



Atividade voluntária em pesquisa

Saúde mental dos professores e possibilidades de intervenções: uma revisão da literatura.

FPTProfe

Autores: Acadêmica: Isadora Camana Ditadi. Professora orientadora: Silvana Regina Ampessan Marcon

INTRODUÇÃO / OBJETIVO

Embora a profissão de docente possa enriquecer o indivíduo, também pode gerar prejuízos para a saúde mental (Lopes; Novais, 2023). Estresse e sobrecarga de trabalho destacam-se como fatores preditivos para o surgimento de transtornos mentais. Além disso, essa é uma profissão marcada por diversos desafios que podem impactar na saúde mental (Trevisan, 2024). O objetivo deste estudo é identificar os desafios enfrentados pelos professores bem como as intervenções que podem ser efetivadas no contexto do trabalho docente.

MÉTODO

O presente estudo é uma Revisão integrativa de literatura, de caráter descritivo e exploratório. Foi utilizada a base de dados Scopus e os descritores utilizados foram “mental health” and “Teachers”. Inicialmente, a busca resultou em 65 artigos e após a leitura e análise 33 artigos foram selecionados.

RESULTADOS OU RESULTADOS ESPERADOS

A partir dos estudos analisados, sintomas de depressão, ansiedade e estresse foram identificados como relevantes em professores (Fang et al., 2023).

Outro ponto relevante foi a pandemia do COVID-19 que surgiu como aspecto impactante na vida dos docentes, trazendo consigo sentimentos de sobrecarga, depressão e infelicidade (Orrego, 2024). O apoio social foi identificado como fator de proteção, estando relacionado a redução de sintomas psicopatológicos (Ahmed, 2023; Gadermann et al., 2023; Sackey et al., 2023). Entre as possíveis intervenções a serem realizadas no contexto de trabalho, pode-se citar, o espaço de compartilhamento de saberes (Pinho; Freitas; Patrão, 2023).

RESULTADOS OU RESULTADOS ESPERADOS

Além disso, podem ser desenvolvidas ações com foco no indivíduo para desenvolvimento de hábitos saudáveis (Luo et al., 2024), bem como o mindfulness (Beames et al., 2023; Janssen et al., 2023; Corthorn et al., 2024) foram destacados como importantes.



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por fim, conclui-se que a saúde mental dos professores precisa ser entendida como uma questão relevante a ser trabalhada. Foi observado uma prevalência de sintomas de sofrimento psíquico; por esse motivo, é fundamental realizar ações voltadas ao bem-estar dos professores, como, ampliação dos espaços de escuta, valorização profissional e melhores condições de trabalho, a fim de possibilitar o cuidado à saúde mental e consequentemente, uma maior qualidade do ensino ofertado.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AHMED, G. H. A. Special education teachers' mental health after reopening schools during COVID-19. *PLoS ONE*, v. 18, n. 5, 2023.
- BEAMES, J. R. et al. Intervention programs targeting the mental health, professional burnout, and/or well-being of school teachers: systematic review and meta-analysis. *Educ. Psychol. Rev.*, v. 35, 2023.
- CALVET, J. M. et al. Impact of work schedule characteristics on teacher mental health and burnout symptoms while remote working. *Amer. Journ. of Ind. Med.*, v. 66, n. 10, p. 984-995, 2023.
- CORTHORN, C. et al. Mindfulness, teacher mental health, and well-being in early education: a correlational study. *BMC Psychol.*, v. 12, 2024.
- FANG, G. et al. Mental health of primary and secondary school teachers in the remote mountain areas. *Medicina*, v. 59, n. 5, p. 971, 2023.
- JANSEN, N. M. et al. Effects of mindfulness-based stress reduction and an organizational health intervention on Dutch teachers' mental health. *Health Prom. Int.*, v. 38, n. 3, 2023.
- GADERMANN, A. M. et al. Teacher mental health and/or teacher well-being in a global crisis: Learning from challenges and supports identified by teachers one year into the COVID-19 pandemic in British Columbia, Canada. *PLoS ONE*, v. 18, n. 8, 2023.
- LOPES, L. A. S.; NOVAIS, L. F. Estudo de conhecimento sobre saúde mental dos professores na educação básica. *Revista Anebira*, v. 10, n. 10, p. 24-47, 2023.
- LUO, P. et al. Mental health status and influencing factors of retired teachers. *Front. in Public Health*, v. 12, 2024.
- ORREGO, V. B. Impacto del COVID-19 en la salud mental de los docentes chilenos. *Psique*, v. 33, n. 1, 2024.
- PINHO, P. S. et al. Occupational stress, mental health, and gender among higher education teachers: an integrative review. *Salud e Sociedade*, v. 32, n. 4, 2023.
- SACKEY, E. T. et al. Disaster exposure and mental health among Puerto Rican teachers after Hurricane Maria. *J. Trauma Stress*, v. 36, p. 1066-1076, 2023.
- TREVISAN, J. C. O trabalho docente e a saúde mental dos professores do ensino fundamental. *Eventos Pedagógicos*, v. 15, n. 3, p. 1088-1097, 2024.

APOIO