatores que promovem o seu adoecimento.

Os sinais do adoecimento mental das docentes são latentes, alguns sintomas que se apresentam com certa frequência tendem a serem relativizados e acabam sendo vistos de maneira isolada, à exemplo da tristeza, do cansaço constante, ao sentimento de solidão que são tidos como algo trivial e corriqueiro e, aos poucos, vão maximizando a dor e o sofrimento.

O cotidiano profissional, repleto de fatores estressantes, pode impactar negativamente a saúde das profissionais da Educação Infantil na medida em que existem inúmeros fatores que podem se tornar fonte de estresse. Uma vez vivenciados sistematicamente, estes fatores estressores podem levar a professora a experimentar um sentimento de mal-estar ao exercer a docência (Pessanha; Corrêa, 2015).

Os fatores estressores na docência são variados e dependem do contexto de trabalho de cada professora. Como exemplos destes fatores podem ser citados a falta de estrutura de creches e pré-escolas, a superlotação de turmas de crianças para cada professora, a formação destas profissionais, dentre outros fatores (Pessanha; Corrêa, 2015).

O mal-estar docente, enquanto vocábulo, pretende resumir um conjunto de reações dos/as professores/as, como um grupo profissional, que, segundo Esteve (1999), encontra-se desajustado diante das recentes mudanças

sociais. A subseção a seguir será um contributo que abordará o adoecimento mental docente na perspectiva de conhecê-lo, identificando as principais causas desse fenômeno. Além disso, buscamos identificar os principais desafios enfrentados pelas docentes da Educação Infantil de uma escola da Rede Pública Municipal de São Luís e suas implicações para o adoecimento desses profissionais, bem como apontar perspectivas para o enfrentamento do adoecimento mental de docentes na Educação Infantil.

4.1. Adoecer no/pelo trabalho: tipos, fatores e acompanhamento

O adoecimento mental docente é uma questão que vem ganhando destaque no cenário educacional contemporâneo, impactando diretamente no bem-estar das docentes e, conseqüentemente, 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.

Segundo Mendes (1995, pág. 35):

As condições de trabalho a que os profissionais são expostos vem sendo reconhecidas como importantes na patogenia³, no desencadeamento e na evolução de distúrbios psíquicos. As condições físicas, químicas e biológicas apresentadas pelo indivíduo em interação com os condicionantes materiais e sociais que envolvem a atividade laboral são indicadores significativos da saúde mental do trabalhador (Mendes, 1995, pág. 35)

Este fenômeno complexo requer uma análise aprofundada de suas causas e conseqüências 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

³ Especialidade da patologia que analisa a causa e o desenvolvimento de uma doença, bem como sua evolução (Mendes, 1995).

enfrentados pelos docentes da educação infantil de uma escola da Rede Pública Municipal de São Luís e suas implicações para o adoecimento desses profissionais e apontar perspectivas para o enfrentamento do adoecimento mental de docentes na Educação Infantil.

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, pertencentes ao Bloco 1, e perguntamos se já experimentaram algum tipo de adoecimento físico ou emocional relacionado ao seu trabalho como professora. Elas 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 muito cansada mentalmente e sobrecarregada, eu percebo que depois eles fecharam a sala o barulho foi amplificado e atualmente também 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/as 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 (Reis et al., 2006). Desgastes osteomusculares e transtornos mentais, como apatia, estresse, desesperança e desânimo, são formas de adoecimento que têm sido identificadas em professores/as (Barros et al., 2007).

Com intuito de conhecer como as 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 psicólogo, 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. 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.

Conforme aponta Silveira, Enumo e Batista (2014, p. s/n):

A literatura tem apontado como estressores do ambiente escolar: lidar com a classe e manter a disciplina; aplicar as tarefas; organizar grupos de trabalho; ajudar crianças com problemas comportamentais; preparar recursos para lições; lidar com incidentes envolvendo comportamento desafiador e indisciplina; falta de suporte diante de problemas comportamentais dos alunos; excesso de trabalho e falta de tempo; diferenças de desenvolvimento e motivação dos alunos e políticas educacionais; a pressão exercida pelos pais. Esses estressores podem ocorrer nas escolas multisseriadas, onde os professores lidam com alunos de diferentes faixas etárias e séries ao mesmo tempo em uma mesma sala de aula.

Quando questionadas sobre quais os principais fatores que acreditam contribuir 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 na 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 também por precisar 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 pois com as crianças atípicas sem tenho muito imprevistos. (PROFESSORA D3)

Ao analisar as experiências vividas pelas docentes, elas evidenciam um quadro preocupante, onde a combinação de sobrecarga, pressão externa e falta de apoio institucional contribuem para o adoecimento na profissão. As pesquisas corroboram essas experiências, 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 Goulart; Lipp (2008), 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 as 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 a profissão, percebemos que a professora D1 se sente sobrecarregada em momentos específicos, portanto, “as vezes”, 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 deste tipo 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. Conforme aponta Hargreaves (1998), 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 o questionário on-line. 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 tem isso algo comum pra mim, saio as vezes esgotada emocionalmente 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, 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 as vezes esgotada emocionalmente 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 psicossomáticas, entre outras doenças ocupacionais (Silva; Guillo, 2020).

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/as.

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. Segundo Dessen e Polônia (2005), 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.

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; Córdoba Escolar; Carmona; Rodríguez, 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. Compreendendo o ser humano como um ser holístico Yus, 2002 traz que a escola como o contexto social no qual saúde e doença se manifestam, é importante ressaltar o papel que nossa mente desempenha nos processos de adoecimento, não somente físico, mas também psíquico e nos consequentes desdobramentos de nossas ações tanto no campo pessoal, social quanto no profissional.

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 a "condições insalubres" pela docente D5, reflete uma preocupação com a saúde física das professoras. De acordo com a Norma Regulamentadora 15 (NR-15), ambientes considerados insalubres expõem os trabalhadores a agentes nocivos à saúde, o que é especialmente relevante no contexto escolar (Brasil, 1978).

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. Segundo Lima (1996), a sobrecarga de trabalho e a pressão de diversas fontes de tensão presentes no ensino podem gerar vários 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 delas nos traz um panorama complexo sobre desmotivação e estresse. A fala da 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.

