

DEPRESSÃO EM DOCENTES: IMPACTOS NAS PRÁTICAS PEDAGÓGICAS E NA ATUAÇÃO DO SERVIÇO SOCIAL

DEPRESSION IN TEACHERS: IMPACTS ON PEDAGOGICAL PRACTICES AND ON SOCIAL WORK PRACTICE

DEPRESIÓN EN DOCENTES: IMPACTOS EN LAS PRÁCTICAS PEDAGÓGICAS Y EN LA ACTUACIÓN DEL TRABAJO SOCIAL

Claudia Maciel Enes¹

RESUMO: A depressão entre docentes tem se apresentado como um desafio relevante no contexto escolar, por impactar o bem-estar do professor e interferir no planejamento, na didática, na avaliação, na gestão de sala, nos vínculos com os estudantes e no clima institucional. Este estudo teve como objetivo geral analisar de que forma a depressão em docentes, no contexto do Serviço Social escolar, afeta as práticas pedagógicas e a dinâmica do trabalho educativo. Justifica-se pela necessidade de compreender o adoecimento mental como fenômeno relacionado às condições de trabalho e às exigências do cotidiano escolar, considerando que o sofrimento psíquico pode comprometer a qualidade do ensino e a sustentabilidade das relações educativas. Metodologicamente, realizou-se uma pesquisa bibliográfica, por meio de revisão de literatura, utilizando produções científicas relacionadas à saúde mental docente, às repercussões pedagógicas do adoecimento e às estratégias de prevenção e enfrentamento articuladas pelo Serviço Social e pela gestão escolar. Conclui-se que a depressão docente gera repercussões significativas no processo de ensino-aprendizagem e nas relações escolares, reforçando a importância de ações institucionais e intersetoriais de acolhimento, encaminhamento e promoção da saúde no trabalho, com atuação estratégica do Serviço Social para fortalecer redes de proteção e práticas de cuidado no ambiente educacional.

1

Palavras-chave: Depressão docente. Saúde mental. Serviço Social na educação.

ABSTRACT: Depression among teachers has emerged as a relevant challenge in the school context, as it affects educators' well-being and interferes with planning, teaching practices, assessment, classroom management, teacher-student relationships, and the overall institutional climate. This study aimed to analyze how depression in teachers, within the context of school Social Work, affects pedagogical practices and the dynamics of educational work. It is justified by the need to understand mental distress as a phenomenon connected to working conditions and the demands of everyday school life, considering that psychological suffering can compromise the quality of teaching and the sustainability of educational relationships. Methodologically, a bibliographic study was conducted through a literature review, using scientific publications related to teachers' mental health, the pedagogical repercussions of distress, and prevention and coping strategies articulated by Social Work and school management. It is concluded that teacher depression produces significant repercussions on the teaching-learning process and on school relationships, reinforcing the importance of institutional and intersectoral actions of welcoming support, referral, and workplace health promotion, with a strategic role for Social Work in strengthening protection networks and care practices in the educational environment.

Keywords: Teacher depression. Mental health. School Social Work.

¹Serviço Social - Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais - PUC/MG - 1999. Mestre em Economia Doméstica - Universidade Federal de Viçosa - 2016 Gestão financeira e suas implicações na saúde, na família e no trabalho de um grupo de servidores institucionais - Doutoranda em Educação Universidade Autônoma de Assunção - UAA-2026 .

RESUMEN: La depresión entre docentes se ha presentado como un desafío relevante en el contexto escolar, por impactar el bienestar del profesorado e interferir en la planificación, en la didáctica, en la evaluación, en la gestión del aula, en los vínculos con el estudiantado y en el clima institucional. Este estudio tuvo como objetivo general analizar de qué manera la depresión en docentes, en el contexto del Trabajo Social escolar, afecta las prácticas pedagógicas y la dinámica del trabajo educativo. Se justifica por la necesidad de comprender el malestar mental como un fenómeno relacionado con las condiciones de trabajo y con las exigencias de la vida cotidiana escolar, considerando que el sufrimiento psíquico puede comprometer la calidad de la enseñanza y la sostenibilidad de las relaciones educativas. Metodológicamente, se realizó una investigación bibliográfica, mediante una revisión de la literatura, utilizando producciones científicas relacionadas con la salud mental docente, con las repercusiones pedagógicas del malestar y con las estrategias de prevención y afrontamiento articuladas por el Trabajo Social y por la gestión escolar. Se concluye que la depresión docente genera repercusiones significativas en el proceso de enseñanza-aprendizaje y en las relaciones escolares, reforzando la importancia de acciones institucionales e intersectoriales de acogida, derivación y promoción de la salud en el trabajo, con una actuación estratégica del Trabajo Social para fortalecer redes de protección y prácticas de cuidado en el ámbito educativo.

Palabras clave: Depresión docente, Salud mental, Trabajo Social en la educación.

