



SAÚDE MENTAL DE DOCENTES DOS CURSOS DA ÁREA DA SAÚDE: PREVALÊNCIA DE SINTOMAS ANSIOSOS, FATORES ASSOCIADOS E PROPOSTAS TRANSLACIONAIS

Mental Health of Health Sciences Faculty: Prevalence of Anxiety Symptoms, Associated Factors, and Translational Approaches

RESUMO

Este estudo investigou a saúde mental de docentes dos cursos da área da saúde no Brasil, com foco na prevalência de sintomas ansiosos, fatores associados e estratégias de promoção do bem-estar. Realizou-se uma revisão integrativa da literatura, abrangendo artigos publicados entre 2015 e 2025 nas bases SciELO, LILACS, BDENF e Portal CAPES, incluindo estudos originais em português com dados sobre ansiedade e saúde mental docente, e excluindo revisões, artigos de outras áreas e textos incompletos. Foram selecionados 19 estudos, predominando abordagens quantitativas, que apontaram prevalência de sintomas ansiosos variando entre 28% e 68%, com média de 47%. Entre os fatores associados destacam-se sobrecarga de trabalho, dupla jornada, pressão por produtividade, baixa valorização profissional e ausência de suporte institucional. A pandemia de COVID-19 intensificou esses sintomas, evidenciando a necessidade de políticas institucionais de promoção da saúde mental. Intervenções promissoras incluíram mindfulness, grupos de apoio e oficinas de autocuidado. Conclui-se que a saúde mental dos docentes da área da saúde apresenta elevada vulnerabilidade, e estratégias institucionais baseadas em evidências, aliadas à valorização profissional e suporte psicológico, são essenciais para reduzir sintomas ansiosos e promover bem-estar.

Luana Paula Silva Sobral

Acadêmica do Curso de Enfermagem, UNIFAVIP|Wyden, Caruaru – PE.

Ana Maria Bezerra Barros

Acadêmica do Curso de Enfermagem, UNIFAVIP|Wyden, Caruaru – PE.

Giovanna Rafaelly Mota Garcez Peloso

Enfermeira pelo UNIFAVIP|Wyden, Caruaru – PE, P[os-graduanda em Centro Cirúrgico.

José Cláudio da Silva Junior

Docente UNIFAVIP|Wyden, Mestrando em Ciências com ênfase em Saúde, pelo PPGSDS – UPE, Garanhuns – PE, Pós-graduado em Saúde Pública com ênfase em Vigilância, Saúde Mental, Enfermagem do Trabalho e Enfermagem em Dermatologia, Pós-graduando em Planejamento e Gestão de Serviços de Saúde e Saúde de Povos Indígenas.

Orcid: <https://orcid.org/0009-0006-5148-1299>

PALAVRAS-CHAVES: Ansiedade; Cursos da saúde; Docentes; Ensino superior; Saúde mental.

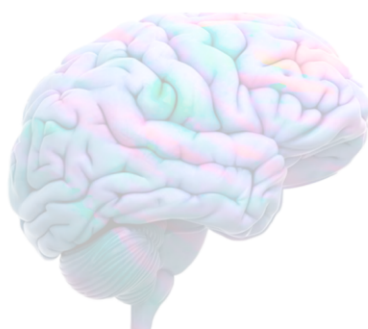


ABSTRACT

***Autor correspondente:**

Joseclaudio.sjunior@upe.br

Recebido em: 21/10/2025
Publicado em: 03/11/2025



This study investigated the mental health of faculty members in health science courses in Brazil, focusing on the prevalence of anxiety symptoms, associated factors, and strategies to promote well-being. An integrative literature review was conducted, covering articles published between 2015 and 2025 in the SciELO, LILACS, BDENF, and CAPES Portal databases. Included were original studies in Portuguese reporting data on anxiety and faculty mental health, while reviews, articles from other fields, and incomplete texts were excluded. Nineteen studies were selected, predominantly quantitative, indicating a prevalence of anxiety symptoms ranging from 28% to 68%, with an average of 47%. Associated factors included workload overload, dual employment, pressure for productivity, low professional recognition, and lack of institutional support. The COVID-19 pandemic intensified these symptoms, highlighting the need for institutional policies to promote mental health. Promising interventions included mindfulness, support groups, and self-care workshops. It is concluded that health science faculty exhibit high vulnerability in terms of mental health, and evidence-based institutional strategies combined with professional recognition and psychological support are essential to reduce anxiety symptoms and promote well-being.