Como expõe Paulo Freire:

A disponibilidade permanente por parte do sujeito que escuta para a abertura à fala do outro, ao gesto do outro, às diferenças do outro. Isso não quer dizer, evidentemente, que escutar exija de quem realmente

escuta sua redução ao outro que fala. Isso não seria escuta, mas auto anulação. A verdadeira escuta não diminui em mim, em nada, a capacidade de me posicionar. Pelo contrário, é escutando bem que me preparo para melhor me colocar ou melhor me situar do ponto de vista das ideias. Como sujeito que se dá ao discurso do outro, sem preconceitos, o bom escutador fala e diz de sua posição com desenvoltura. (FREIRE, 2011, p. 117)

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, aumentam o estresse e a ansiedade entre as educadoras, contribuindo para um ciclo de insatisfação e burnout. Conforme Farber (1991), as causas do adoecimento são uma combinação de fatores individuais, organizacionais e sociais, sendo que esta interação produz uma percepção de baixa valorização profissional, tendo como resultado o burnout.

Outro desafio apontado pela professora D6 são 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.

Em consonância com as Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil – DCNEI, as

Interações e brincadeiras promovem o conhecimento de si e do mundo por meio da ampliação de experiências sensoriais, expressivas, corporais que possibilitem movimentação ampla, expressão da individualidade e respeito pelos ritmos e desejos da criança. (DCNEI, 2010, p. 25).

Sendo assim, não é possível uma sala silenciosa na Educação Infantil. Somente com práticas escolarizantes, adultocentradas, disciplinadoras e colonizadoras, isso seria possível.

Outro aspecto mencionado, foi a falta de respeito por parte dos pais e a desconsideração da gestão em relação ao papel dos professores, 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.

Nesse sentido, Luz e Kaefer (2022, p. 31) evidenciam:

As consequências da valorização do trabalho do professor refletem na qualidade do ensino e no relacionamento com os alunos, beneficiando toda a comunidade escolar. Essa valorização, quando ocorre, traz ganhos positivos, e, para isso, é preciso pensar em políticas de prevenção e de atendimento à saúde dos profissionais. Para além de todas as práticas e ações, implantadas ou não, existe a necessidade de políticas públicas que possam, de fato, alterar o quadro caótico da saúde dos trabalhadores em educação, em especial a saúde mental

Levando em consideração os dados gerados na pesquisa organizamos o Quadro 2 que apresenta uma síntese dos tipos, fatores e acompanhamento do adoecimento mental das docentes, bem com a frequência que esses fatores são sinalizados por elas.

Quadro 2- Tabela comparativa de relatos das docentes

DOCENTES	TIPOS	FATORES	ACOMPANHAMENTO	FREQUÊNCIA
D1	Estresse Episódico	Cobranças, Turmas Cheias, Falta de Apoio	Não	As Vezes
D2	Estresse Episódico	Turmas Cheias, Agitação e indisciplina de crianças, Crianças Atípicas	Não	Sempre
D3	Falha de Memória e desequilíbrios	Cobranças	Sim	Frequentemente
D4	Estresse crônico	Má Gestão e Distância do trabalho	Sim	Frequentemente
D5	Ansiedade, Estresse episódico e Asma	Condições insalubres de trabalho, Falta de apoio, Muitas cobranças, Crianças Atípicas	Sim	Sempre
D6	Fadiga Mental e Ansiedade	Cobranças e Represalhas sofridas pelos pais	Não	Sempre

Fonte: Organização da pesquisadora (2024).

Tomando como base o Quadro acima, temos 100% das professoras indicando algum tipo de adoecimento mental, decorrente de sua atividade laborativa na Educação Infantil, ficando em evidência dois tipos de estresse: o episódico e o crônico. De acordo com a psicóloga comportamental Rosana T. Ferreira, especialista em TCC – Terapia Cognitivo Comportamental pelo Instituto de Terapia Cognitiva (ITC), temos que:

Estresse episódico: este tipo de estresse acomete aqueles que sofrem frequentemente de estresse, cuja vida está sempre desorganizada, com pressa, sob pressão. É comum entre as pessoas que assumem muitas atribuições ao mesmo tempo e parece que sempre acontece algo errado com elas.

Estresse Crônico: É o estresse de longo prazo, não tem manifestações emocionais tão fortes, mas provoca desgaste, destruindo o corpo e a mente. Normalmente é causado por problemas familiares constantes, casamento infeliz e carreira insatisfatória (Selye, 1976, pág. 30).

Entre os fatores desencadeadores do estresse, estão: ansiedade e falha de memória, fadiga mental, somados a sintomas físicos de asma e desequilíbrios, gerados pelas cobranças multifacetadas, sejam elas feitas pela gestão escolar, Secretaria Municipal ou ainda por parte dos pais; em alguns casos, a auto cobrança da própria docente; a existência de turmas numerosas sem o apoio da gestão para o exercício da docência.

Quando relacionamos e fazemos um comparativo das falas, percebemos que somente 50% delas buscam acompanhamento com um profissional da área, as demais afirmaram que procuram apoio “frequentemente” (33%) e 17%, “as vezes”. Essa dicotomia entre a alta incidência de fatores e a busca por apoio profissional ser relativizada por um percentual das professoras, demonstra a urgência de estratégias de suporte e prevenção direcionadas à saúde mental e física das educadoras, essa combinação de exigências externas pode levá-las a um estado de sofrimento ainda maior no trabalho, onde a sensação de inadequação se torna comum.

A seção a seguir tratará das estratégias específicas de cuidado, que incluem o sujeito em sua elaboração e sejam passíveis a mudanças, baseadas nas suas necessidades individuais e coletivas das professoras.