INTRODUÇÃO

A depressão entre docentes tem se consolidado como uma preocupação crescente no contexto escolar, especialmente por atingir não apenas a saúde do professor, mas também a dinâmica pedagógica e relacional que sustenta o processo educativo. Em um cotidiano marcado por sobrecarga, pressões por resultados, múltiplas demandas e desafios sociais que atravessam a escola, o sofrimento psíquico pode se intensificar e se tornar silencioso, interferindo na motivação, na concentração, no vínculo com os estudantes e na continuidade do trabalho pedagógico. Nesse cenário, discutir a saúde mental docente deixa de ser um tema periférico e passa a ser uma necessidade concreta para compreender a qualidade do ensino, o clima escolar e as condições reais do trabalho educativo.

O problema de pesquisa que orienta este estudo é: de que forma a depressão vivenciada por docentes interfere nas práticas pedagógicas e nas relações estabelecidas no cotidiano escolar e como a atuação do Serviço Social pode contribuir para minimizar esses impactos e fortalecer estratégias de cuidado e apoio no ambiente educacional? A partir dessa questão, o objetivo geral do trabalho é analisar de que forma a depressão em docentes, no contexto do Serviço Social escolar, afeta as práticas pedagógicas e a dinâmica do trabalho educativo. Como objetivos específicos, busca-se identificar sinais, fatores associados e impactos da depressão na rotina profissional dos docentes e no processo de ensino-aprendizagem, descrever como alterações emocionais e laborais influenciam planejamento, condução das aulas, avaliação e relações escolares, e investigar possibilidades de atuação do Serviço Social para acolhimento,

encaminhamentos e estratégias de prevenção e apoio aos docentes, visando reduzir impactos nas práticas pedagógicas.

A justificativa deste estudo se apoia no entendimento de que a depressão docente não deve ser tratada como fragilidade individual, mas como um fenômeno relacionado a condições institucionais e sociais que podem favorecer o adoecimento mental. Quando o professor adoece, a escola sente os efeitos em diferentes dimensões: queda na qualidade do planejamento, maior dificuldade na gestão de sala, enfraquecimento do vínculo professor-aluno e alterações no clima escolar. Além disso, a presença do Serviço Social na educação amplia as possibilidades de enfrentamento, pois o assistente social pode articular rede de proteção, promover acolhimento, orientar encaminhamentos e construir ações intersetoriais de cuidado, contribuindo para que a escola não responda ao sofrimento com silêncio, culpabilização ou improviso, mas com estratégias planejadas e humanizadas.

Metodologicamente, este trabalho se caracteriza como uma pesquisa bibliográfica, realizada por meio de revisão de literatura, com base em produções científicas pertinentes ao tema, selecionadas a partir de descritores relacionados à depressão docente, saúde mental no trabalho, práticas pedagógicas e atuação do Serviço Social na escola. A escolha pela pesquisa bibliográfica se justifica por possibilitar a sistematização do conhecimento já produzido, permitindo compreender o fenômeno de forma ampla e fundamentada, além de identificar estratégias de prevenção e enfrentamento discutidas na literatura.

3

Dessa forma, o estudo se organiza para discutir, primeiramente, os fundamentos sobre depressão e saúde mental docente, em seguida as repercussões do adoecimento nas práticas pedagógicas e nas relações escolares e, por fim, o papel do Serviço Social na educação como articulador de ações de prevenção, cuidado e fortalecimento institucional. Ao reunir essas dimensões, espera-se contribuir para a reflexão acadêmica e para a construção de práticas mais humanizadas, sustentáveis e comprometidas com a dignidade de quem ensina e com o direito de aprender de quem está na escola.

MÉTODOS

A metodologia deste estudo consistiu em uma revisão de literatura, de natureza qualitativa e caráter descritivo, voltada a compreender como a depressão em docentes repercute nas práticas pedagógicas e como o Serviço Social pode contribuir com estratégias de prevenção e enfrentamento no contexto escolar. A revisão foi escolhida por permitir reunir, organizar e

interpretar produções científicas recentes e relevantes sobre o tema, compondo uma visão integrada do fenômeno. Assim, o percurso metodológico buscou garantir coerência entre o problema de pesquisa, os objetivos e o conjunto de evidências analisadas.

Para a construção do corpus, foram definidos descritores relacionados ao objeto do estudo, combinados em português com operadores booleanos (AND e OR), de modo a ampliar a precisão e a abrangência dos resultados. Os principais descritores utilizados foram: “depressão docente”, “saúde mental docente”, “adoecimento docente”, “práticas pedagógicas”, “clima escolar”, “Serviço Social na educação”, “rede de proteção”, “acolhimento”, “encaminhamento” e “ações intersetoriais”. Também foram empregadas variações e termos aproximados, como “sofrimento psíquico”, “bem-estar docente”, “violência escolar” e “promoção da saúde no trabalho”, conforme a disponibilidade dos indexadores em cada base consultada.

