

Teacher Health and Working Conditions: Challenges and Perspectives for Teacher Well-being

*Creuza Monteiro Pilar¹ ;
Antonio Marlos Duarte de Melo²;
Ginete Cavalcante Nunes³;
Raimundo Edilberto Moreira Lopes⁴*

Abstract: This article discusses the relationship between teacher health and working conditions in the contemporary educational context. The emotional, physical, and cognitive demands imposed by the profession have led to an increase in cases of stress, burnout, and other illnesses related to work overload. The analysis highlights the importance of public policies aimed at valuing teachers, promoting health, and improving working conditions in schools. The research is based on authors such as Codo (2006), Esteve (1999), and Tardif (2002), who reflect on teacher illness and the challenges of pedagogical practice. It concludes that caring for the educator's health is essential to guarantee a quality and humanized education.

Keywords: Teacher health; Working conditions; Teacher valuation; Education.

¹ Doutora em Ciências da Educação pelo Centro Federal de Educação e Tecnologia de Minas- CEFET- MG . E-mail: monteiro_creuz@hotmai.com;

² Médico oncologista pelo Hospital Português da Bahia. Mestre e Doutorando em Ciências da Saúde pela Universidade Federal da Bahia (UFBA). Atualmente, atua nas Unidades de Alta Complexidade em Oncologia de Petrolina (Hospital Dom Tomás) e de Juazeiro-BA (Hospital Regional de Juazeiro). <https://orcid.org/0000-0001-7874-8674>. marlos_duarte@outlook.com;

³ Doutora em Letras pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte- UERN. Cursa Mestrado Profissional em Filosofia pelo IF Sertão PE- Instituto Federal de Educação do Sertão Pernambucano- IF Sertão PE. E-mail: ginetecavalcante@gmail.com ORCID: 0000-0001-6006-9702

⁴ Mestre e Doutor em Ciências da Educação pela Universidad San Carlos. Especialista em Química e Biologia pela Universidade Regional do Cariri - URCA; Especialista em Gestão Escolar pela Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC; Graduado em Pedagogia pela Universidade Estadual Vale do Acaraú - UVA; Graduado em Ciências/Química e Biologia pela Universidade Estadual do Ceará - UECE. E-mail: raimundo.lopes@prof.ce.gov.br.

Saúde do Professor e Condições de Trabalho: Desafios e Perspectivas para o Bem-Estar Docente

Resumo: This article discusses the relationship between teacher health and working conditions in the contemporary educational context. The emotional, physical, and cognitive demands imposed by the profession have led to an increase in cases of stress, burnout, and other illnesses related to work overload. The analysis highlights the importance of public policies aimed at valuing teachers, promoting health, and improving working conditions in schools. The research is based on authors such as Codo (2006), Esteve (1999), and Tardif (2002), who reflect on teacher illness and the challenges of pedagogical practice. It concludes that caring for the educator's health is essential to guarantee a quality and humanized education.

Palavras-chave: Saúde do professor; Condições de trabalho; Valorização docente; Educação.

Introdução

A docência é uma das profissões mais nobres e, ao mesmo tempo, mais desafiadoras da sociedade contemporânea. O professor desempenha papel essencial na formação humana, social e intelectual das novas gerações, sendo um mediador entre o conhecimento e a transformação social. No entanto, o exercício da profissão docente tem se mostrado cada vez mais exigente e vulnerável, sobretudo diante das mudanças nas políticas educacionais, da intensificação do trabalho e da precarização das condições de ensino. Esse cenário tem impactado diretamente a saúde física e mental dos educadores, tornando o debate sobre o bem-estar docente uma pauta urgente e necessária.

Ao longo das últimas décadas, observa-se o aumento de casos de adoecimento entre professores, o que se relaciona não apenas a fatores individuais, mas, sobretudo, às condições estruturais e organizacionais do trabalho docente. Jornadas extensas, múltiplas turmas, baixos salários, falta de reconhecimento social, carência de recursos pedagógicos e pressões constantes por resultados são elementos que compõem o cotidiano de muitos educadores brasileiros. Segundo Esteve (1999), o chamado “mal-estar docente” reflete as contradições do sistema educacional e o modo como a profissão tem sido desvalorizada e sobrecarregada, gerando impactos profundos na saúde emocional e na motivação dos professores.

