

**A SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR COMO FATOR ESSENCIAL PARA A
APRENDIZAGEM DOS ALUNOS NA EDUCAÇÃO BÁSICA
TEACHER MENTAL HEALTH AS AN ESSENTIAL FACTOR FOR STUDENT
LEARNING IN BASIC EDUCATION**

¹ Naysia Alves Figueiras

² Gisele Maria de Sousa

³ Vania Aparecida Santos da Silva

⁴ Allisson Esdras Fernandes de Oliveira

RESUMO

A saúde mental do professor constitui um fator determinante para a qualidade do processo educativo, impactando diretamente o desempenho, a motivação e o desenvolvimento integral dos alunos. No Brasil, a intensificação do adoecimento psíquico entre docentes da educação básica tem se mostrado um desafio crescente, caracterizado pelo aumento de casos de estresse, ansiedade, depressão e síndrome de burnout. Este artigo discute a relação entre saúde mental docente e aprendizagem, com ênfase na importância da Psicologia Escolar como área estratégica na promoção de bem-estar, prevenção de adoecimentos e mediação de políticas de cuidado no ambiente escolar. A

¹ Mestra em Gestão em Serviços de Saúde e Enfermagem pela Universidade Federal de São João del-Rei. Especialista em Docência para o Ensino Superior pelo Instituto Mineiro de Educação Superior. Graduada em Enfermagem pela Faculdade Presidente Antônio Carlos de Governador Valadares – MG (UNIPAC – GV). E-mail: naysiaenf34@gmail.com

² Doutora em educação pela Universidad Tecnológica Intercontinental (UTIC). Mestre em Saúde Pública pela Universidad Americana (UA). Graduada em Enfermagem pela Universidade Vale do Rio Doce (UNIVALE). E-mail: professoragisele30@gmail.com

³ Doutoranda em Ciências da Educação pela Universidade Tecnológica Intercontinental (UTIC). Mestre em Ciências da Educação pela Universidad Tecnológica Intercontinental (UTIC). Especialista em Psicopedagogia pela Universidade Castelo Branco. Graduada em Normal Superior pela Universidade Presidente Antônio Carlos. Graduada em licenciatura Plena em Pedagogia pelo Instituto de Educação Superior Ibituruna. Bacharel em Teologia pela Faculdade de Teologia Hokemãh. E-mail: p.vaniasantos@smesb.com.br

⁴ Doutor em Ciências da Educação pela Universidade Tecnológica Intercontinental (UTIC). Mestre em Educação e Diversidade (MPED) pela Universidade do Estado da Bahia (UNEB). Especialista em Estudos Linguísticos e Literários (UNEB). Especialista em Educação Ambiental, Biodiversidade e Cultura Regional (UNEB). Especialista em Alfabetização e Letramento pela Faculdade São Salvador. Especialista em Gestão Educacional pela Faculdade São Salvador. Especialista em Língua Brasileira de Sinais – LIBRAS pela Universidade Cândido Mendes. Especialista em Tutoria em Educação a Distância e Docência no Ensino Superior pela Faculdade Porto União. Graduado em Letras Vernáculas e Literaturas pela UNEB. Graduado em Letras com Inglês pelo UNAR. E-mail: Allissonesdras@gmail.com

pesquisa foi conduzida por meio de revisão bibliográfica narrativa, com seleção de estudos nacionais publicados entre 2019 e 2024, abrangendo artigos científicos, revisões sistemáticas e relatórios institucionais que abordam saúde mental de professores, impactos no desempenho discente e estratégias de intervenção em contextos escolares. A análise concentrou-se na identificação de fatores de risco e proteção, práticas de promoção da saúde docente e implicações para a aprendizagem dos alunos. Os resultados indicam que professores com melhores condições emocionais apresentam maior capacidade de engajamento pedagógico, habilidades de mediação de conflitos, melhor gestão da sala de aula e criação de ambientes de aprendizagem mais acolhedores e inclusivos. Além disso, ressalta-se que a Psicologia Escolar desempenha papel central na implementação de programas de suporte emocional, orientação profissional e estratégias institucionais de cuidado. Conclui-se que a saúde mental docente deve ser compreendida como elemento estrutural da educação e um pré-requisito para a aprendizagem significativa dos alunos, reforçando a necessidade de políticas públicas integradas, ações preventivas contínuas e valorização do professor como agente essencial na promoção de ambientes escolares saudáveis e produtivos.

Palavras-chave: Saúde mental. Professores. Aprendizagem. Psicologia escolar. Educação básica.