4.2 Desafios e estratégias para o cuidado com a saúde mental segundo as docentes

Sabendo da relevância dos cuidados com a saúde mental e seu impacto para o bem-estar, permitindo que as pessoas desenvolvam suas habilidades, enfrentem os desafios da vida e contribuam para a sociedade, buscamos investigar esse fato, junto às participantes da pesquisa. No Bloco 1, as professoras D1, D2, D3 sobre as perguntas relativas aos desafios relativos a Práxis, as contribuições para prevenir o adoecimento por parte da SEMED e gestão escolar, os cuidados elas têm adotado e os principais desafios enfrentados no trabalho diário que afetam ou podem afetar a sua saúde mental, obtivemos como respostas:

A ausência do apoio dos pais, querem que a responsabilidade fique só com o professor e eles cobram muito (PROFESSORA D1)

A forma que a gente tenta encontrar para enfrentar os desafios, a indisciplina a quantidade de crianças em sala de aula e a própria solidão do professor, não temos apoio, é uma prática solitária. (PROFESSORA D2)

A frustração, pois muitas vezes não consigo executar o planejamento porque não tenho apoio com as crianças atípicas, as cobranças são incessantes (PROFESSORA D3)

A falta de apoio dos pais e da gestão, a indisciplina, a quantidade de crianças por sala e a solidão docente são apontados como principais desafios ao trabalho docente e que reverberam na saúde mental. O relato da professora D2 traz consigo o termo de “indisciplina das crianças”, nos fazendo pensar: Cabe falar de indisciplina na Educação Infantil? Qual disciplina queremos? Sua fala nos revela uma interpretação equivocada dessa fase do desenvolvimento infantil, desconsiderando o modo como as crianças aprendem e sua necessidade de permanente movimentação do corpo.

Nos termos de Rego (1996), a interpretação da disciplina ou indisciplina fornece elementos capazes de interferir não somente nos tipos de interações estabelecidas com as crianças e na definição de critérios para avaliar seus desempenhos na escola, como também no estabelecimento dos objetivos que se quer alcançar.

As falas das professoras apontaram também para um ambiente de trabalho precário, com falta de recursos, apoio e colaboração. A sobrecarga de responsabilidades, a ausência de suporte institucional e familiar, e a dificuldade em lidar com as demandas específicas de cada criança geram frustração, estresse e desmotivação. Codo e Menezes (1999) registram que o burnout ocorre quando certos recursos pessoais são perdidos ou inadequados para atender às demandas, ou mesmo quando não proporcionam os retornos esperados e faltam estratégias de enfrentamento da situação.

A saúde mental das docentes é essencial para um bom desempenho das atividades pedagógicas com as crianças, todavia, muitas vezes negligenciada, mas fundamental para a qualidade da educação e o bem-estar do corpo docente.

Diante das crescentes demandas e desafios enfrentados pelas docentes, torna-se essencial compreender como a gestão escolar e a Secretaria Municipal de Educação (SEMED) vêm tratado essas demandas dentro das instituições de ensino de Educação Infantil e como poderiam contribuir para prevenir o adoecimento dos professores.

Nas perspectivas das professoras D1, D2, D3:

Acredito que com a parceria família e escola, porque sem apoio dos pais fica quase impossível a gente ter uma saúde mental dentro da sala de aula (PROFESSORA D1)

A Secretaria mandando esse apoio, cuidadores e estagiários, como já temos só que ainda não supre a demanda e acredito que esse apoio é de suma importância para a gente conseguir desenvolver o trabalho com mais qualidade com essas crianças, pois as vezes não conseguimos trabalhar de acordo com planejamento, o trabalho às vezes é precarizado, precisamos de ajuda da secretária. (PROFESSORA D2)

Poderiam organizar bolsistas vindo da universidade para estar ajudando no trabalho junto com a gente, mesmo que fosse uma vez na semana já ia ajudar bastante, orientando e ajudando na orientação das pedagogas. (PROFESSORA D3)

A gestão escolar e a SEMED podem criar e fortalecer canais de comunicação eficientes entre a escola e as famílias, como reuniões regulares, plataformas online e grupos de discussão. A professora D1 destaca a importância do apoio dos pais, todavia é preciso tomar cuidado com as expectativas nutridas com relação a esse apoio familiar, uma vez não se tem

somente um modelo idealizado de família⁴ tradicional, onde se tem pai e mãe e com disponibilidade para acompanhar a rotina escolar de seus filhos, no entanto essa não a realidade de grande parte das famílias das crianças, que em sua maioria encontra-se em vulnerabilidade socioeconômica, onde os pais muitas vezes precisa trabalhar o dia inteiro fora, ou ainda não possui instrução educacional adequada para participarem da vida escolar de sua criança da maneira que se espera.

De acordo com Polonia; Dessen, 2005:

Uma família pobre é desprovida de vantagens acarretando numa maior vulnerabilidade, pois para os membros constituintes o sentimento de desprezo é notável, se sentem diminuídos pela sociedade, com seus direitos cada vez mais negados, não possuindo o apoio necessário para que haja a confiança no quesito de uma futura desestruturação, seja na educação, na saúde, e em outras circunstâncias (Polonia; Dessen, 2005, pág. 21).

A professora D2 ressalta a necessidade de mais cuidadores e estagiários para auxiliar no atendimento às crianças, especialmente aquelas com necessidades específicas, pois a ausência desse suporte gera um impacto significativo no trabalho docente e, conseqüentemente, as sobrecarrega. A falta desse apoio precariza o trabalho e impede a execução adequada do planejamento. A professora D3 sugere a organização de um programa de bolsistas universitários para auxiliar as professoras, oferecendo orientação e suporte pedagógico.

Diante das complexidades e desafios inerentes à profissão docente, torna-se imprescindível que as professoras adotem medidas e cuidados específicos para preservar seu bem-estar físico e mental. Para tanto, foi perguntado a elas sobre quais medidas e cuidados as mesmas têm adotado para o seu bem-estar:

Procuro relaxar quando eu tô em casa, sair com meus filhos, assistir alguma coisa que me ajude distrair a mente e fazer caminhadas (PROFESSORA D1)

Eu saio da escola e esqueço tudo, tento exercitar a minha mente, tipo limpar a mente para ficar pronta para receber os novos desafios no

⁴ A família é, portanto, uma construção social que varia segundo as épocas, permanecendo, no entanto, aquilo que se chama de “sentimento de família” (Hall, 2001, p.358)

outro dia, porque cada dia é dia diferente com seus próprios desafios
(PROFESSORA 2)