Além disso, a globalização, o avanço tecnológico e as novas demandas educacionais trouxeram complexidades adicionais à prática pedagógica. O professor contemporâneo precisa lidar com a diversidade cultural das salas de aula, com a inclusão de alunos com diferentes necessidades, com a cobrança por inovação metodológica e com a escassez de apoio institucional. Codo (2006) enfatiza que o ato de ensinar é um trabalho emocionalmente intenso, pois envolve não apenas o domínio de conteúdos, mas também o manejo de afetos, frustrações e relações interpessoais complexas.

Diante desse contexto, a saúde do professor não pode ser tratada como uma questão isolada ou meramente biológica. Ela está intrinsecamente ligada às condições de trabalho, à valorização profissional e à forma como as instituições educacionais organizam seus ambientes e práticas. A precarização das condições de trabalho — marcada pela sobrecarga, insegurança e falta de reconhecimento — compromete o equilíbrio emocional e físico do docente, refletindo-se diretamente na qualidade do ensino e nas relações estabelecidas com os alunos.

Assim, discutir a saúde do professor é discutir também as políticas públicas de educação, as práticas de gestão escolar e o papel social atribuído à docência. É compreender que o bem-estar docente constitui um direito humano fundamental e um elemento estruturante da educação de qualidade. Cuidar de quem ensina significa investir em uma escola mais humana, empática e acolhedora — onde o conhecimento floresce em um ambiente de respeito e dignidade.

Portanto, este artigo tem como objetivo refletir sobre a relação entre saúde do professor e condições de trabalho, destacando os principais desafios enfrentados pela categoria e apontando caminhos possíveis para a valorização e promoção do bem-estar docente. A partir de uma abordagem teórica e reflexiva, busca-se contribuir para o fortalecimento de uma cultura educacional que reconheça o professor como sujeito integral — alguém que ensina, mas também sente, sofre e precisa ser cuidado.

O Trabalho Docente e sua Complexidade

A docência é uma das profissões mais complexas e desafiadoras da contemporaneidade, pois transcende a simples transmissão de conteúdos e se configura como uma prática social, ética, política e afetiva. Ensinar é um ato que envolve compreender

o outro, dialogar com realidades diversas e, sobretudo, formar sujeitos críticos e conscientes de seu papel no mundo. O professor, nesse contexto, torna-se um mediador de saberes, emoções e valores — um profissional que atua na construção do conhecimento e também na formação humana.

Como destaca Tardif (2002), o saber docente é constituído por um conjunto de conhecimentos práticos, experienciais e teóricos, elaborados ao longo da carreira e constantemente ressignificados pelas experiências cotidianas. Esse saber não se reduz ao domínio técnico ou acadêmico; ele é construído na e pela prática, através da interação com os alunos, com os colegas e com o ambiente escolar. Em outras palavras, o professor é um sujeito que aprende continuamente, pois sua atuação exige uma formação permanente, capaz de responder às rápidas transformações sociais, tecnológicas e culturais que marcam o tempo presente.

No entanto, essa pluralidade de exigências imposta à profissão docente tem se tornado uma fonte crescente de tensão e sofrimento. O professor contemporâneo é chamado a exercer múltiplos papéis dentro e fora da sala de aula: é educador, conselheiro, psicólogo, gestor, mediador de conflitos, articulador de projetos e, muitas vezes, figura de referência emocional para seus alunos. Essa multiplicidade de funções, que deveria ser compartilhada por uma rede de apoio institucional, acaba recaindo sobre o docente, que frequentemente atua sem as condições materiais e simbólicas necessárias para desempenhar todas essas tarefas com equilíbrio e bem-estar.

De acordo com Nóvoa (1992), a profissão docente vive uma “crise de identidade”, marcada por contradições entre o ideal educativo e as condições concretas de trabalho. A sociedade atribui ao professor uma responsabilidade quase total pela formação das novas gerações, mas, ao mesmo tempo, nega-lhe reconhecimento, autonomia e valorização. Essa tensão permanente entre missão e desvalorização reflete-se em altos índices de esgotamento físico e mental, síndrome de burnout, ansiedade e depressão entre profissionais da educação.

A docência é, portanto, uma profissão emocionalmente exigente, na qual o envolvimento afetivo é inevitável e necessário. Como afirma Codo (2006), o trabalho do professor é um verdadeiro “trabalho de amor”, pois exige empatia, paciência e dedicação constante. No entanto, esse investimento emocional, embora essencial ao processo educativo, muitas vezes não é reconhecido nem cuidado. O resultado é uma sobrecarga afetiva que, somada às demandas burocráticas e às pressões por resultados, coloca em risco a saúde mental e o sentido da profissão.