ABSTRACT

Teacher mental health constitutes a determining factor for the quality of the educational process, directly impacting students' performance, motivation, and holistic development. In Brazil, the intensification of psychological distress among basic education teachers has emerged as an increasing challenge, characterized by rising cases of stress, anxiety, depression, and burnout syndrome. This article discusses the relationship between teacher mental health and learning, emphasizing the importance of School Psychology as a strategic field in promoting well-being, preventing mental health issues, and mediating care policies within the school environment. The research was conducted through a narrative literature review, selecting national studies published between 2019 and 2024, including scientific articles, systematic reviews, and institutional reports addressing teacher mental health, impacts on student performance, and intervention strategies in school contexts. The analysis focused on identifying risk and protective factors, practices for promoting teacher well-being, and implications for student learning. The results indicate that teachers with better emotional conditions demonstrate greater pedagogical engagement, conflict mediation skills, improved classroom management, and the creation of more welcoming and inclusive learning environments. Furthermore, it is highlighted that School Psychology plays a central role in implementing emotional support programs, professional guidance, and institutional care strategies. It is concluded that teacher mental health should be understood as a structural element of education and a prerequisite for meaningful student learning, reinforcing the need for integrated public policies, ongoing preventive actions, and the recognition of teachers as essential agents in promoting healthy and productive school environments.

Keywords: Mental health. Teachers. Learning. School psychology. Basic education.

1 INTRODUÇÃO

A saúde mental dos professores tem adquirido centralidade no debate educacional contemporâneo, sobretudo no Brasil, onde condições precárias de trabalho, desvalorização profissional, baixos salários, sobrecarga de funções e violência escolar intensificam o sofrimento psíquico docente. Estudos recentes evidenciam que o mal-estar no trabalho compromete não apenas a qualidade de vida do educador, mas também os processos de ensino-aprendizagem, já que a dimensão emocional é indissociável da prática pedagógica (Mendes; Duarte, 2021)

No contexto da educação básica, o professor é figura-chave na formação acadêmica e socioemocional dos estudantes. Um docente emocionalmente saudável tende a apresentar maior disponibilidade afetiva, postura colaborativa e flexibilidade na condução das atividades escolares. Em contrapartida, o adoecimento mental impacta negativamente a gestão da sala de aula, a motivação para o ensino e a construção de vínculos pedagógicos. Assim, torna-se urgente compreender a saúde mental docente não como um problema individual, mas como questão coletiva e institucional (Oliveira; Moura, 2020).

Nesse cenário, a Psicologia Escolar emerge como área de intervenção privilegiada, atuando na promoção de saúde, na mediação de conflitos e no desenvolvimento de estratégias preventivas. O presente artigo tem como objetivo analisar a saúde mental do professor como fator essencial para a aprendizagem dos alunos, destacando a contribuição da Psicologia Escolar na construção de um ambiente educativo saudável e humanizado.

2 MÉTODO

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão de literatura de natureza qualitativa. Foram selecionados artigos científicos brasileiros publicados entre 2019 e 2024 em bases como SciELO, LILACS e periódicos especializados em Psicologia, Educação e Saúde Coletiva. A análise considerou três eixos principais: (1) condições de

saúde mental dos professores; (2) impactos do adoecimento docente no processo de aprendizagem dos alunos; e (3) contribuições da Psicologia Escolar na promoção de saúde e qualidade educacional. O corpus textual foi analisado por meio da técnica de revisão narrativa, buscando articular evidências empíricas recentes com reflexões teóricas sobre o tema.

3 REVISÃO DE LITERATURA

Pesquisas brasileiras recentes demonstram que a saúde mental dos professores influencia diretamente a aprendizagem dos alunos. Estudos apontam que docentes que apresentam níveis elevados de estresse, ansiedade e sintomas depressivos tendem a ter maior dificuldade em planejar aulas criativas, adotar metodologias ativas e estabelecer vínculos afetivos com os estudantes. Esse quadro repercute em ambientes escolares mais tensos, com menor engajamento discente e queda no desempenho acadêmico (Silva & Rodrigues, 2021; Santos et al., 2023).

Outro aspecto relevante refere-se à síndrome de burnout, caracterizada pelo esgotamento emocional, despersonalização e redução da realização profissional. Ramos e Lima (2022) identificaram prevalência significativa de burnout em professores da rede pública, associada a sobrecarga de trabalho, turmas superlotadas e falta de apoio institucional. Esse adoecimento repercute de maneira direta na aprendizagem, uma vez que professores em estado de exaustão emocional apresentam menor capacidade de mediação pedagógica, menor tolerância a situações de conflito e maior tendência ao absenteísmo.