Tento repousar depois do almoço pelo menos uns 15 minutos, faço academia e me exercito, faço fisioterapia para dá conta de ficar em pé, tenho buscado fortalecimento espiritual, escuto músicas e louvores
(PROFESSORA D3)

As estratégias adotadas pelas docentes trazem a relevância de cuidar do corpo e da mente para manter o bem-estar e prevenir o adoecimento. As atividades de lazer, o convívio social, o descanso, os exercícios físicos e o fortalecimento espiritual são recursos valiosos para lidar com o estresse e promover a resiliência. Segundo Zacharias (2012), o bem-estar é algo subjetivo e envolve dimensões: subjetiva, cognitiva e social. O bem-estar subjetivo é uma avaliação subjetiva cognitiva e afetiva da vida; o bem-estar cognitivo diz respeito à aceitação positiva de si mesmo e o bem-estar social refere-se às atitudes positivas em relação aos outros sujeitos e ao contexto profissional. Desse modo nota-se que cada docente desenvolveu uma maneira de cuidar-se e melhorar seu bem-estar ao seu modo, de acordo com suas preferências.

A professora D1 tenta administrar em sua rotina pós trabalho atividades de relaxamento de modo individual ou coletivamente com seus familiares e uso de atividade física é relatado por ela assim com a professora D3 como técnica de prevenção e bem-estar.

Já a professora D2 tem a necessidade de mudar as perspectivas de pensamento e renovar sua energia, assim como a professora D3 recorre a meios espirituais para sentir alívio e recuperação da rotina intensa de trabalho, todos os relatos são importantes para melhorias dos sintomas de sofrimento ou adoecimento docente. Todavia ainda que essas medidas individuais sejam significativas para melhoria do bem-estar das professoras a secretaria municipal de educação SEMED ainda sim precisa oferecer suporte e condições de trabalho adequados.

No segundo bloco serão analisadas as respostas ao questionário das professoras D4, D5 e D6 sobre os principais desafios que você enfrenta em seu trabalho diário que afetam ou podem afetar a sua saúde mental, elas responderam que:

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 pra 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)

Os desafios postos pelas professoras revelam falta de comunicação e apoio da gestão, dificuldades em lidar com crianças com necessidades especiais e problemas gerais de gestão de sala de aula. A professora D4 aponta para a falta de escuta ativa e o controle excessivo da gestão, juntamente com falas manipulativas e um ambiente de fofoca, o chama a atenção e traz consigo uma série de problemáticas associadas a esse tipo de comportamento. A escuta ativa é crucial para uma comunicação eficaz e resolução de conflitos no ambiente de trabalho. Sem ela, os professores podem se sentir desvalorizados e sem apoio, levando à frustração e estresse.

A D5 traz à tona a cobrança constante por resultados, apesar da falta de recursos, aumenta imensamente a pressão. Essa situação pode levar a sentimentos de impotência e inadequação, impactando diretamente a saúde mental da professora e sua capacidade de fornecer educação de qualidade. Dentro dessa mesma perspectiva temos a professora D6 menciona pais que não os tratam com respeito e uma gestão que ignora sua posição enquanto professora. Salas de aula grandes e altos níveis de ruído podem contribuir para o estresse e a exaustão.

Sabe-se da importância da gestão escolar e a Secretaria Municipal de Educação (SEMED) desempenham papéis cruciais na prevenção do adoecimento dos professores, devendo implementar ações que visem tanto o suporte à saúde mental quanto a melhoria das condições de trabalho, para tanto foi perguntado a opinião das professoras sobre como a gestão escolar e a SEMED poderiam contribuir para prevenir o adoecimento dos professores.

Escutar mais, respeitar o profissional de cada um e a SEMED banir pessoas com posturas tóxicas (PROFESSORA D4)

Sim, eles poderiam mandar uma equipe de sondagem para nos ouvir, poderiam aumentar o pessoal para ajudar nas salas, aumentar as formações para área de saúde mental e física, flexibilizar algumas demandas, não somos robôs, somos humanos que ficamos doentes e sentimos dores, daí a relevância para isso. Às vezes temos receio de dizer como realmente nos sentimos e isso tem que acabar. (PROFESSORA D5)

Diminuir a quantidade alunos por turma; colocar auxiliares; diminuir exigências desnecessárias; conhecer a realidade da sala de aula; prover cursos de formação sobre a saúde física e psicológica dos professores. (PROFESSORA D6)

As opiniões das professoras D4, D5 e D6 sobre como a gestão escolar e a SEMED poderiam contribuir para prevenir o adoecimento docente convergem em pontos cruciais, evidenciando a necessidade de um olhar mais atencioso e humanizado para a profissão. A análise dessas falas revela a importância de escuta ativa, respeito profissional, apoio prático e formação continuada para promover a saúde mental e física dos professores.

A professora D4 enfatiza a necessidade de "escutar mais, respeitar o profissional de cada um". Esse ponto ressalta a importância de a gestão escolar e a SEMED criarem canais de comunicação abertos e transparentes, nos quais os professores se sintam à vontade para expressar suas opiniões, preocupações e necessidades sem receio de represálias. Essas sugestões apontam para a necessidade de a gestão escolar e a SEMED oferecerem suporte prático aos professores, aliviando a sobrecarga de trabalho e proporcionando melhores condições para o exercício da profissão, as professoras D5 e D6 mencionam a importância de "aumentar as formações para a área de saúde mental e física" e "prover cursos de formação sobre a saúde física e psicológica dos professores".

A professora D6 destaca a importância de "diminuir a quantidade alunos por turma" e "colocar auxiliares" no sentido de melhorar as condições de trabalho e consequentemente os fatores de sofrimento e ou adoecimento. Ela também destaca que a professora D6 também enfatiza a importância de "conhecer a realidade da sala de aula" e "diminuir exigências desnecessárias". Isso destaca a importância de a gestão: escolar e a SEMED estarem atentas às particularidades de cada contexto escolar, adaptando às demandas e expectativas à realidade dos professores e das crianças e todas estas ações

devem está integrada visando a melhoria na qualidade do trabalho docente gerando impactos diretos sobre a saúde mental das professoras.