É importante compreender que a afetividade, longe de ser um elemento secundário, constitui o núcleo da prática docente. A capacidade de criar vínculos, compreender o aluno e lidar com a diversidade de comportamentos e ritmos de aprendizagem exige do professor uma sensibilidade que vai além do conhecimento técnico. Quando essa dimensão é desconsiderada pelas políticas educacionais, o trabalho do docente se fragmenta, e sua identidade profissional enfraquece.

Assim, refletir sobre a docência implica reconhecer que o professor não é apenas um transmissor de saberes, mas um ser humano que sente, pensa e se transforma junto com seus alunos. Valorizar essa dimensão humana é condição fundamental para garantir não apenas a qualidade da educação, mas também a saúde e a dignidade daqueles que a tornam possível.

Condições de Trabalho e Adoecimento Docente

As condições de trabalho exercem influência direta na saúde e na qualidade de vida dos professores. A literatura especializada destaca que a precarização das estruturas escolares, a falta de recursos didáticos, o excesso de alunos por turma e a burocratização das tarefas administrativas são fatores que ampliam o estresse ocupacional (Lipp; Tanganelli, 2002). Além disso, o acúmulo de vínculos empregatícios, a insegurança laboral e os baixos salários obrigam muitos docentes a trabalharem em tempo integral, comprometendo o descanso e o equilíbrio pessoal.

O adoecimento docente pode manifestar-se de diversas formas: exaustão física, ansiedade, depressão, síndrome de burnout e outros distúrbios psicossociais. A síndrome de burnout, em especial, tem sido objeto de crescente atenção na literatura educacional. Segundo Maslach e Leiter (1999), trata-se de uma resposta crônica ao estresse ocupacional, caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional. No contexto escolar, o burnout resulta da sobrecarga de trabalho, da falta de apoio institucional e da percepção de que o esforço do professor não é devidamente reconhecido.

Estudos realizados por Esteve (1999) e Codo (2006) reforçam que o “mal-estar docente” não é apenas individual, mas estrutural, decorrente das contradições do sistema educacional. O professor vive entre o ideal pedagógico de formar cidadãos críticos e a realidade de uma escola submetida a avaliações padronizadas, metas burocráticas e carência de condições materiais. Essa tensão permanente gera frustração e sentimento de impotência, impactando a saúde e o engajamento profissional.

Outro fator agravante é a violência simbólica e, em alguns casos, física presente nas escolas. O desrespeito por parte de alunos, famílias e até da gestão escolar, associado à ausência de políticas de apoio psicológico, reforça o isolamento do professor e sua sensação de desvalorização. Para Hargreaves (1994), a profissão docente vive uma “intensificação do trabalho”, marcada pela perda de autonomia, pelo aumento da vigilância e pela sobrecarga emocional — características típicas das sociedades neoliberais e da lógica produtivista aplicada à educação.

Políticas Públicas e Valorização da Saúde do Professor

A discussão sobre saúde docente deve ser compreendida também à luz das políticas públicas. A Constituição Federal de 1988 e a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB nº 9.394/1996) reconhecem o professor como elemento central do processo educacional, garantindo-lhe o direito à valorização profissional e a condições dignas de trabalho. No entanto, o cumprimento efetivo dessas garantias ainda é limitado. A carência de programas voltados à saúde do trabalhador da educação evidencia uma lacuna nas políticas educacionais brasileiras.

Segundo Gatti (2010), a valorização docente não se resume ao aumento salarial, mas envolve um conjunto de dimensões: formação inicial e continuada de qualidade, condições adequadas de trabalho, reconhecimento social e suporte institucional. A saúde mental do professor, portanto, deve ser tratada como parte integrante das políticas de valorização, uma vez que o bem-estar emocional é condição essencial para o exercício pleno da docência.

Nos últimos anos, algumas redes de ensino têm implementado programas de atenção psicossocial, acompanhamento terapêutico e formações voltadas ao autocuidado e à gestão emocional. Apesar de avanços pontuais, essas ações ainda são insuficientes diante da amplitude do problema. A Organização Internacional do Trabalho (OIT, 2018) destaca que o cuidado com a saúde mental no ambiente educacional deve ser uma prioridade institucional e coletiva, e não apenas individual.