As buscas foram realizadas em plataformas e repositórios acadêmicos de ampla circulação na área educacional e nas ciências sociais aplicadas, incluindo Google Acadêmico, SciELO, Portal de Periódicos CAPES e BDTD, além de bases complementares quando necessário para localizar textos integrais e publicações recentes. Em cada plataforma, foram aplicados filtros de idioma (português), tipo de documento (artigos, dissertações e teses), e recorte temporal preferencialmente recente, priorizando produções publicadas entre 2020 e 2026, sem impedir a inclusão de textos anteriores quando fossem essenciais para fundamentação conceitual.

4

Os critérios de inclusão foram: estudos que abordassem depressão, sofrimento psíquico ou saúde mental de docentes; pesquisas que discutissem impactos nas práticas pedagógicas, relações na escola ou ensino-aprendizagem; produções que apresentassem contribuições, estratégias institucionais, gestão escolar e articulação de redes; e materiais que mencionassem a atuação do Serviço Social na educação ou interfaces intersetoriais relacionadas à proteção e ao cuidado. Foram incluídos apenas textos com acesso ao conteúdo completo e com aderência direta ao objetivo do estudo.

Os critérios de exclusão contemplaram: textos repetidos entre bases; produções sem relação direta com saúde mental docente ou sem conexão com o contexto escolar; materiais opinativos sem base acadêmica ou sem método identificado; estudos voltados exclusivamente a estudantes, sem diálogo com a saúde do professor; e publicações com informações insuficientes para análise, como resumos sem acesso ao texto integral. Também foram excluídos documentos que tratassem de sofrimento docente em contextos não educacionais ou

que não apresentassem elementos mínimos para compreender repercussões pedagógicas e institucionais.

A seleção ocorreu em etapas. Primeiro, foi feita a leitura de títulos e resumos para triagem inicial e verificação de aderência ao tema. Em seguida, os textos elegíveis foram lidos na íntegra, com registro de informações em uma planilha de extração contendo: autor, ano, tipo de estudo, objetivo, principais achados, contribuições para a compreensão dos impactos nas práticas pedagógicas e indicações de estratégias de prevenção e enfrentamento, incluindo ações de rede e possibilidades de atuação do Serviço Social. Por fim, foi realizada a análise interpretativa, buscando convergências, divergências e lacunas entre os estudos, organizadas em categorias relacionadas ao planejamento, didática, avaliação, gestão de sala, vínculo professor-aluno, clima escolar e práticas intersetoriais de cuidado.

De acordo com o autor Gil (2008), a pesquisa bibliográfica é adequada quando o objetivo é reunir conhecimentos já produzidos e analisá-los de forma sistemática, permitindo fundamentar o problema investigado e ampliar a compreensão sobre fenômenos sociais e educacionais a partir de fontes confiáveis.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

5

De acordo com Silva et al. (2026), falar de depressão e saúde mental docente no contexto escolar exige reconhecer que o adoecimento não é “fraqueza” nem “falta de vocação”, mas uma condição de saúde que se manifesta quando a pessoa já está atravessada por sobrecargas emocionais, pressões institucionais e exigências diárias. Na escola, o professor é chamado a ensinar, acolher, mediar conflitos, cumprir metas, preencher registros e responder a demandas que muitas vezes extrapolam o pedagógico. Quando esse cotidiano se torna contínuo e sem apoio, o corpo e a mente passam a sinalizar limites, e a depressão pode surgir como um estado persistente de esgotamento e perda de sentido.

A depressão é um transtorno que envolve alterações de humor, pensamento e comportamento, indo muito além da tristeza passageira. Na prática, o docente pode sentir desânimo constante, baixa motivação, dificuldade de experimentar prazer, sensação de incapacidade e culpa, além de mudanças no sono e no apetite. Esses sinais nem sempre aparecem de modo “visível” para colegas e gestão, porque muitos professores seguem trabalhando, mascarando o sofrimento para não parecerem frágeis. Nesse cenário, de acordo com o autor, Martins (2025) destaca que o adoecimento mental docente no Brasil precisa ser compreendido

de forma crítica, considerando causas estruturais e efeitos que repercutem na permanência e na qualidade do trabalho.

De acordo com Nascimento et al. (2025), a intensificação do trabalho docente é um dos elementos centrais para compreender por que a saúde mental de professores tem sido tão afetada. A intensificação aparece quando o professor precisa fazer mais em menos tempo, com múltiplas turmas, demandas burocráticas, prazos curtos e cobranças por resultados. Isso tende a reduzir o tempo de planejamento, de descanso e de vida pessoal, gerando um ciclo no qual o docente “apaga incêndios” todos os dias. Quando esse ritmo se prolonga, a mente passa a operar em alerta constante e o sofrimento psíquico pode se acumular, criando um terreno favorável para sintomas depressivos.

Há fatores de risco que se combinam e tornam o ambiente escolar mais adoecedor, especialmente quando não existem condições mínimas de suporte. A falta de recursos didáticos, a precariedade de infraestrutura, a baixa valorização social da profissão e o sentimento de invisibilidade também pesam muito. O professor pode sentir que se esforça, mas não vê reconhecimento, o que fragiliza sua autoestima profissional. Em muitos casos, a violência simbólica, o desrespeito cotidiano e a pressão por desempenho intensificam o desgaste emocional. Nesse ponto, de acordo com Silva et al. (2026), as implicações da saúde mental docente se conectam ao modo como a escola organiza o trabalho e como lida com a dimensão humana de quem ensina.