Com tantos desafios inerentes à profissão docente, é necessário pensar quais estratégias desenvolvidas por elas para cuidar da sua saúde mental, para tanto não se pode abrir mão do bem-estar. Foi questionado as professoras do bloco 2, quais medidas e cuidados você adota para o seu bem-estar, elas apontam para:

Separo a minha vida profissional do pessoal, não é uma tarefa fácil, mas tem sido extremamente necessário já que o estresse e ansiedade do trabalho estavam me fazendo mal, uma das coisas que faço é desligar não só a cabeça da escola, mas meu celular também e venho praticando exercícios para me ajudar (PROFESSORA D4)

Eu tenho procurado hobbies para me ocupar nas horas livres, aprendendo a deixar o trabalho lá quietinho no canto dele, entendendo que antes de ser professora também sou gente, então tenho procurado está mais com a família, ouvir músicas e tenho arriscado mais na cozinha, tenho tentando esvaziar a gente assim que saio dos portões da escola (PROFESSORA D5)

Tempo de qualidade com os familiares; tempo de qualidade sozinha para praticar Hobbies; técnicas de relaxamento. (PROFESSORA D6)

A análise dessas falas destaca a importância da separação entre trabalho e vida pessoal, da busca por hobbies e atividades prazerosas, do tempo de qualidade com a família e consigo mesma, e do uso de técnicas de relaxamento, que são ferramentas essenciais para o bem-estar docente. Temos que a divisão entre as atividades relativas à docência das vivências da sua vida privada corrobora para uma vida mais equilibrada e saudável, saber dar uma pausa nas atribuições do trabalho em busca de autocuidado é essencial.

Nas narrativas das professoras dos Bloco 1, sendo as D1, D2, D3 e do bloco 2, com D4, D5 e D6, demonstram ao seu modo e dentro de suas possibilidades e preferências. Todas elas investem em práticas que propiciem seu bem-estar, marcas disso são destacadas em “sair com meus filhos”; a D2 fala de “limpar a mente”, a sua estratégia de não somatizar as dificuldades do trabalho a sua vida pessoal; a D3 destaca o cuidado da mente e corpo harmonioso, “faço academia, me exercito” e “escuto música e louvores”. Conforme Goulart Júnior (2013), o equilíbrio da vida do profissional é uma ferramenta que pode ser tida como um agravante de problemas ou

benefícios no ambiente organizacional, muitas vezes podendo interferir diretamente na satisfação, e seus frutos, sendo bons ou ruins, são colhidos tanto dentro, quanto fora do serviço.

Dando continuidade à escuta das professoras do Bloco 2, elas compartilham do mesmo posicionamento das professoras do Bloco 1. Elas demonstram uma compreensão clara da necessidade de estabelecer limites entre as esferas profissional e pessoal, como “deixar o trabalho no cantinho dele” ou ainda “tempo de qualidade com a família”. São elementos assim que favorecem: as boas condições de saúde mental, reflexões reforçam a importância de instituições escolares promoverem políticas que valorizem o bem-estar docente, reconhecendo que professoras saudáveis são fundamentais para um ambiente educacional saudável.

5 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. 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 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 no ensino oferecido 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 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.

Indiscutivelmente, a combinação de abordagens focadas na problemática, aliada ao suporte por parte da gestão e da SEMED, no incentivo à participação em programas estruturados, que ajudam a mitigar os efeitos negativos do adoecimento mental docente, são ações possíveis de concretização. Com isso, as instituições educacionais reconhecem a sua responsabilidade e a importância dessas estratégias e promovem um ambiente que favoreça o bem-estar das educadoras, garantindo sua saúde mental no seu sentido mais amplo.

REFERÊNCIAS

- ARCE, Alessandra. **Documentação oficial e o mito da educadora nata na educação infantil**. Cadernos de Pesquisa, São Paulo, n. 113, p. 167-184, jul. 2001. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cp/a/KBkSjzMqRzJYD493bKxwVVw/>. Acesso em: 25 mar. 2025.
- ASSUNÇÃO, Ada Ávila; ABREU, Maria Nazaré Laroca de. **Violência no trabalho docente: uma análise no contexto brasileiro**. In: ASSIS, Simone Gonçalves de; CONSTANTINO, Patrícia (Org.). Impactos da violência na escola. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2019. p. 47-62. Disponível em: <https://books.scielo.org/id/q58k5/pdf/assis-9786557082126.pdf>. Acesso em: 25 mar. 2025.
- ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE MEDICINA DO TRABALHO (ANAMT). **As 10 carreiras que mais causam depressão**. 2015. Disponível em: [https://www.anamt.org.br/portal/2015/11/18/as-10-carreiras-que-mais-causam-depressao/?utm_source=ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE MEDICINA DO TRABALHO \(ANAMT\). As 10 carreiras que mais causam depressão](https://www.anamt.org.br/portal/2015/11/18/as-10-carreiras-que-mais-causam-depressao/?utm_source=ASSOCIAÇÃO+NACIONAL+DE+MEDICINA+DO+TRABALHO+(ANAMT).+As+10+carreiras+que+mais+causam+depressão). 2015.
- BOURDIEU, Pierre. **Contrafogos**. Rio de Janeiro: Zahar, 1998 (a).
- BARROS, Maria Elizabeth Barros; COSTA, Simone de Assis; LOPES, Rosália Morais. **A escola como produtora de novas formas de vida. Trabalho, Educação e Saúde**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, p. 103-120, mar./jun. 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tes/a/GF5t49jxCkSQxRWpnsmn5Gd/>. Acesso em: 25 mar. 2025.
- BORGES, Kamylla Pereira. **Trabalho e adoecimento docente: tensões e conflitos**. Cadernos de Pesquisa, Curitiba, v. 23, n. 2, p. 159-172, 2020. Disponível em: https://app.utp.br/cadernosdepesquisa/pdfs/cad_pesq_23/art_8.pdf. Acesso em: 25 mar. 2025.
- BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília: MEC, 2018. Disponível em: <https://basenacionalcomum.mec.gov.br/>. Acesso em: 25 mar. 2025.
- BRASIL. **Lei nº 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://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9394.htm. Acesso em: 1 fev. 2025.
- BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. **Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil**. Brasília: MEC, SEB, 2010.
- BRASIL. **Conselho Nacional de Educação. Câmara de Educação Básica**. Resolução CNE/CEB nº 04, de 2 de outubro de 2009: institui as diretrizes operacionais para o atendimento educacional especializado na educação

básica, modalidade Educação Especial. Diário Oficial da União, Brasília, 5 out. 2009. Seção 1, p. 17.