O fortalecimento de políticas de valorização passa, também, pelo reconhecimento da docência como trabalho intelectual e emocional, que requer tempo para estudo, reflexão e planejamento. Como defende Freire (1996), o ato de ensinar exige tanto rigor científico quanto generosidade humana. Valorizar o professor é, portanto, investir na qualidade da educação e no futuro da sociedade.

Caminhos para o Bem-Estar Docente e a Sustentabilidade Emocional

A promoção da saúde do professor requer uma abordagem integral, que envolva aspectos físicos, psicológicos e sociais. De acordo com Dejours (1992), o trabalho pode ser fonte de prazer e realização quando permite autonomia, reconhecimento e sentido. Assim, repensar o ambiente escolar sob a ótica do cuidado é fundamental para transformar o sofrimento em possibilidade de crescimento.

Entre as estratégias apontadas pela literatura estão:

- a criação de espaços de escuta e diálogo nas escolas;
- o incentivo à formação continuada voltada à saúde emocional e relacional;
- a redução da carga horária e o redimensionamento de turmas;
- o fortalecimento das redes de apoio e acolhimento entre professores;
- e a implementação de políticas de prevenção ao estresse e à síndrome de burnout.

Além disso, é preciso resgatar o sentido humanizador da profissão docente. Para Arroyo (2013), o professor deve ser visto como sujeito histórico, portador de saberes e emoções, cuja dignidade deve ser preservada. A escola que cuida de seus educadores cria um ambiente saudável e inspirador, capaz de refletir positivamente na aprendizagem dos alunos e na construção de relações pedagógicas mais afetivas.

A dimensão ética do cuidado, como destaca Boff (1999), é essencial nesse processo. Cuidar de quem cuida é reconhecer a interdependência entre saúde, afeto e educação. O professor saudável é aquele que se sente valorizado, respeitado e apoiado em sua trajetória — alguém que encontra, em sua prática, motivos para continuar acreditando no poder transformador da educação.

A Saúde do Professor como Compromisso Coletivo

A saúde do professor deve ser entendida como um bem coletivo, um patrimônio que ultrapassa os limites do indivíduo e reflete a qualidade das relações e das estruturas sociais nas quais ele está inserido. Reduzir a responsabilidade pelo bem-estar docente apenas ao campo pessoal é ignorar a complexidade do contexto educacional, marcado, muitas vezes, por sobrecarga de trabalho, pressões institucionais e falta de reconhecimento profissional. A docência é uma atividade profundamente humana e relacional, e, por isso, a saúde do

educador depende de condições que permitam o equilíbrio entre o físico, o emocional e o social.

Garantir esse equilíbrio requer uma ação articulada entre diferentes esferas: o Estado, as secretarias de educação, as escolas, as famílias e a sociedade civil. O poder público deve assegurar políticas de valorização profissional, salários justos, jornadas compatíveis, espaços adequados e programas de prevenção e cuidado à saúde mental dos docentes. Ao mesmo tempo, as escolas precisam desenvolver uma cultura organizacional acolhedora, que promova a cooperação entre os profissionais, o diálogo horizontal e o reconhecimento do trabalho docente como essencial para o desenvolvimento humano e social.

É igualmente importante que a formação continuada inclua dimensões voltadas à saúde e ao autocuidado, capacitando os professores para lidarem com o estresse, a ansiedade e os desafios emocionais que acompanham o cotidiano escolar. A construção de redes de apoio entre colegas, a prática da escuta ativa e o incentivo à partilha de experiências são caminhos para fortalecer o sentimento de pertencimento e reduzir o isolamento que muitos educadores enfrentam.

Quando o professor é visto como um sujeito integral, que pensa, sente e precisa de reconhecimento, a escola se transforma em um ambiente de humanidade e respeito mútuo. Cuidar do professor é cuidar da própria essência da educação, pois é através dele que o conhecimento ganha vida, que os valores são transmitidos e que os estudantes encontram inspiração para aprender.

Assim, a saúde docente deve ser assumida como compromisso coletivo e político, e não apenas como responsabilidade individual. Investir no bem-estar dos professores é investir na qualidade do ensino, na permanência dos profissionais na carreira e, sobretudo, na construção de uma sociedade mais justa e sensível. A valorização da saúde do professor é, portanto, uma forma de reafirmar a esperança como fundamento da prática educativa e a humanidade como essência da escola.