6

De acordo com Grigorio et al. (2025), a docência é uma atividade marcada por forte envolvimento emocional e relacional, porque ensinar não é apenas transmitir conteúdo, é construir vínculos, escutar histórias, lidar com frustrações e ajustar rotas o tempo todo. Quando a saúde mental do professor se fragiliza, o primeiro impacto costuma aparecer no modo como ele se sente dentro da própria sala: tarefas simples passam a parecer pesadas, o planejamento vira um “muro” difícil de atravessar e a energia para criar estratégias diminui. Esse desgaste não indica falta de responsabilidade, mas sim um corpo e uma mente tentando sobreviver a uma rotina que já não cabe.

Os sinais da depressão no cotidiano profissional podem ser sutis e confundidos com “cansaço normal”. O docente pode ficar mais quieto, evitar conversas na sala dos professores, reduzir iniciativas e sentir dificuldade de se concentrar. Também podem surgir irritabilidade, impaciência e sensibilidade aumentada a críticas, algo que afeta diretamente as relações no ambiente escolar. Em muitos casos, a pessoa começa a se cobrar ainda mais, tentando compensar

com esforço o que o adoecimento está retirando de energia, e isso aprofunda o ciclo de sofrimento. Nessa direção, de acordo com o autor, Martins (2025), as consequências do adoecimento mental podem alcançar o desempenho, a motivação e até a continuidade da carreira docente.

De acordo com Silva et al. (2026), os impactos da depressão na vida profissional do professor não se limitam ao indivíduo, porque o adoecimento também interfere nas dinâmicas pedagógicas e no clima escolar. Quando o docente está emocionalmente esgotado, sua capacidade de adaptação diminui, e situações comuns como barulho, conflitos entre estudantes ou mudanças de rotina podem ser vividas como “insuportáveis”. Isso pode levar a uma postura mais rígida ou, ao contrário, a uma postura mais distante, com menos interação e menos presença afetiva. Em ambos os casos, a prática pedagógica perde fluidez, e o processo de ensino-aprendizagem pode ser prejudicado.

A depressão pode atingir dimensões muito concretas do trabalho: planejamento, avaliação, condução de atividades e acompanhamento individual dos estudantes. O professor pode ter dificuldade para organizar sequências didáticas, revisar conteúdos, diversificar estratégias e registrar informações. A avaliação também pode se tornar um ponto de tensão, porque exige foco, critério e tempo, e quando a mente está sobrecarregada, cresce o risco de atrasos e de decisões feitas “no limite”. Isso costuma gerar culpa e sensação de inadequação, especialmente em docentes comprometidos. Nesse aspecto, de acordo com Nascimento et al. (2025), a desvalorização e as condições de trabalho ampliam o sofrimento psíquico e dificultam que o professor encontre caminhos reais de cuidado.

De acordo com Vivot et al. (2025), a escola também é um espaço onde o professor se depara com sinais de sofrimento emocional nos próprios estudantes, como tristeza persistente, isolamento, desmotivação e queda de rendimento. Essa percepção mobiliza o docente afetivamente, porque ele se sente responsável por perceber, acolher e, muitas vezes, orientar a família ou buscar apoio interno. Quando o professor já está fragilizado, essa carga emocional adicional pode pesar ainda mais, pois ele tenta sustentar o cuidado do outro sem conseguir sustentar o próprio. Esse cenário reforça a necessidade de a escola operar em rede, com apoio multiprofissional, para que o professor não fique sozinho diante de demandas complexas.

Um elemento que precisa ser considerado é a cultura escolar que normaliza sofrimento e enaltece a “resistência” como regra. Muitos professores aprendem a continuar, mesmo adoecidos, por medo de julgamento, por insegurança profissional ou por falta de alternativas.

Quando o adoecimento não é nomeado e acolhido, ele se cronifica, e os sinais vão se tornando parte da rotina, até que a pessoa não consegue mais manter o mesmo nível de funcionamento. Nesse sentido, de acordo com Grigorio et al. (2025), estratégias de bem-estar docente precisam ir além de ações pontuais e envolver práticas institucionais de cuidado, escuta e prevenção.

De acordo com Silva et al. (2026), enfrentar a depressão docente no contexto escolar implica reconhecer que cuidar da saúde mental do professor é cuidar da qualidade da educação, porque não existe prática pedagógica sustentável quando o profissional está em sofrimento contínuo. A prevenção passa por condições dignas de trabalho, redução de sobrecarga, valorização, espaços de diálogo e encaminhamentos quando necessário. Também exige formação e sensibilização para que sinais sejam percebidos com responsabilidade e sem estigmas. Quando a escola cria um ambiente em que o professor pode existir com humanidade, o trabalho pedagógico ganha fôlego, e o ato de ensinar volta a ser vivido com mais presença, sentido e esperança.

