



Serviço Público Federal
Ministério da Educação
Fundação Universidade Federal de Mato Grosso do Sul



ATIVIDADES ORIENTADAS
SAÚDE MENTAL E ACIDENTES DE TRABALHO NO CONTEXTO ESCOLAR

MARIA FERNANDA VALENTIM FERREIRA

PARANAÍBA - MS

2025

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

Como requisito para aprovação da carga horária e cumprimento das Atividades Orientadas de Ensino do curso de Psicologia - Bacharelado, da Universidade Federal do Mato Grosso do Sul, Câmpus de Paranaíba - MS, surgiu a iniciativa em pesquisar sobre a saúde mental dos trabalhadores no ambiente escolar e os acidentes de trabalho, discutindo as condições laborais, os riscos psicossociais e as implicações para o bem-estar desses colaboradores desta área. A proposta parte da compreensão de que o ambiente escolar, apesar de ser um espaço de construção de conhecimento e formação humana, também pode se tornar um ambiente de desgaste emocional, sobrecarga e adoecimento.

A pesquisa fundamenta-se em estudos nacionais sobre saúde ocupacional, Síndrome de Burnout, Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), automedicação e trabalho remoto. Esses temas foram amplamente discutidos em publicações recentes da Revista Brasileira de Saúde Ocupacional e em relatórios do DIEESE, que apontam o setor educacional como um dos mais afetados pelo adoecimento psíquico.

Segundo o advogado Beschizza (2024) para ser classificado como acidente de trabalho é necessário que o trabalhador se machuque em suas atividades ou em decorrência delas, assim como também nos acidentes de trajeto, que são quando o trabalhador vai para o trabalho ou volta dele, em que podem envolver problemas de saúde, quedas e várias outras situações.

Com isso, existem três (3) tipos principais de acidentes de trabalho em que cada um desses possui suas características:

1. Acidente de trajeto: são acidentes que acontecem no deslocamento para o trabalho ou vice-versa.
2. Acidente típico: acontecem na execução dos trabalhos laborais no local do trabalho, que podem se destacar como: quedas, cortes e lesões relacionadas às funções realizadas.
3. Doença ocupacional: diz respeito às enfermidades desenvolvidas pela exposição ao ambiente de trabalho e podem ser classificadas como: problemas respiratórios,

doenças dermatológicas, transtornos e problemas relacionados à saúde mental como a depressão, síndrome de burnout dentre outras. (Beschizza,2024).

De acordo com o DIEESE (2019), a cada dois minutos um professor é afastado por doença ou acidente de trabalho, e 38% das perícias médicas realizadas no estado de São Paulo referem-se a transtornos mentais e comportamentais. Esse dado demonstra que as condições de trabalho na educação ultrapassam o aspecto físico e impactam diretamente a saúde mental. Além disso, fatores como a sobrecarga de aulas, a falta de apoio institucional, o baixo salário e as exigências emocionais elevadas contribuem para o desenvolvimento de estresse crônico e de doenças mentais.

Segundo Magalhães et al. (2021), a prevalência da Síndrome de Burnout entre professores da rede pública chega a 13,8%, estando associada à insatisfação profissional, à falta de reconhecimento e à sobrecarga de trabalho. Esses índices são preocupantes, pois revelam que a educação, tradicionalmente vista como vocação, vem se tornando um espaço de sofrimento mental e físico.

No contexto da pandemia de COVID-19, as condições de trabalho sofreram mudanças radicais. O ensino remoto trouxe novos desafios, como o aumento das jornadas, o acúmulo de tarefas e a necessidade de conciliar as atividades domésticas e profissionais, principalmente entre as mulheres, conforme destacam Araújo e Lua (2021). Além disso, houve crescimento de casos de automedicação e sintomas de depressão e ansiedade, especialmente entre os docentes da educação básica (Silva et al., 2023).

Justifica-se, portanto, a relevância deste estudo ao destacar que os acidentes de trabalho e o adoecimento mental no ambiente escolar não são fenômenos isolados, mas refletem falhas estruturais na organização do trabalho e na falta de políticas públicas eficazes de prevenção e cuidado com o trabalhador docente.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao analisar os estudos sobre saúde mental e acidentes de trabalho no ambiente escolar, observa-se que as doenças psíquicas e ocupacionais entre os professores são cada vez mais recorrentes. As investigações de Gonçalves Filho e Ramos (2015) mostram que as análises de acidentes de trabalho, em geral, ainda se concentram na culpa individual, sem considerar os fatores organizacionais e sociais que contribuem para a ocorrência desses eventos. Essa visão individualista também está presente nas escolas, onde as dificuldades e adoecimentos dos docentes são muitas vezes tratados como falhas pessoais, e não como consequência de um ambiente adoecido.

