

EDUCAÇÃO E SAÚDE MENTAL: FOCO NA SAÚDE MENTAL DOS PROFESSORES DA REDE BÁSICA

Crislaine Aparecida Pita¹

Joyce Heloisa Pita²

Taila Cristina Pita³

¹Doutorado em Educação – Universidade Estadual de Maringá, crislainepita00@gmail.com

²Enfermagem – Universidade Estadual de Maringá, joycepita2019@gmail.com

³Psicologia – Universidade Cesumar, taila_psico@hotmail.com

Introdução: A saúde mental dos professores da rede básica no Brasil é uma questão de crescente relevância, especialmente considerando as demandas e desafios impostos pela profissão. O estresse e a sobrecarga emocional enfrentados por esses profissionais não só afetam seu bem-estar, mas também têm implicações diretas na qualidade do ensino e no ambiente escolar. A natureza exigente da profissão docente, marcada por longas jornadas, alta carga emocional e condições muitas vezes adversas, agrava essa situação. **Objetivos:** O objetivo deste estudo é analisar a saúde mental dos professores da rede básica, identificando os principais fatores que contribuem para o estresse e o burnout. Busca-se também avaliar o impacto dessas condições no bem-estar dos docentes e explorar estratégias e intervenções que possam melhorar a saúde mental e a qualidade de vida desses profissionais. **Metodologia:** O estudo se baseia na teoria de Karl Marx sobre o impacto do capitalismo no trabalho e nas condições de estresse enfrentadas pelos professores, bem como na pesquisa de Andrade e Ribeiro (2020) sobre intervenções para melhorar a saúde mental dos docentes. **Resultados:** Karl Marx, em sua análise crítica do capitalismo, abordou o impacto do excesso de trabalho sobre os indivíduos, argumentando que o sistema capitalista impõe uma carga de trabalho excessiva, que compromete a saúde e o bem-estar dos trabalhadores. Marx (1867) afirmava que o trabalho sob o capitalismo não apenas exauria a energia dos indivíduos, mas também os alienava do próprio processo de trabalho e dos frutos de seu labor. Essa alienação e exploração exacerbadas são particularmente evidentes na profissão docente, onde as condições de trabalho frequentemente são marcadas por sobrecarga e falta de reconhecimento, fatores que contribuem para o estresse e o burnout entre os professores. No contexto brasileiro, estudos empíricos corroboram essa perspectiva, mostrando que os

professores da rede básica enfrentam altos níveis de estresse e exaustão. Pesquisa realizada por Andrade e Ribeiro (2020) indicou que intervenções que incorporam práticas de mindfulness e suporte emocional têm mostrado eficácia na redução dos níveis de estresse e na melhoria do bem-estar dos professores. Essa pesquisa destaca a necessidade urgente de políticas e práticas que visem reduzir o estresse e promover o bem-estar dos professores. **Conclusão:** Para mitigar esses desafios, é fundamental a implementação de estratégias de suporte psicológico e intervenções voltadas para a saúde mental. Andrade e Ribeiro (2020) demonstraram que programas de intervenção, como aqueles que incorporam práticas de mindfulness e suporte emocional, são eficazes na redução dos níveis de estresse e na melhoria do bem-estar dos professores. Além disso, a criação de ambientes de trabalho mais colaborativos e a promoção de uma cultura de apoio institucional são medidas essenciais para enfrentar esses desafios e proporcionar um ambiente escolar mais saudável. Em conclusão, a saúde mental dos professores da rede básica deve ser uma prioridade nas políticas educacionais. Investir na saúde mental dos docentes, promovendo suporte psicológico e melhorando as condições de trabalho, é crucial para garantir tanto o bem-estar dos profissionais quanto a qualidade do ensino. Este estudo sublinha a importância de uma abordagem integrada e eficaz para abordar esses desafios, refletindo a necessidade de mudanças estruturais que considerem as críticas de Marx ao capitalismo e suas implicações para a profissão docente.

Palavras-Chaves: Educação; Escola; Docência; Saúde mental.