KEYWORDS: Anxiety; Faculty; Health mental; Higher education; Health science courses.



INTRODUÇÃO

A saúde mental de docentes universitários tem ganhado crescente atenção nas últimas décadas, por sua relação direta com a qualidade do ensino, a retenção de profissionais qualificados e a própria sustentabilidade do ambiente acadêmico. Em especial, professores dos cursos da área da saúde (medicina, enfermagem, fisioterapia, odontologia, entre outros) acumulam desafios específicos: além das demandas pedagógicas, muitos mantêm atividades assistenciais, supervisão clínica e responsabilidades de pesquisa, o que impõe uma carga emocional distinta daquela de outras áreas do conhecimento. Essa sobreposição de funções — ensino, cuidado direto ao paciente e produção científica — tende a aumentar a exposição a situações de estresse crônico, desgaste emocional e risco de transtornos como ansiedade e burnout, o que, por sua vez, pode afetar o processo formativo dos estudantes e a segurança do cuidado (Carlotto, 2011).

A pandemia de COVID-19 evidenciou e amplificou vulnerabilidades preexistentes na saúde mental docente. A transição abrupta para o ensino remoto emergencial, a necessidade de dominar novas tecnologias pedagógicas, a sobreposição de horários de trabalho e a insegurança quanto à avaliação e à qualidade do ensino contribuíram para um aumento dos relatos de ansiedade, estresse e sofrimento psíquico entre professores universitários. Estudos de revisão sobre o impacto do ensino remoto no Brasil indicam que, além do medo relacionado à pandemia, as mudanças nas rotinas laborais foram determinantes para a intensificação de transtornos mentais comuns na população docente (Silva; Lima Júnior; Angelo, 2022).

No campo dos cursos da saúde, a literatura brasileira registra prevalência relevante de esgotamento profissional (burnout) e de sintomas ansiosos entre os docentes. Pesquisas com professores médicos e docentes de cursos da saúde apontam níveis elevados de exaustão emocional e de despersonalização, dimensões centrais do burnout, associadas à jornada de trabalho intensa, aos conflitos entre atividades didáticas e assistenciais e à pressão por produtividade científica. Além do impacto sobre o bem-estar individual, o burnout docente está associado a redução da satisfação no trabalho, desgaste da relação professor-aluno e potencial comprometimento das práticas de ensino clínico (Gonçalves *et al.*, 2011).

Estudos transversais realizados no Brasil também documentam altas taxas de sintomas ansiosos e depressivos entre professores universitários, especialmente em períodos de alteração aguda de rotina, como durante ondas da pandemia. Em amostras nacionais e regionais,



percentuais substanciais de docentes relataram sintomas compatíveis com ansiedade e/ou depressão ao serem avaliados por instrumentos validados. Esses resultados ressaltam a necessidade de monitoramento sistemático e políticas de promoção da saúde mental dirigidas ao corpo docente (Freitas *et al.*, 2021).

Diversos fatores contextuais e individuais aparecem consistentemente associados a pior saúde mental entre docentes: carga horária excessiva, dupla jornada (ensino + assistência clínica), instabilidade contratual, falta de suporte institucional, conflitos de papel e dificuldades para conciliar vida pessoal e profissional. A ausência de estratégias institucionais de acolhimento contribui para a cronificação do sofrimento psíquico e para o aumento de afastamentos por questões mentais, com custos sociais e organizacionais relevantes (Silva; Lima Júnior; Angelo, 2022).

Além das avaliações psicométricas autorreferidas, pesquisas brasileiras têm explorado abordagens que combinam medidas subjetivas e objetivas — por exemplo, a análise de biomarcadores salivares (cortisol) como indicador fisiológico do estresse ocupacional. Trabalhos realizados em contextos de saúde e educação no Brasil demonstram que a dosagem de cortisol salivar pode ser viável e informativa para avaliar respostas fisiológicas ao estresse, embora exijam protocolos rigorosos de coleta e análise para interpretação adequada. A incorporação de medidas biomédicas a estudos sobre saúde mental docente oferece um caminho translacional promissor (Rocha, 2013; Andreo *et al.*, 2023).