BRASIL. Ministério do Trabalho e Emprego. **Norma Regulamentadora nº 15 (NR-15)**. Estabelece as atividades e operações insalubres. Brasília, DF, 8 jun. 1978. Disponível em: <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/acesso-a-informacao/participacao-social/conselhos-e-orgaos-colegiados/comissao-tripartite-partitaria-permanente/normas-regulamentadora/normas-regulamentadoras-vigentes/norma-regulamentadora-no-15-nr-15>. Acesso em: 4 Fev. 2025.

BRANT, C. M. M.; MINAYO-GOMEZ, C. O. A transformação do sofrimento em adoecimento: do nascimento da doença à medicalização do sofrimento. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, São Paulo, v. 29, n. 105, p. 5-13, 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/SgPP3VNzNprFXRKQjr9gqWD/>. Acesso em: 5 Fev. 2025.

BUENO, H. A.; CORDOBA, J. A.; ESCOLAR, P. A.; CARMONA, C. A.; RODRIGUEZ, G. C. et al. **El abandono terapêutico**. Actas Espanhol Psiquiatria, v. 29, n. 1, p. 33-40, 2001.

CAMPOS, Míria Izabel; PEREIRA, Ivanete Fernandes. **Surgimento das instituições de atendimento à criança e a mulher trabalhadora: uma relação histórica**. In: CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL, 7., 2010, São Paulo. Anais... São Paulo: [s.n.], 2010. p. 7-15. Disponível em: https://www.abenepi.org.br/7ciei/anais/7ciei_anais.pdf. Acesso em: 7 fev. 2025.

CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout: estudo comparativo entre professores do ensino especial e do ensino regular. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, São Paulo, v. 11, n. 2, p. 125-133, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pee/a/Bzqxn4F8yrXXRggn3RgTnwF/>. Acesso em: 10 fev. 2025.

CASTRO, Fernanda Francielle de. **O giz cor-de-rosa e as questões de gênero: os desafios de professores frente à feminização do magistério**. 2014. 75 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Estadual de Maringá, Maringá, 2014. Disponível em: <http://repositorio.uem.br:8080/jspui/handle/1/2201>. Acesso em: 25 mar. 2025.

CODO, W.; VASQUES-MENEZES, I. **O que é Burnout?** In: CODO, W. (Org.). Educação: carinho e trabalho. Rio de Janeiro: Vozes, 1999, p. 237-254.

DEJOURS, Christophe; ABDOUCHELI, Elizabeth. Itinerário teórico em psicopatologia do trabalho. In: DEJOURS, Christophe; ABDOUCHELI, Elizabeth; JAYET, Christian. **Psicodinâmica do trabalho: contribuições da Escola Dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho**. São Paulo: Atlas, 1994. p. 119-145.

DESSEN, Maria Auxiliadora; POLONIA, Ana da Costa. **A família e a escola como contextos de desenvolvimento humano**. Paidéia, Ribeirão Preto, v. 17, n. 36, p. 21-32, jan./abr. 2007.

DHEIN, Sueli; PINO, Maria do Carmo. **A construção cultural do papel das mulheres na educação infantil: naturalização do cuidado maternal**. In: CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL, 7., 2010, São Paulo. Anais... São Paulo: [s.n.], 2010. p. 7-15. Disponível em: https://www.abenepi.org.br/7ciei/anais/7ciei_anais.pdf. Acesso em: 12 Jan. 2025.

ESTEVE, José Manuel. **O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores**. Tradução de Durley de Carvalho Cavicchia. Bauru: EDUSC, 1999.

FARBER, Barry A. **Crisis in Education: Stress and Burnout in the American Teacher**. San Francisco: Jossey-Bass, 1991. Disponível em: <https://archive.org/details/crisisineducatio0000farb>. Acesso em: 25 mar. 2025.

FERREIRA, Rosana T. **Especialista em Terapia Cognitivo Comportamental**. Instituto de Terapia Cognitiva (ITC). Disponível em: <https://www.psicologacomportamental.com.br/psicologo-comportamental/>.

FORATTINI, Cristina Damm; LUCENA, Carlos. **Adoecimento e sofrimento docente na perspectiva da precarização do trabalho**. Laplage em Revista, Sorocaba, v. 1, n. 2, p. 32-47, maio/ago. 2015. Disponível em: <https://oaji.net/articles/2016/2779-1452556088.pdf>. Acesso em: 25 mar. 2025.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa**. 43. ed. São Paulo: Paz e Terra, 2011.

GONÇALVES, Raphaela dos Santos. **A síndrome de burnout em professores: sua relação com a satisfação no trabalho, fatores sociodemográficos e organizacionais**. 2023. Disponível em: <https://repositorio.unifesp.br/items/5cdd5121-e14a-47f0-becf-ee5dc809fa>. Acesso em: 12 Jan. 2025.

GOULART JUNIOR, E.; LIPP, M. E. N. **Estresse entre professoras do ensino fundamental de escolas públicas estaduais**. Psicologia em Estudo, Maringá, 2008.

GOULART JÚNIOR, E. G., et al. **Exigências Familiares e do Trabalho: Um equilíbrio Necessário para a Saúde de Trabalhadores e Organizações**. Pensando Famílias, 17(1), 110-122, [S.l.], 2013.

HARGREAVES, Andy. **A intensificação: o trabalho dos professores – melhor ou pior**. In: HARGREAVES, Andy. **Os professores em tempos de mudança: o trabalho e a cultura dos professores na idade pós-moderna**. Alfragide: Mc Graw-Hill Editora de Portugal, 1998.

HALL, S. **A identidade cultural na pós-modernidade**. Tradução Tomaz Tadeu da Silva. 5. ed. Original impresso em 1992. Rio de Janeiro: DP&A, 2001.

JACQUES, Maria da Graça; CODO, Wanderley (Org.). **Saúde Mental & Trabalho: Leituras**. Petrópolis: Vozes, 2002.