De acordo com a autora Seligmann (2022) o desgaste mental que é provocado no ambiente de trabalho é um fator importante que pode gerar os acidentes de trabalho, isso porque esse desgaste se entrelaça com a vida mental, o lado psico afetivo e cognitivo, ou seja, esse desgaste vai prejudicar no trabalhador a concentração, a atenção, o uso da memória, do raciocínio, além de impedir a rapidez para a tomada de decisões em situações de emergência. Esses prejuízos se estendem à medida que afetam a qualidade da comunicação e das interações, o que gera muitas situações de mal-estar e insegurança nos trabalhadores.

Entre os principais problemas enfrentados pelos professores estão a sobrecarga de trabalho, as longas jornadas, a exigência de resultados rápidos, a indisciplina estudantil, a falta de apoio da gestão escolar e a precarização das condições de ensino. Esses fatores somam-se à ausência de reconhecimento e valorização profissional, o que potencializa sentimentos de desânimo e exaustão. Como descrevem Magalhães et al. (2021), o esgotamento profissional se manifesta através de sintomas de despersonalização, baixa realização pessoal e distanciamento afetivo em relação ao trabalho.

O Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) também aparece como um agravante nos casos de professores expostos a situações de violência dentro do ambiente escolar, como ameaças, agressões verbais ou físicas, e até mesmo assaltos. Segundo Schaefer et al. (2012), o TEPT provoca ansiedade, irritabilidade, distúrbios do sono e perda de concentração, e afeta diretamente o desempenho profissional e as relações interpessoais. Tais condições levam ao absenteísmo e ao aumento dos afastamentos por motivos

psicológicos.

Durante a pandemia, a migração para o ensino remoto ampliou as desigualdades e intensificou o adoecimento docente. Araújo e Lua (2021) explicam que o trabalho remoto impôs novas demandas e rompeu os limites entre o espaço privado e profissional, especialmente para as mulheres, que enfrentaram a dupla jornada de trabalho doméstico e pedagógico. Nesse período, Silva et al. (2023) observaram aumento de 14,5% nos casos de automedicação entre professores, o que reflete a tentativa de lidar sozinhos com sintomas de ansiedade, insônia e estresse.

Além dos fatores emocionais, há também o impacto físico das condições de trabalho. Posturas inadequadas, longas horas em frente ao computador e ambientes precários contribuem para dores musculares, tendinites e outros distúrbios osteomusculares. Esses problemas, aliados ao desgaste emocional, formam um ciclo de adoecimento que reduz a qualidade de vida e a produtividade dos educadores.

Assim, torna-se essencial que as escolas e órgãos públicos adotem medidas de prevenção e promoção da saúde mental no trabalho docente. Programas de acolhimento psicológico, capacitação sobre ergonomia e pausas ativas, além de políticas de valorização e reconhecimento, são estratégias fundamentais para melhorar o bem-estar e prevenir o adoecimento mental e físico dos profissionais da educação. O cuidado com o trabalhador é, portanto, uma forma de garantir também a qualidade da educação.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, T. M.; LUA, I. **O trabalho mudou-se para casa: trabalho remoto no contexto da pandemia de COVID-19.** Revista Brasileira de Saúde Ocupacional, v. 46, e27, 2021.

BESCHIZZA, André. **O que é considerado acidente de trabalho?** Disponível em: <<https://www.migalhas.com.br/depeso/402315/o-que-e-considerado-acidente-de-trabalho>>. Acesso em: 8 set. 2025.

DIEESE. **Caderno de Negociação nº 15: Acidentes de Trabalho e Doenças Profissionais**. São Paulo, 2019.

GONÇALVES FILHO, A. P.; RAMOS, M. F. **Acidente de trabalho em sistemas de produção: abordagem e prevenção**. Gestão & Produção, v. 22, n. 2, p. 431-442, 2015.

MAGALHÃES, T. A. et al. **Prevalência e fatores associados à Síndrome de Burnout entre docentes da rede pública**. Revista Brasileira de Saúde Ocupacional, v. 46, e11, 2021.

SCHAEFER, L. S.; LOBO, B. O. M.; KRISTENSEN, C. H. **Transtorno de Estresse Pós-Traumático decorrente de Acidente de Trabalho: implicações psicológicas, socioeconômicas e jurídicas**. Estudos de Psicologia (Natal), v. 17, n. 2, p. 329-336, 2012.

SILVA, N. S. S. et al. **Automedicação na pandemia de COVID-19: associação com hábitos de vida entre professores da educação básica**. Revista Brasileira de Saúde Ocupacional, v. 48, e14, 2023.

SELIGMANN-SILVA, E. **Trabalho e desgaste mental**. [s.l.] Cortez Editora, 2022.