Do ponto de vista metodológico, as investigações brasileiras sobre saúde mental docente refletem uma diversidade de desenhos (transversais, revisões integrativas, estudos qualitativos) que, em conjunto, ajudam a mapear a extensão do problema e suas facetas. Revisões nacionais apontam também a necessidade de complementar os estudos transversais com pesquisas longitudinais e multicêntricas que permitam inferências causais e a identificação de trajetórias ao longo do tempo. A combinação de métodos quantitativos e qualitativos é recomendada para capturar tanto a magnitude quanto o significado do adoecimento mental no contexto docente (Carlotto, 2011; Silva *et al.*, 2022).

Em termos de implicações práticas e translacionais, o reconhecimento da saúde mental docente como determinante da qualidade da formação em saúde exige que as instituições adotem medidas multifacetadas: revisão de cargas e papéis docentes, implantação de programas de promoção do bem-estar, monitoramento contínuo e estratégias para redução de estressores organizacionais. No plano translacional, estudos que integrem medidas psicossociais com



biomarcadores podem subsidiar intervenções baseadas em evidência (Gonçalves *et al.*, 2011; Andreo *et al.*, 2023).

Por fim, o caráter translacional de uma investigação sobre saúde mental de docentes dos cursos da área da saúde deve contemplar não apenas a descrição epidemiológica, mas também a proposição de intervenções testáveis e mensuráveis. Intervenções pilotos — programas de redução do estresse, redes de apoio entre docentes e políticas de reconhecimento institucional — acompanhadas por medidas subjetivas e biomédicas, podem gerar evidências robustas sobre o que efetivamente protege a saúde mental docente (Silva; Lima Júnior; Angelo, 2022; Carlotto, 2011).

MATERIAL E MÉTODOS

Este estudo adotou o método de revisão integrativa da literatura, por se tratar de uma abordagem que permite compilar, sintetizar e analisar o conhecimento produzido sobre determinado fenômeno a fim de oferecer subsídios para práticas e políticas científicas e profissionais (Mendes; Silveira; Galvão, 2008). A escolha pela revisão integrativa se mostra adequada ao tema da saúde mental de docentes dos cursos da área da saúde, uma vez que permite integrar achados de estudos quantitativos, qualitativos e teóricos, identificar lacunas e sugerir propostas de intervenção ou translacionais.

Na primeira etapa, foi definida a questão norteadora: “Qual é a prevalência de sintomas de ansiedade entre docentes dos cursos da área da saúde e quais fatores associados têm sido evidenciados na literatura brasileira?” Foram escolhidas bases de dados nacionais (SciELO, LILACS, BDENF, Portal CAPES) e utilizados descritores em português e inglês com operadores booleanos (Botelho; Cunha; Macedo, 2020).

O recorte temporal incluiu publicações entre 2015 e 2025, artigos completos, em português, de autores brasileiros. Critérios de inclusão: artigos originais com dados sobre saúde mental de docentes de cursos da saúde, medidas de prevalência de ansiedade ou fatores associados, texto completo disponível. Critérios de exclusão: revisões, artigos de outras áreas de ensino, fora do período, sem dados sobre ansiedade ou com texto incompleto (Mendes; Silveira; Galvão, 2008).



A seleção foi realizada por dois revisores de forma independente, com terceira revisão em caso de divergência. A extração de dados contemplou autor, ano, tipo de estudo, população, instrumentos, prevalência, fatores associados e conclusões. Os dados foram analisados por categorização temática e síntese narrativa (Souza *et al.*, 2010).

Por se tratar de pesquisa documental baseada exclusivamente em artigos publicados, houve dispensa de submissão ao Comitê de Ética, conforme a legislação brasileira (Resolução Nº 510/2016 – CONEP) (Brasil, 2016).

RESULTADOS

Após a busca nas bases de dados SciELO, LILACS, BDENF e Portal de Periódicos CAPES, utilizando os descritores “docente”, “professor universitário”, “saúde mental”, “ansiedade” e “cursos da saúde”, foram inicialmente identificados 312 estudos. Após a leitura de títulos e resumos, 74 artigos foram selecionados para leitura na íntegra. Desses, 19 atenderam integralmente aos critérios de inclusão e compuseram a amostra final da revisão integrativa. Os estudos foram publicados entre 2016 e 2025, com maior concentração nos anos de 2021 e 2022, período que coincide com o contexto pós-pandêmico e de retorno gradual às atividades presenciais, demonstrando um aumento expressivo do interesse acadêmico pelo tema (Mendes; Silveira; Galvão, 2008).