No âmbito das intervenções, a Psicologia Escolar tem sido apontada como uma das principais áreas capazes de mediar estratégias de cuidado e promoção de saúde. Pesquisas recentes destacam que a presença de psicólogos escolares contribui para a criação de espaços de escuta, apoio emocional aos professores e desenvolvimento de programas de educação socioemocional integrados ao currículo. Tais práticas favorecem não apenas o bem-estar dos docentes, mas também a aprendizagem dos alunos, ao estimular ambientes mais acolhedores e colaborativos (Oliveira & Moura, 2020; Pereira & Costa, 2024).

A literatura nacional também ressalta a necessidade de compreender a saúde mental docente como questão estrutural e não apenas individual. Isso significa reconhecer que políticas educacionais e condições de trabalho interferem diretamente no equilíbrio emocional dos professores. Nesse sentido, Mendes et al. (2021) enfatizam a importância de políticas públicas voltadas à valorização docente, ao fortalecimento da rede de apoio e à criação de programas institucionais de promoção de saúde mental. Ao mesmo tempo, estudos mostram que iniciativas locais, quando articuladas com serviços de saúde e estratégias de formação continuada, têm obtido resultados positivos na melhoria do clima escolar e na redução de indicadores de sofrimento psíquico entre professores.

Por fim, destaca-se que a Psicologia Escolar desempenha papel estratégico ao articular os diferentes atores envolvidos no processo educativo — professores, alunos, gestores, famílias e profissionais de saúde — promovendo uma abordagem integrada de cuidado. A saúde mental do professor, nesse contexto, deve ser entendida como fator essencial para que os estudantes tenham acesso a uma aprendizagem significativa, que envolva não apenas o domínio cognitivo, mas também o desenvolvimento socioemocional.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A saúde mental dos professores é condição essencial para o sucesso do processo educativo, influenciando de forma decisiva o engajamento, a motivação e a aprendizagem dos alunos. O adoecimento psíquico docente não pode ser tratado como uma responsabilidade individual, mas como consequência de condições estruturais de trabalho, das políticas educacionais e da valorização social da profissão.

Neste cenário, a Psicologia Escolar se apresenta como campo indispensável para compreender e intervir nesse fenômeno, atuando tanto na prevenção quanto na promoção de saúde. Ao oferecer espaços de escuta, apoiar o desenvolvimento socioemocional e fortalecer as relações interpessoais no ambiente escolar, a Psicologia contribui para que a escola se torne um espaço saudável e propício à aprendizagem.

Conclui-se que investir em políticas públicas que promovam o bem-estar docente e assegurem condições adequadas de trabalho significa investir diretamente na

qualidade da educação. Assim, a saúde mental do professor deve ser reconhecida como pilar central da prática pedagógica e como fator essencial para garantir o direito à aprendizagem plena dos estudantes.

REFERÊNCIAS

MENDES, R. P.; SILVA, A. C.; DUARTE, F. L. **Condições de trabalho docente e saúde mental**: desafios para a educação básica. *Revista Brasileira de Educação*, v. 26, n. 1, p. 1-15, 2021.

OLIVEIRA, T. S.; MOURA, L. F. **Psicologia escolar e promoção da saúde mental de professores**: um estudo em escolas públicas brasileiras. *Psicologia Escolar e Educacional*, v. 24, n. 2, p. 1-10, 2020.

PEREIRA, J. F.; COSTA, M. R. **Estratégias de cuidado psicológico no ambiente escolar**: impactos na aprendizagem dos alunos. *Cadernos de Psicologia e Educação*, v. 32, n. 1, p. 45-62, 2024.

RAMOS, D. K.; LIMA, E. M. **Burnout em professores da educação básica**: prevalência e fatores associados. *Revista de Saúde Coletiva*, v. 17, n. 3, p. 88-104, 2022.

SANTOS, A. P.; FERREIRA, C. L.; BARBOSA, G. N. **Saúde mental docente e aprendizagem discente**: um estudo em escolas públicas brasileiras. *Revista Psicologia: Teoria e Prática*, v. 25, n. 1, p. 121-138, 2023.

SILVA, J. M.; RODRIGUES, F. A. **Estresse ocupacional e desempenho docente**: repercussões na aprendizagem dos estudantes. *Revista Psicologia em Pesquisa*, v. 15, n. 2, p. 55-72, 2021.