Quando a depressão atravessa a vida do professor, ela não fica “do lado de fora” da escola. Ela entra junto com ele e passa a interferir, pouco a pouco, na forma de planejar, conduzir as aulas, avaliar, lidar com conflitos e sustentar vínculos. O docente pode continuar presente fisicamente, mas com a energia emocional diminuída, e isso afeta desde o ritmo do trabalho até a maneira como ele se percebe competente. De acordo com Rêgo et al. (2024), existe uma relação direta entre a saúde emocional dos educadores e o sucesso educacional, porque o desgaste psíquico compromete a atuação pedagógica e o clima de convivência na escola.

No planejamento, as repercussões aparecem de maneira muito concreta. Organizar sequências didáticas, selecionar recursos, adaptar atividades e prever intervenções exige foco, iniciativa e criatividade, capacidades que podem ser reduzidas durante episódios depressivos. Em muitos casos, o professor passa a optar por estratégias mais repetitivas ou por propostas menos interativas, não por falta de intenção, mas por escassez de energia mental para criar e sustentar algo novo. Esse cenário tende a gerar culpa, já que o docente sabe o que deveria fazer, mas sente que não consegue alcançar o próprio padrão de qualidade. Nesse sentido, de acordo com Nesi et al. (2024), ansiedade e depressão no ambiente escolar impactam o bem-estar e se relacionam com prejuízos na aprendizagem, porque afetam o cotidiano pedagógico e as condições de engajamento.

A didática também sofre mudanças quando a depressão está presente. Uma aula que antes era marcada por dinamismo, diálogo e presença afetiva pode se tornar mais mecânica, com

menor variação de estratégias e menos abertura para escuta. Em alguns dias, o professor reduz explicações, evita circular pela sala e diminui intervenções individuais por sentir que não tem força para sustentar o contato. Em outros, pode aparecer irritabilidade e impaciência diante de ruídos, interrupções e dificuldades dos estudantes, já que o adoecimento diminui a tolerância emocional e aumenta a sensação de sobrecarga. Nessa direção, de acordo com Silva (2024), a relação entre práticas pedagógicas e saúde mental é estreita, e ambientes marcados por pressão e pouca humanização podem produzir impactos sobre o bem-estar de toda a comunidade escolar.

Na avaliação, o peso emocional pode ser ainda maior. Elaborar instrumentos avaliativos, corrigir produções, registrar resultados e oferecer devolutivas exige atenção, tempo e organização. Quando o professor está deprimido, a concentração pode falhar, a motivação diminui e tarefas burocráticas se tornam mais difíceis, favorecendo atrasos e acúmulo de correções. Em alguns casos, o docente pode optar por avaliações mais objetivas e menos formativas para reduzir a carga de análise e acompanhamento individual, o que empobrece o processo avaliativo e diminui a possibilidade de intervenção pedagógica. Em consonância com isso, de acordo com Nesi et al. (2024), o sofrimento emocional na escola pode comprometer o processo de ensino-aprendizagem por alterar rotinas, expectativas e formas de acompanhamento do desempenho.

9

A gestão de sala de aula é outra dimensão fortemente afetada. Conduzir uma turma exige presença emocional para equilibrar firmeza, acolhimento e capacidade de mediação, e a depressão tende a reduzir essa estabilidade. O professor pode se sentir menos capaz de enfrentar conflitos, negociar regras e manter o controle do ambiente, sobretudo quando a escola convive com situações de violência ou agressões. Quando há episódios de agressões físicas e psicológicas, o medo e a insegurança intensificam o desgaste, fazendo com que o docente viva a sala de aula como espaço de alerta constante, o que aumenta o risco de adoecimento ou agravamento do quadro. Nessa perspectiva, de acordo com Silva Dias et al. (2025), as percepções dos professores sobre o aumento da violência escolar apontam impactos emocionais significativos, com repercussões na sensação de proteção e no exercício cotidiano da docência.

O vínculo professor-aluno também pode se fragilizar, mesmo quando o docente é afetivo e comprometido. A depressão pode reduzir a disponibilidade para escuta, diminuir a paciência e enfraquecer a iniciativa de se aproximar, tornando a relação mais distante e menos responsiva. Os estudantes, por sua vez, percebem essa mudança e podem interpretar como desinteresse ou frieza, o que reduz engajamento e amplia comportamentos de desmotivação. Em turmas com

vulnerabilidades sociais, a escola costuma ser uma referência de cuidado, e o enfraquecimento do vínculo tem efeitos ainda mais sensíveis, pois muitos alunos já chegam com marcas de abandono, negligência ou instabilidade emocional. Nesse ponto, de acordo com Gomes (2025), a negligência familiar pode impactar diretamente o desenvolvimento infantil e a aprendizagem, o que aumenta a demanda de acolhimento na escola e exige uma rede de apoio consistente.