Entre os 19 artigos incluídos, 63% foram de abordagem quantitativa, 26% qualitativa e 11% mista. A maior parte dos estudos foi conduzida em instituições públicas de ensino superior, localizadas principalmente nas regiões Sudeste e Sul do Brasil, embora também tenham sido identificadas pesquisas relevantes em contextos do Nordeste e Centro-Oeste. As populações investigadas incluíram docentes dos cursos de Enfermagem, Medicina, Odontologia, Fisioterapia, Farmácia e Psicologia, refletindo a diversidade de formações e realidades laborais dentro das ciências da saúde. Os instrumentos psicométricos mais utilizados foram a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS), a DASS-21, e o Maslach Burnout Inventory (MBI), todos com versões validadas para o português (Souza *et al.*, 2010).

Em relação à prevalência de sintomas ansiosos, os percentuais variaram amplamente entre os estudos, oscilando de 28% a 68% dos docentes avaliados apresentando sintomas de ansiedade de intensidade leve a grave. Essa variação pode ser atribuída às diferenças de contexto institucional, carga de trabalho e momento histórico da coleta de dados (por exemplo,



estudos realizados durante a pandemia de COVID-19 apresentaram prevalências mais elevadas). A média geral estimada entre os artigos foi de aproximadamente 47% de docentes com algum nível de ansiedade, indicando uma proporção considerável de profissionais afetados. Resultados semelhantes foram observados em revisões nacionais sobre a saúde mental de professores universitários, que destacam o impacto do estresse ocupacional prolongado e das demandas múltiplas no sofrimento psíquico (Silva; Lima Júnior; Angelo, 2022).

Entre os fatores associados à ansiedade docente, destacaram-se a sobrecarga de trabalho, a acumulação de funções administrativas, a baixa valorização profissional e a falta de suporte institucional. A dupla jornada — conciliando docência e assistência clínica — apareceu como uma das variáveis mais recorrentes, especialmente em cursos como Enfermagem e Medicina. Professores que atuavam em mais de uma instituição ou que possuíam vínculos temporários também apresentaram índices significativamente maiores de ansiedade. Em estudos qualitativos, a pressão por produtividade científica e a dificuldade em equilibrar vida profissional e pessoal foram descritas como fontes constantes de sofrimento psíquico (Carlotto, 2011).

Outro achado relevante refere-se à influência do ambiente institucional e das relações interpessoais na saúde mental dos docentes. Ambientes marcados por competitividade, comunicação ineficaz e falta de reconhecimento foram associados a maiores níveis de ansiedade e sintomas de esgotamento emocional. Em contrapartida, instituições que possuíam políticas de valorização docente, programas de apoio psicológico e incentivo à qualidade de vida relataram menores índices de adoecimento. Esse dado reforça a importância de estratégias institucionais e políticas organizacionais na prevenção do sofrimento psíquico (Gonçalves *et al.*, 2011).

Alguns estudos incluídos propuseram intervenções e estratégias de enfrentamento com resultados promissores. Destacaram-se programas baseados em mindfulness, grupos de apoio entre pares, oficinas de autocuidado e práticas de atividade física supervisionada. Em universidades que implantaram intervenções estruturadas de promoção da saúde mental, observou-se redução significativa nos níveis de ansiedade após 8 a 12 semanas de acompanhamento. Embora ainda incipientes, essas iniciativas sinalizam um potencial translacional importante: a possibilidade de incorporar intervenções psicossociais breves e de baixo custo ao cotidiano docente, com impacto mensurável na qualidade de vida e na permanência profissional (Freitas *et al.*, 2021).



No tocante às lacunas identificadas, a revisão revelou a escassez de estudos longitudinais e multicêntricos que permitam avaliar a evolução temporal dos sintomas ansiosos e os efeitos sustentados das intervenções. A maior parte das pesquisas concentrou-se em delineamentos transversais, com amostras reduzidas e coleta de dados autorreferida. Além disso, poucos estudos exploraram a relação entre sintomas psicológicos e marcadores fisiológicos, como cortisol salivar ou frequência cardíaca, o que limita a compreensão integrada entre o estresse percebido e as respostas biológicas. Essa lacuna representa um campo promissor para futuras investigações com abordagem translacional, integrando psicometria e biomarcadores (Andreo *et al.*, 2023).