KRAMER, Silvia. A infância e sua singularidade. **Revista Brasileira de Educação**, [S.l.], v. 10, n. 28, p. 14-25, maio/ago. 2005. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbedu/a/5V6s5F8hJ6QXK9X9h5V6s5F8/?lang=pt>. Acesso em: 15 Jan. 2025.

KUHLMANN JÚNIOR, Moysés. Histórias da educação infantil brasileira. **Revista Brasileira de Educação**, [S.l.], v. 5, n. 14, p. 10-19, 2000. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbedu/a/CNXbjFdfdk9DNwWT5JCHVsJ/>. Acesso em: 4 mar. 2025.

LIMA, Licínio C. **O estudo da escola: organização e cultura**. Braga: Universidade do Minho, Instituto de Educação e Psicologia, 1996.

LUZ, Dulcinéia Antunes de Mello da; KAEFER, Carin Otilia. **A saúde mental dos professores da rede pública que atuam no ensino médio: uma contribuição do fazer da psicologia**. Cadernos Brasileiros de Saúde Mental, ISSN 2595-2420, Florianópolis, v.14, n.41, p.19-37, 2022.

MENDES, A. M. **Aspectos Psicodinâmicos da Relação Homem-Trabalho: as contribuições de C. Dejours**. *Psicologia, Ciência e Profissão*, v. 15, n. 1, p. 34-38, 1995.

MENDES, A. M. **Prazer e dor na docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout**. *Saúde e Sociedade*, São Paulo, v. 14, n. 3, p. 35-45, 2005. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/bkHHf89FnBmcM74RktJjt3x/>. Acesso em: 3 mar. 2025.

MINAYO, Maria Cecília de Souza (Org.). **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 18. ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

MOITA, Filomena. **Precarização do trabalho docente e saúde mental: um estudo sobre professores da educação básica**. Lisboa: Editora Acadêmica, 2018.

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://www.scielo.org/article/csp/2012.v28n1/164-169/pt/>. Acesso em: 25 mar. 2025.

PESSANHA, Quelen Pimentel Leal; CORRÊA, Carla Quintanilha. **Estresse docente na Educação Infantil: um estudo sobre professores de creches públicas de uma cidade do Estado do Rio de Janeiro**. Zero-a-Seis, Florianópolis, v. 17, n. 32, p. 240-263, jul./dez. 2015. Disponível em:

<https://periodicos.ufsc.br/index.php/zeroseis/article/view/1980-4512.2015n31p240>. Acesso em: 25 mar. 2025.

PSICÓLOGA COMPORTAMENTAL. **Conheça os diferentes tipos de estresse**. 2020. Disponível em:

<https://www.psicologacomportamental.com.br/ansiedade/conheca-os-diferentes-tipos-de-estresse/>. Acesso em: 4 mar. 2025.

POLONIA, 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.

POLONIA, A. C.; DESSEN, M. A. **Em busca de uma compreensão das relações entre família e escola**. Psicologia Escolar e Educacional, Campinas, v. 9, n. 2, p. 303-312, dez. 2005.

QUEIROZ, L. P. **Entrevista semi-estruturada: análise de objetivos e de roteiros**. 1988. Disponível em:

https://www.marilia.unesp.br/Home/Instituicao/Docentes/EduardoManzini/Manzini_2004_entrevista_semi-estruturada.pdf. Acesso em: 25 Fev. 2025.

RAMOS, L. S. et al. O ambiente escolar incapaz de assegurar a saúde mental do professor: uma revisão literária. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 49, p. e3416, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reas.e3416.2020>. Acesso em: 25 mar. 2025.

REIS, S. F. C. **A pesquisa e a produção de conhecimentos**. 2010.

Disponível em:

<https://acervodigital.unesp.br/bitstream/123456789/195/3/01d10a03.pdf>.

Acesso em: 21 Jan. 2025.

REIS, Eduardo J. F. B. dos; ARAÚJO, Tânia Maria de; PORTO, Luana A. **Docência e exaustão emocional**. Educação & Sociedade, Campinas, v. 27, n. 94, p. 229-253, jan. /Abr. 2006. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/es/a/GF5t49jxCkSQxRWpnsnmn5Gd/>. Acesso em: 25 mar. 2025.

REGO, Teresa Cristina. **A indisciplina e o processo educativo: uma análise na perspectiva vigotskiana**. In: AQUINO, Julio Groppa (Org.). Indisciplina na escola: alternativas teóricas e práticas. São Paulo: Summus, 1996. p. 83-101.

RIBEIRO, Letícia; CORRÊA, Juliana; OLIVEIRA, Andréa. **Vivências, condições de trabalho e processo saúde-doença: retratos do adoecimento docente**. Educação & Sociedade, Campinas, v. 43, e241222, 2022. Disponível em: https://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S0101-73302022000100222&script=sci_arttext. Acesso em: 25 mar. 2025.

RIZZINI, Irene; RIZZINI, Sonia I. **Assistência e Educação de Crianças**. In: MARQUES, Maria Lucia de Arruda; GOMES, Vera Lúcia de Oliveira (Orgs.) *Educação Infantil: História e Políticas Educacionais*. Rio de Janeiro: Editora UERJ, 2007. p. 123-136. Disponível em: <https://www.ppgedufpa.com.br/arquivos/File/marialucirene.pdf>. Acesso em: 4 Fev. 2025.

SALES, A. M.; FREITAS, J. S. Condições de trabalho e o adoecimento mental de professores da educação básica. **Revista Brasileira de Educação Básica**, Belo Horizonte, v. 3, n. 7, p. 1-15, 2018. Disponível em: <https://revista.uepb.edu.br/RBEB/article/view/789>. Acesso em: 25 mar. 2025.

SAMPAIO, José Jackson Coelho. **Epidemiologia da imprecisão: processo saúde/doença mental como objeto da epidemiologia**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 1998. Disponível em: <https://doi.org/10.7476/9788575412602>. Acesso em: 25 mar. 2025.

SILVA, R. A. O.; GUILLO, L. A. **Trabalho docente e saúde: um estudo com professores da educação básica do sudoeste goiano**. *Itinerarius Reflectionis*, Jataí, GO, v. 11, n. 2, p. 1-17, 2015.