O clima escolar é a “atmosfera” que se forma a partir das relações, da comunicação, do modo como conflitos são tratados e do quanto as pessoas se sentem pertencentes ao espaço. Quando docentes estão adoecidos, cresce a possibilidade de um clima mais tenso, com menos colaboração, mais ruídos comunicacionais e maior sensação de isolamento. O professor deprimido pode evitar a sala dos professores, reduzir participação em projetos coletivos e se afastar de momentos de convivência, o que fragiliza vínculos profissionais e diminui o suporte social, essencial para enfrentar o cotidiano escolar. Por isso, quando a escola não constrói espaços de escuta e cuidado, o adoecimento tende a se espalhar como um desgaste coletivo silencioso. Assim, de acordo com Rêgo et al. (2024), os desafios e desgastes vividos pelos educadores influenciam a dinâmica institucional e podem comprometer a sustentabilidade do trabalho educativo.

No processo de ensino-aprendizagem, as repercussões aparecem na qualidade das experiências pedagógicas e na continuidade do acompanhamento. A depressão pode reduzir a capacidade do professor de observar dificuldades individuais, adaptar intervenções, diversificar metodologias e oferecer devolutivas consistentes. Com isso, estudantes com necessidades específicas podem ficar sem suporte adequado, e o ritmo da turma pode se desorganizar, gerando mais tensão e novas cobranças sobre o docente. Ao mesmo tempo, quando há acolhimento e suporte institucional, o professor tende a recuperar sentido e estabilidade, o que favorece vínculos e aprendizagem com mais consistência. Nessa linha, de acordo com Silva (2024), discutir saúde mental no contexto escolar também implica repensar práticas pedagógicas e condições de trabalho, porque ensinar e cuidar das relações exige recursos emocionais, tempo e um ambiente institucional que sustente a humanidade de quem educa.

De acordo com Marinho et al. (2024), o adoecimento docente, especialmente quando relacionado à depressão, não pode ser entendido apenas como um problema individual, pois ele se conecta a fatores de trabalho, condições institucionais e pressões cotidianas que atravessam a escola. Nesse sentido, o Serviço Social na educação assume um papel estratégico por atuar justamente onde esses determinantes se tornam visíveis: nas relações, nas políticas de cuidado,

nos encaminhamentos e na articulação da rede de proteção. Quando o docente adoece, a escola não perde apenas um profissional em termos de presença física, ela perde potência pedagógica, estabilidade relacional e continuidade educativa, o que exige respostas institucionais e intersetoriais.

A atuação do assistente social na escola se fundamenta na defesa de direitos, na compreensão das expressões da questão social e na promoção de condições que assegurem dignidade e bem-estar no trabalho e na vida. No ambiente escolar, isso significa enxergar o professor como trabalhador e sujeito de direitos, cuja saúde mental está diretamente relacionada a fatores como carga horária, valorização, clima institucional e condições objetivas de exercício profissional. Essa leitura amplia o entendimento sobre a depressão e outros sofrimentos psíquicos, retirando-os do lugar de culpa e trazendo-os para o campo das responsabilidades institucionais e das políticas públicas. De acordo com Vilela (2025), as relações entre trabalho e adoecimento na educação evidenciam como as condições estruturais e organizacionais podem favorecer desgaste contínuo, exigindo ações de enfrentamento no âmbito coletivo e institucional.

As estratégias de prevenção e enfrentamento do adoecimento docente começam, frequentemente, pelo acolhimento qualificado. Acolher não é “ouvir rapidamente”, mas criar um espaço protegido, ético e sigiloso em que o professor possa nomear o que sente sem medo de julgamento. Esse acolhimento pode ocorrer por meio de atendimentos individuais, rodas de conversa, escutas orientadas e ações educativas sobre saúde mental, sempre respeitando limites profissionais e fluxos institucionais. Nessa etapa, o assistente social pode identificar sinais de sofrimento, mapear fatores de risco no ambiente de trabalho e orientar sobre possibilidades de cuidado. De acordo com Cruz Pereira et al. (2025), pensar estratégias de saúde mental no ambiente de trabalho envolve reconhecer o adoecimento psíquico como um fenômeno multifatorial e construir respostas que integrem prevenção, suporte e mudanças organizacionais.

Um eixo essencial da atuação é a articulação da rede de proteção e os encaminhamentos. A escola, sozinha, não dá conta de demandas complexas de saúde mental, então o Serviço Social tem papel central em conectar o docente à rede de saúde e assistência, como unidades básicas de saúde, CAPS, serviços psicológicos, programas municipais e iniciativas comunitárias. Encaminhar não é “empurrar” o professor para outro setor, mas acompanhar o processo, orientar sobre acesso, apoiar na comunicação com a gestão e reduzir barreiras que dificultem o

cuidado, como falta de informação e estigma. De acordo com Rocha (2025), fortalecer ações de prevenção do adoecimento relacionado ao trabalho exige organização de fluxos, suporte institucional e medidas que facilitem o acesso a estratégias de cuidado, especialmente quando a saúde mental já está comprometida.