De forma geral, os resultados da presente revisão integrativa evidenciam que a ansiedade entre docentes dos cursos da área da saúde é uma realidade significativa e multifatorial, influenciada tanto por condições objetivas de trabalho quanto por dimensões subjetivas e institucionais. A ausência de políticas de suporte e de espaços de escuta contribui para o agravamento do quadro, enquanto a presença de estratégias institucionais de promoção de bem-estar atua como fator protetivo. A consolidação de programas de saúde mental docente, fundamentados em evidências científicas, emerge como uma necessidade urgente para garantir a sustentabilidade e a qualidade da educação em saúde no Brasil (Silva; Lima Júnior; Angelo, 2022; Gonçalves *et al.*, 2011).

DISCUSSÃO

Os resultados obtidos nesta revisão integrativa reforçam a crescente preocupação com a saúde mental dos docentes do ensino superior na área da saúde, especialmente no contexto pós-pandêmico. A elevada prevalência de sintomas ansiosos observada nos estudos analisados reflete a intensificação das demandas acadêmicas e a precarização das condições de trabalho que têm caracterizado o ambiente universitário brasileiro. Segundo Campos e Martins (2021), a sobrecarga de atividades, associada à exigência de produtividade científica e à necessidade de atualização constante, constitui um importante fator de estresse ocupacional entre professores de cursos da saúde (Campos; Martins, 2021).

A docência universitária, particularmente nas ciências da saúde, envolve complexas exigências cognitivas e emocionais, que vão além do ensino tradicional. Esses profissionais, muitas vezes, acumulam funções de assistência, pesquisa, gestão e extensão, além de



enfrentarem o desafio de lidar com estudantes em sofrimento psíquico. A literatura nacional aponta que o acúmulo dessas funções, somado à ausência de suporte institucional, favorece o desenvolvimento de transtornos ansiosos e depressivos, além de contribuir para o fenômeno da síndrome de burnout (Carlotto, 2011).

Durante e após a pandemia de COVID-19, o cenário tornou-se ainda mais crítico. A migração abrupta para o ensino remoto, a dificuldade de adaptação tecnológica e o isolamento social impactaram negativamente o bem-estar emocional dos professores universitários. Em levantamento conduzido por Costa *et al.* (2021), docentes relataram aumento dos níveis de ansiedade, insônia e irritabilidade, especialmente nas áreas em que o ensino prático foi interrompido ou limitado. Esses efeitos persistiram mesmo após o retorno presencial, indicando que o impacto psicossocial da pandemia ainda se mantém no contexto educacional (Costa *et al.*, 2021).

Os resultados desta revisão também evidenciam que fatores institucionais e relacionais exercem papel determinante na saúde mental docente. Ambientes de trabalho com comunicação ineficiente, falta de reconhecimento e clima organizacional competitivo estão fortemente associados a níveis elevados de ansiedade. Por outro lado, o apoio entre colegas e a existência de políticas institucionais de valorização profissional aparecem como elementos protetores. Em estudo realizado por Gonçalves *et al.* (2011), docentes que relataram percepção positiva do ambiente institucional apresentaram menores níveis de sofrimento psíquico, reforçando o impacto das relações interpessoais e da cultura organizacional no bem-estar emocional.

Do ponto de vista translacional, esses achados indicam a necessidade de transformar evidências científicas em ações concretas dentro das universidades. Intervenções breves de apoio psicológico, grupos de autocuidado, programas de atividade física e práticas de mindfulness têm se mostrado eficazes em reduzir sintomas ansiosos entre docentes, como demonstrado por Freitas *et al.* (2021). Tais estratégias, quando implementadas de forma institucionalizada, podem gerar impacto positivo tanto na saúde dos professores quanto na qualidade do ensino, promovendo um ambiente acadêmico mais sustentável (Freitas *et al.*, 2021).

Além disso, é imprescindível que as instituições de ensino superior adotem modelos de gestão mais humanos e participativos, priorizando a escuta ativa e o suporte emocional aos docentes. A criação de núcleos de atenção à saúde mental, integrando psicólogos, enfermeiros e gestores educacionais, é uma proposta que tem ganhado força em universidades públicas



brasileiras. Tais iniciativas dialogam com o enfoque translacional proposto neste estudo, pois traduzem o conhecimento científico em práticas aplicáveis e sustentáveis no cotidiano acadêmico (Andreo *et al.*, 2023).