SILVA, M. D.; GUILLO, L. A. **Sintomas de ansiedade e estresse em professores de educação básica**. *Cadernos de Pesquisa*, São Paulo, v. 50, n. 177, p. 813-827, jul. /Set. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cp/a/vcjCwDsk6mp6b8KvvkC7fpk/>. Acesso em: 4 Dez. 2024.

SECRETARIA DE PLANEJAMENTO, ORÇAMENTO E ADMINISTRAÇÃO (SEPLAD). **Relatório de Gestão 2023**. Disponível em: <https://seplad.pa.gov.br/wp-content/uploads/2024/03/Relatorio-de-Gestao-SEPLAD.pdf>. Acesso em: 3 mar. 2025.

SELYE, H. *Stress in Health and Disease*. Boston: Butterworth, 1976.

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. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/es/a/9JvQ8L9vFJ9p3YgF7L9J9pM/?lang=pt>. Acesso em: 25 mar. 2025.

VIEIRA, Lívia Maria Fraga et al. **Trabalho docente e saúde das professoras da educação infantil**. *Psicologia & Sociedade*, Belo Horizonte, v. 21, n. 2, p. 244-252, 2009. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=117158942037>. Acesso em: 25 mar. 2025.

VIEIRA, Lívia Maria Fraga et al. **Trabalho e emprego na educação infantil no Brasil: segmentações e desafios**. *Educar em Revista*, Curitiba, n. especial 1, p. 119-139, 2010. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/er/a/CFRHQD9Dmjt63kTdjYzytvD/?lang=pt>. Acesso em: 25 mar. 2025.

VYGOTSKI, Lev Semenovitch. **A formação social da mente**. 6. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2002.

YUS, R. **Educação Integral uma educação holística para o século XXI** (D.V. Moraes Trad.). Porto Alegre: Artmed, 2002.

ZACHARIAS, Jamile. **Bem-estar docente: um estudo em escolas públicas de ensino fundamental**. 2012. 148 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2012.

Disponível em:

<https://repositorio.pucrs.br/dspace/bitstream/10923/2874/1/000437549-Texto%2BCompleto-0.pdf>. Acesso em: 25 mar. 2025.

APÊNDICE A – ROTEIRO DE PERGUNTAS PARA AS PROFESSORAS

UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO-UFMA
CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS-CCSO
CURSO DE LICENCIATURA PLENA EM PEDAGOGIA

ROTEIRO DE ENTREVISTA

Prezada Professora,

Estou realizando uma pesquisa para minha monografia intitulada “**O ADOECIMENTO MENTAL DOCENTE NA EDUCAÇÃO INFANTIL EM SÃO LUÍS: DESAFIOS E PERSPECTIVAS EM UMA ESCOLA DA REDE MUNICIPAL**”, cujo objetivo geral é 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.

A pesquisa, conta com a orientação da Profa. A Dra. Edith Maria Batista Ferreira. Sua participação nessa pesquisa é uma opção, você pode não aceitar participar ou desistir em qualquer fase desta, a qualquer momento, sob qualquer condição, sem nenhuma penalização ou prejuízo em sua relação com a pesquisadora ou com qualquer instituição envolvida.

Nome:

Idade:

Tempo de experiência na educação:

Escola que atua:

Turma que trabalha:

Formação inicial:

1. Há quanto tempo você trabalha como professora da educação infantil?
2. Você já experimentou algum tipo de adoecimento físico ou emocional relacionado ao seu trabalho como professora? Se sim, poderia dizer qual foi o adoecimento e descrever brevemente como ele se manifestou?

3. Você já procurou algum tipo de acompanhamento profissional (psicólogo, terapeuta, psiquiatra) para lidar com as demandas do seu trabalho?
4. Quais os principais fatores que você acredita contribuir para o adoecimento docente na educação infantil?
5. Qual a frequência com que você se sente sobrecarregada com suas responsabilidades como professora. Por exemplo, nunca, raramente, às vezes, frequentemente, sempre? Por quê?
6. Quais os principais desafios que você enfrenta em seu trabalho diário que afetam ou podem afetar a sua saúde mental?
7. Em sua opinião, como a gestão escolar e a SEMED poderiam contribuir para prevenir o adoecimento dos professores?
8. Quais medidas e cuidados você adota para o seu bem-estar?

APENDICE B- QUESTIONÁRIO ONLINE PARA AS PROFESSORAS

04/03/2025, 12:46

Pesquisa de campo da Universidade Federal do Maranhão

Pesquisa de campo da Universidade Federal do Maranhão

pesquisa de campo sobre o Adoecimento docente na educação Infantil: perspectivas e desafios em uma escola da rede municipal de São Luis

**.Indica uma pergunta obrigatória*

1. **Nome:** *

Idade:

Tempo de experiência na educação:

Escola que atua:

Turma que trabalha:

Formação inicial:

2. 1.Há quanto tempo você trabalha como professora da educação infantil?

3. 2. Você já experimentou algum tipo de adoecimento físico ou emocional relacionado ao seu trabalho como professora? Se sim, poderia dizer qual foi o adoecimento e descrever brevemente como ele se manifestou?

4. 3. Você já procurou algum tipo de acompanhamento profissional (psicólogo, terapeuta, psiquiatra) para lidar com as demandas do seu trabalho?

5. 4. Quais os principais fatores que você acredita contribuírem para o adoecimento docente na educação infantil?

6. 5.Qual a frequência com que você se sente sobrecarregada com suas responsabilidades como professora. Por exemplo, nunca, raramente, às vezes, frequentemente, sempre? Por quê?

7. 6. Quais os principais desafios que você enfrenta em seu trabalho diário que afetam ou podem afetar a sua saúde mental?

8. 7.Em sua opinião, como a gestão escolar e a SEMED poderiam contribuir para prevenir o adoecimento dos professores?

04/03/2025, 12:46

Pesquisa de campo da Universidade Federal do Maranhão

9. 8.Quais medidas e cuidados você adota para o seu bem estar? *

Este conteúdo não foi criado nem aprovado pelo Google.

Google Formulários