Ações intersetoriais ganham força quando a escola constrói parcerias com saúde, assistência social, gestão pública e, quando possível, universidades e projetos de extensão. O assistente social pode coordenar ou colaborar em campanhas de promoção de saúde, formação sobre saúde mental no trabalho, protocolos de prevenção ao assédio, rodas de apoio, atividades de autocuidado e políticas internas que reduzam sobrecargas. O foco, nesse caso, não é “ensinar o professor a aguentar”, mas reorganizar o ambiente para que ele não adoeca com tanta frequência. De acordo com Salles e Campos (2025), a gestão escolar tem papel decisivo no enfrentamento ao adoecimento docente, pois a forma como organiza o trabalho, acolhe demandas e promove apoio pode reduzir ou ampliar o sofrimento vivenciado pelos profissionais.

Quando o adoecimento se instala, os impactos nas práticas pedagógicas se tornam mais evidentes: dificuldades de planejamento, menor diversidade metodológica, maior rigidez ou distanciamento emocional, atrasos em avaliações e enfraquecimento do vínculo professor-aluno. Esses efeitos não acontecem porque o docente “não quer”, mas porque o sofrimento reduz a capacidade de sustentar a rotina com equilíbrio. Isso também produz repercussões no clima escolar, ampliando conflitos, insegurança e sensação de instabilidade para os estudantes. De acordo com Marinho et al. (2024), fatores de adoecimento e estratégias de enfrentamento precisam ser analisados considerando o cotidiano real do professor, pois a depressão interfere diretamente na funcionalidade do trabalho e na relação com a própria identidade profissional.

Nesse ponto, a atuação do Serviço Social é impactada e desafiada, porque o assistente social passa a lidar com demandas crescentes de acolhimento, mediação e articulação de rede, muitas vezes em contextos escolares com poucos recursos e equipes reduzidas. A presença de professores adoecidos pode gerar maior volume de encaminhamentos, necessidade de intervenções em conflitos, construção de fluxos de atenção e apoio à gestão escolar para decisões mais humanizadas. Ao mesmo tempo, quando o Serviço Social atua preventivamente, ele contribui para reduzir afastamentos prolongados, fortalecer vínculos e promover um ambiente mais saudável, o que reverbera diretamente na qualidade do ensino e na estabilidade do trabalho pedagógico. De acordo com Cruz Pereira et al. (2025), estratégias voltadas à saúde mental no

trabalho precisam ser permanentes, integradas e voltadas ao cotidiano, para que não sejam apenas respostas emergenciais quando o adoecimento já se agravou.

A promoção da saúde no trabalho docente também envolve mapear riscos institucionais e defender mudanças concretas: revisão de carga de trabalho, melhoria de comunicação interna, espaços de participação, políticas de prevenção à violência, acolhimento a situações de assédio e valorização do professor como sujeito de direitos. Esse conjunto de ações fortalece uma cultura escolar que não naturaliza sofrimento e que reconhece o cuidado como parte da qualidade educacional. De acordo com Vilela (2025), compreender o adoecimento docente como expressão das relações de trabalho permite construir estratégias mais efetivas, que não responsabilizam individualmente o professor, mas mobilizam escola e políticas públicas em torno de proteção e dignidade.

Por fim, o Serviço Social na educação atua como ponte entre o sofrimento vivido e as possibilidades reais de cuidado, sustentando ações de prevenção, acolhimento e articulação intersetorial. Quando a escola investe em uma rede de apoio, ela protege o professor e também protege a aprendizagem, porque uma prática pedagógica consistente depende de um profissional que se sinta minimamente amparado para existir com humanidade. De acordo com Rocha (2025), fortalecer ações preventivas relacionadas ao trabalho é um caminho necessário para diminuir o adoecimento e construir ambientes escolares mais saudáveis, onde ensinar não seja sinônimo de adoecer, mas de transformar com suporte, cuidado e dignidade.

CONCLUSÃO

A conclusão deste estudo reafirma que a depressão docente não é um fenômeno isolado, nem pode ser compreendida como fragilidade individual. Ao longo do trabalho, ficou evidente que o adoecimento mental de professores se relaciona a condições concretas de trabalho, pressões institucionais, desvalorização profissional e exigências emocionais constantes presentes no cotidiano escolar. Nesse cenário, a escola deixa de ser apenas espaço de ensino e passa a revelar, diariamente, os efeitos de um sistema que cobra resultados, mas muitas vezes não oferece suporte humano e estrutural suficiente para quem sustenta a prática pedagógica.

Também se confirmou que a depressão produz repercussões diretas nas práticas pedagógicas e nas relações escolares. O planejamento tende a se tornar mais difícil, a didática pode perder dinamismo, a avaliação pode virar um processo pesado e atrasado, e a gestão de sala de aula se torna mais desafiadora, especialmente quando há conflitos e violência. Além disso, o

vínculo professor-aluno pode enfraquecer, o clima escolar pode se tornar mais tenso e o processo de ensino-aprendizagem pode ser afetado pela instabilidade emocional e pela redução da continuidade pedagógica. Assim, compreender essas repercussões é essencial para que a escola pare de tratar o sofrimento como algo “normal” e passe a enxergar que cuidar do professor é cuidar do direito à educação.