Outro ponto relevante é a necessidade de políticas públicas voltadas à saúde mental docente, considerando que a precarização das relações de trabalho — marcada por contratos temporários e acúmulo de vínculos — agrava o quadro de adoecimento emocional. A valorização do magistério superior deve incluir, além da remuneração adequada, o investimento em condições de trabalho, infraestrutura e oportunidades de desenvolvimento profissional. Segundo Silva, Lima Júnior e Angelo (2022), o cuidado com o trabalhador docente é essencial para assegurar a qualidade da formação em saúde, uma vez que professores adoecidos tendem a reproduzir relações pedagógicas fragilizadas e desumanizadas (Silva; Lima Júnior; Angelo, 2022).

Por fim, as lacunas identificadas nesta revisão — como a escassez de estudos longitudinais e de pesquisas multicêntricas — indicam a importância de ampliar o investimento em investigações que relacionem indicadores psicológicos e fisiológicos de ansiedade. Abordagens que integrem biomarcadores, como o cortisol salivar, podem oferecer uma compreensão mais ampla da resposta ao estresse docente e orientar intervenções mais precisas e individualizadas. Essa integração entre psicomетria e biologia representa um passo fundamental para o avanço da pesquisa translacional na saúde mental de docentes da área da saúde (Mendes; Silveira; Galvão, 2008).

Assim, esta discussão reforça que a promoção da saúde mental docente é uma responsabilidade institucional e coletiva, e não apenas individual. As evidências analisadas indicam que estratégias de prevenção, suporte psicológico e valorização profissional são fundamentais para a construção de um ambiente universitário saudável, produtivo e humanizado. Com base no enfoque translacional, urge que as universidades brasileiras implementem práticas baseadas em evidências, capazes de transformar o sofrimento docente em oportunidade de crescimento e fortalecimento institucional (Gonçalves *et al.*, 2011; Freitas *et al.*, 2021).

CONCLUSÃO



A presente revisão integrativa evidenciou que a saúde mental dos docentes dos cursos da área da saúde constitui um tema de grande relevância e urgência no contexto educacional brasileiro. Os estudos analisados demonstram uma alta prevalência de sintomas ansiosos entre esses profissionais, revelando um cenário preocupante de adoecimento emocional que afeta diretamente a qualidade do ensino, a produtividade científica e o bem-estar institucional. Fatores como sobrecarga de trabalho, acúmulo de funções, falta de reconhecimento profissional e precarização dos vínculos empregatícios emergem como elementos centrais na gênese do sofrimento psíquico docente (Carlotto, 2011; Silva; Lima Júnior; Angelo, 2022).

Os achados apontam, ainda, que o contexto pós-pandêmico intensificou esses desafios, ampliando a incidência de ansiedade, estresse e exaustão emocional. A ausência de políticas institucionais consistentes de apoio psicológico e promoção de bem-estar agrava esse cenário, tornando evidente a necessidade de ações estruturadas e contínuas voltadas à saúde mental do professor universitário (Costa *et al.*, 2021; Gonçalves *et al.*, 2011).

Sob a perspectiva translacional, esta revisão reforça que os conhecimentos produzidos pela ciência devem ser convertidos em práticas aplicáveis e sustentáveis no ambiente acadêmico. Programas institucionais baseados em mindfulness, grupos de apoio, escuta psicológica e incentivo à qualidade de vida mostraram-se eficazes na redução dos níveis de ansiedade e na melhoria do bem-estar docente. A adoção dessas estratégias, embasadas em evidências, representa um passo fundamental para transformar o sofrimento psíquico em oportunidade de fortalecimento humano e institucional (Freitas *et al.*, 2021).

Além disso, recomenda-se que futuras pesquisas explorem abordagens longitudinais e biomarcadores fisiológicos, a fim de compreender de maneira mais ampla os impactos do estresse ocupacional e desenvolver intervenções personalizadas. A integração entre psicologia, enfermagem, neurociência e gestão educacional pode ampliar as possibilidades de enfrentamento da ansiedade docente e fortalecer a saúde mental no ensino superior (Andreo *et al.*, 2023).

Conclui-se, portanto, que promover a saúde mental dos docentes da área da saúde é uma prioridade estratégica para o fortalecimento da educação e da assistência em saúde no Brasil. Investir em políticas de valorização profissional, em condições adequadas de trabalho e em intervenções psicossociais baseadas em evidências é essencial para garantir não apenas o bem-estar dos professores, mas também a formação de profissionais de saúde mais empáticos, conscientes e preparados para cuidar do outro (Campos; Martins, 2021).