Por fim, é importante compreender que a saúde do professor não é responsabilidade exclusiva do indivíduo. Ela depende de um conjunto de fatores coletivos e institucionais que envolvem gestores, políticas públicas e a sociedade em geral. É dever do Estado garantir condições adequadas de trabalho e políticas de valorização, mas também cabe à comunidade escolar promover relações baseadas no respeito, na escuta e na empatia.

O cuidado com o professor é, em última instância, cuidado com a educação. Quando o educador é visto como sujeito integral (com corpo, mente e emoções), a escola torna-se

espaço de pertencimento, e o ensino se transforma em uma prática de vida. A valorização da saúde docente é, portanto, um investimento na esperança e na permanência da própria humanidade dentro da educação.

Considerações Finais

A análise sobre a saúde do professor e as condições de trabalho evidencia que a docência é uma profissão marcada por contradições profundas: ao mesmo tempo em que é essencial para o desenvolvimento social e humano, é frequentemente negligenciada em suas dimensões mais básicas de valorização e bem-estar. A realidade cotidiana das escolas revela um quadro de sobrecarga emocional, desvalorização profissional e precarização das condições laborais, que impacta diretamente a saúde física e mental dos educadores.

O adoecimento docente, normalmente expresso em sintomas de estresse, ansiedade, depressão e burnout, não pode ser interpretado como problema individual, mas como reflexo de um sistema educacional que, muitas vezes, não reconhece a complexidade do trabalho pedagógico. A ausência de políticas públicas consistentes de apoio à saúde do trabalhador da educação e de condições estruturais adequadas reforça um ciclo de sofrimento que compromete não apenas o professor, mas todo o processo de ensino-aprendizagem.

Ao longo deste estudo, destacou-se que valorizar o professor é cuidar da educação. A promoção da saúde docente deve ser vista como política de Estado, integrando programas de prevenção, formação continuada voltada ao autocuidado e criação de espaços institucionais de escuta e apoio emocional. Para que o professor se mantenha motivado e realizado, é essencial que ele seja reconhecido como sujeito de direitos, portador de saberes e emoções, e não apenas como executor de tarefas pedagógicas.

A construção de uma escola saudável requer, portanto, um olhar coletivo e interdisciplinar. É preciso unir esforços de gestores, governos, famílias e comunidades para promover ambientes de trabalho mais humanos, cooperativos e sustentáveis. Como lembra Paulo Freire (1996), ensinar é um ato de amor e coragem, e esse ato só pode florescer plenamente quando o educador encontra condições de exercer sua profissão com dignidade, equilíbrio e esperança.

Assim, a defesa da saúde do professor é também a defesa de uma educação transformadora, capaz de humanizar, emancipar e gerar sentido. Cuidar do educador é cuidar

da base de toda sociedade. Sem professores saudáveis, não há futuro para a educação e, sem educação, certamente, não há futuro para o país.

Referências

ARROYO, Miguel G. **Ofício de Mestre: Imagens e Autoimagens**. Petrópolis: Vozes, 2013.

BOFF, Leonardo. **Saber Cuidar: Ética do Humano — Compaixão pela Terra**. Petrópolis: Vozes, 1999.

CODO, Wanderley (org.). **Educação: Carinho e Trabalho**. Petrópolis: Vozes, 2006.

DEJOURS, Christophe. **A Loucura do Trabalho: Estudo de Psicopatologia do Trabalho**. 5. ed. São Paulo: Cortez, 1992.

ESTEVE, José Manuel. **O Mal-Estar Docente: A Sala de Aula e a Saúde dos Professores**. Bauru: EDUSC, 1999.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia: Saberes Necessários à Prática Educativa**. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

GATTI, Bernadete A. **Profissão Professor: Valorização e Formação**. São Paulo: UNESCO, 2010.

HARGREAVES, Andy. **Changing Teachers, Changing Times: Teachers' Work and Culture in the Postmodern Age**. London: Cassell, 1994.

LIPP, Marilda E. N.; TANGANELLI, Juliana. **O Estresse do Professor: Causas e Consequências**. Campinas: Papyrus, 2002.

MASLACH, Christina; LEITER, Michael P. **The Truth About Burnout: How Organizations Cause Personal Stress and What to Do About It**. San Francisco: Jossey-Bass, 1999.

NÓVOA, António (org.). **Os Professores e a Sua Formação**. Lisboa: Dom Quixote, 1992.

TARDIF, Maurice. **Saberes Docentes e Formação Profissional**. Petrópolis: Vozes, 2002.

Received on October 26, 2025

Accepted on November 12, 2025

Published on November 30, 2025