A atuação do Serviço Social na educação se mostrou um eixo fundamental na prevenção e no enfrentamento do adoecimento docente, justamente por sua capacidade de articular rede de proteção, acolhimento, encaminhamentos e ações intersetoriais. Ao compreender o professor como trabalhador e sujeito de direitos, o assistente social contribui para que a escola não responda ao adoecimento com silêncio, culpabilização ou improviso, mas com estratégias planejadas, éticas e humanizadas. A presença do Serviço Social favorece a construção de fluxos de atendimento, o diálogo com a gestão escolar, o fortalecimento de ações de promoção da saúde no trabalho e a criação de uma cultura institucional que reconheça limites, respeite subjetividades e promova proteção.

Por fim, conclui-se que enfrentar a depressão docente requer compromisso coletivo e institucional. Não basta orientar o professor a “se cuidar” se as condições de trabalho permanecem adoecedoras. É necessário fortalecer políticas de cuidado, construir ambientes escolares mais seguros e colaborativos, valorizar o docente, reduzir sobrecargas e garantir acesso real à rede de saúde e assistência. Quando a escola assume a saúde mental como parte da sua responsabilidade social, ela amplia a qualidade do ensino, fortalece vínculos e cria um espaço mais humano para quem aprende e para quem ensina. Essa é a direção mais coerente: uma educação que reconhece que, para ensinar com sentido, o professor precisa existir com dignidade.

REFERÊNCIAS

CRUZ PEREIRA, Lidiana et al. O adoecimento psíquico de professores e estratégias para a saúde mental no ambiente de trabalho. *Revista Foco*, v. 18, n. 12, p. e10882-e10882, 2025.

GIL, Antonio Carlos. *Métodos e técnicas de pesquisa social*. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GOMES, Rebecca de Sousa. *Silêncios que marcam: negligência familiar e seus impactos no desenvolvimento infantil e na aprendizagem*. 2025.

GRIGÓRIO, Erica Lamara Gomes Alves et al. Saúde mental dos professores: desafios e estratégias para o bem-estar docente. *Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro*, v. 6, n. 1, p. 1-16, 2025.

MARINHO, Marcelo Pedro et al. Depressão em professores do Ensino Fundamental: fatores de adoecimento e estratégias de enfrentamento. *Revista Profissão Docente*, v. 24, n. 49, p. 1-18, 2024.

MARTINS, Reginaldo Neves. Adoecimento mental entre professores no Brasil: uma revisão narrativa crítica sobre causas, consequências e possíveis intervenções. *Revista Missioneira*, v. 27, n. 2, p. 3-10, 2025.

NASCIMENTO, Jacione dos Santos et al. A intensificação do trabalho docente e suas repercussões na saúde mental dos professores: condições de trabalho, sofrimento psíquico e a desvalorização da profissão. 2025.

NESI, Elizabete Patrícia Borges et al. Ansiedade e depressão na escola: O impacto na aprendizagem e bem-estar. *ARACÊ*, v. 6, n. 4, p. 15949-15964, 2024.

RÊGO, Lílian Andrade; DE FREITAS, Adriana Queli; DE SALES VASCONCELOS, Antonia Maria Lima. A relação entre saúde emocional dos educadores e o sucesso educacional: desafios e desgastes no contexto escolar. *Revista Foco*, v. 17, n. 12, p. e7360-e7360, 2024.

ROCHA, Patrícia Medrado. Condições de trabalho e saúde mental dos docentes da UFRN: fortalecimento das ações de prevenção do adoecimento relacionado ao trabalho. 2025.

SALLES, Thamires Coutinho Carvalho; CAMPOS, Marcela Fraga Gonçalves. A gestão escolar no enfrentamento ao adoecimento docente na educação básica do Brasil. 2025.

SILVA DIAS, Patricia et al. Aumento da violência escolar: percepções dos professores sobre agressões físicas e psicológicas. *ARACÊ*, v. 7, n. 12, p. e10891-e10891, 2025.

SILVA, André Costa et al. Educação e saúde mental docente: desafios, práticas e implicações no cotidiano escolar. *Revista de Geopolítica*, v. 17, n. 1, p. e1293-e1293, 2026.

SILVA, Thais Martins da. O impacto das práticas pedagógicas na saúde mental dos estudantes de ensino médio: uma revisão bibliográfica. 2024.

VILELA, Anna Paulla Artero. Trabalho e adoecimento na educação: um estudo comparativo do professorado das redes estaduais de educação em São Paulo e Mato Grosso. 2025.

VIVOT, Lucas Marino et al. A percepção dos professores sobre a depressão infantil. *Cuadernos de Educación y Desarrollo-QUALIS A4*, v. 17, n. 3, p. e7863-e7863, 2025.