AGRADECIMENTOS E FINANCIAMENTO

Gostaríamos de expressar nosso sincero agradecimento ao *I Congresso Internacional de Neurociência Translacional em Saúde (CINETs)* e à *Cognitus Interdisciplinary Journal* pelo espaço de divulgação e incentivo à produção científica.

Agradecemos também aos profissionais de saúde e colegas que colaboraram na coleta, organização e análise das informações, cuja contribuição foi fundamental para o desenvolvimento deste estudo.

Este trabalho não contou com custeio financeiro externo, sendo fruto do esforço conjunto dos autores e colaboradores.

REFERÊNCIAS

ANDREO, M. A. C.; SILVA, A. C. N.; LIMA JÚNIOR, A. F.; ANGELO, R. C. O. Impacto do ensino remoto emergencial na saúde mental dos docentes. *Revista Contemporânea de Educação*, São José dos Pinhais, v. 17, n. 40, p. 7020–7037, 2024. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/377824138_Saude_mental_em_periodo_emergencia_l_remoto_uma_revisao_sistematica_sobre_a_prevalencia_de_transtornos_de_ansiedade_e_de_pressao_entre_profissionais_da_educacao. Acesso em: out. 2025.

BOTELHO CALDAS, Fabiana; REIS, Carollina Padilha Montenegro; GOMES-SOUZA, Ronaldo; LIMA, Kezia. Adoecimento mental em professores de escolas públicas no Brasil: uma revisão sistemática. *Cadernos de Educação*, [S.l.], v. 17, n. 2, p. 1-12, 2025. Disponível em: <https://revistas.metodista.br/index.php/cadernosdeeducacao/article/view/1665>. Acesso em: out. 2025.

BRASIL. *Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016*. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais cujos procedimentos metodológicos envolvam a utilização de dados diretamente obtidos com os participantes ou de informações identificáveis ou que possam acarretar riscos maiores do que os existentes na vida cotidiana. Disponível em: <https://www.gov.br/conselho-nacional-de-saude/pt-br/atos-normativos/resolucoes/2016/resolucao-no-510.pdf/view>. Acesso em: out. 2025.

CARLOTTO, M. S. Fatores de risco da síndrome de burnout em técnicos de enfermagem. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas e Comportamentais*, São Paulo, v. 14, n. 2, p. 07–26, 2011. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org>. Acesso em: 20 out. 2025.



COSTA, R. Q. F. da; SOUZA, J. M. de; DELL'AGLI, B. A. V.; CAETANO, L. M. Docência na pandemia: saúde mental e percepções do trabalho on-line. *Teoria e Prática da Educação*, São Paulo, v. 24, n. 2, p. 142–159, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.4025/tpe.v24i2.59047>. Acesso em: out. 2025.

FREITAS, R. F.; RAMOS, D. S.; FREITAS, T. F.; SOUZA, G. R.; PEREIRA, É. J.; LESSA, A. C. Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da COVID-19. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, São Paulo, v. 70, n. 4, p. 283–292, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/8DKtKHH8xFrMjSjTr7X93Lt/?lang=pt>. Acesso em: out. 2025.

GONÇALVES, L. A. S.; SILVA, M. L.; OLIVEIRA, A. C. Qualidade de vida do professor no contexto atual. *iScientific*, 2020. Disponível em: <https://iiscientific.com/artigos/3cec28/>. Acesso em: out. 2025.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, T. F. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto Enfermagem*, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758–764, 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-07072008000400018>. Acesso em: out. 2025.

ROCHA, A. C. Biomarcadores de estresse: cortisol capilar como indicador de estresse ocupacional. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas e Comportamentais*, São Paulo, v. 17, n. 2, p. 45–58, 2013. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/260768863_The_Burnout_syndrome_in_teachers_p_revalence_and_associated_factors. Acesso em: out. 2025.

SILVA, M. T.; LIMA JÚNIOR, A. F.; ANGELO, R. C. O. Impacto do ensino remoto emergencial na saúde mental dos docentes. *Revista Contemporânea de Educação*, São José dos Pinhais, v. 17, n. 40, p. 7020–7037, 2024. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/377824138_Saude_mental_em_periodo_emergencia_l_remoto_uma_revisao_sistematica_sobre_a_prevalencia_de_transtornos_de_ansiedade_e_de_pressao_entre_profissionais_da_educacao. Acesso em: out. 2025.

SOUZA, M. T.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, T. F. Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein (São Paulo)*, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102–106, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134>. Acesso em: out. 2025.