

ADOCIMENTO MENTAL E SUA RELAÇÃO NA ATUAÇÃO DOS (AS) PROFESSORES (AS) DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO PÚBLICO BRASILEIRO

Antônio Alberto da Costa Júnior

Professor do componente curricular Educação Física, lotado na Secretaria da Educação do estado do Ceará (SEDUC-CE).

antonio.junior22@prof.ce.gov.br

Ygor Lima da Silva

Graduando Bacharelado em Educação Física (UniFametro).

ygorl.ceara@gmail.com

Dra. Roberta Oliveira da Costa

Docente do Programa de Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional (PROEF-IFCE).

roberta.costa@professor.unifametro.edu.br

Área Temática: Saúde Mental e o processo de Adoecimento no Trabalho

Área de Conhecimento: Ciências da Saúde

Encontro Científico: XV Encontro de Pós-graduação

RESUMO

A categoria docente é uma das mais expostas a ambientes conflituosos e de alta exigência de trabalho, os quais, repercutem na saúde física e mental destes, haja vista que as transformações históricas do trabalho docente modificaram os processos de ensino-aprendizagem desenvolvidos no âmbito escolar. Nessa especificidade, os (as) professores (as) do componente curricular Educação Física enfrentam desafios únicos que podem impactar seu bem-estar físico, emocional, social e psicológico. Assim, esta atividade investigativa objetivou elencar e contextualizar os principais elementos e fatores específicos do componente curricular Educação Física que podem resultar no adoecimento mental docente desse público. Para tanto, realizou-se uma revisão narrativa de abordagem qualitativa, com o objetivo de reunir e interpretar criticamente produções científicas sobre o adoecimento mental de professores (as) de Educação Física no Brasil. Foram selecionados 15 artigos científicos publicados entre 2015 e 2025, disponíveis em bases como *SciELO*, *PePSIC* e *ResearchGate*. Os fatores elencados nesse trabalho científico evidenciam a necessidade do desenvolvimento e aprimoramento de ambientes educacionais e processos de ensino e aprendizagem que ocorram de modo mais saudável e acolhedor para todos os envolvidos nesse contexto escolar. Além disso, a compreensão, discussão e busca pela resolução das situações destacadas ao longo desta atividade investigativa é essencial, no tocante ao desenvolvimento de intervenções assertivas, sensatas, eficientes e eficazes que promovam um ambiente de trabalho mais saudável e produtivo.

Palavras-chave: Escola; Educação Física; Adoecimento mental docente.

INTRODUÇÃO

A categoria docente é uma das mais expostas a ambientes conflituosos e de alta exigência de trabalho, os quais, repercutem na saúde física e mental destes, isto porque, as transformações na organização do trabalho docente, como novas exigências e as competências requeridas para

o processo de ensino e aprendizagem, modificaram o ato histórico do ensinar no contexto escolar público e, por não proverem os meios e materiais compatíveis, criaram uma sobrecarga de trabalho exaustiva para os profissionais (Cruz; Lima, 2021).

Nessa especificidade, os (as) professores (as) do componente curricular Educação Física, que desempenham um papel crucial na formação diversificada dos (as) alunos (as) da educação básica pública brasileira, enfrentam desafios únicos que podem impactar seu bem-estar físico, emocional, social e psicológico. A pressão por resultados educacionais e esportivos, a necessidade de manter a disciplina em sala de aula e/ou nos ambientes utilizados para a ministração das aulas, o desenvolvimento de projetos interdisciplinares/escolares e a responsabilidade de promover um ambiente saudável são apenas algumas das questões que podem contribuir para o desenvolvimento de doenças relacionadas aos aspectos físico e mental destes profissionais.

Diante das situações elencadas até então, surgem os seguintes questionamentos norteadores voltados para a atividade investigativa: Quais são os possíveis fatores que podem ocasionar o adoecimento mental dos (as) professores (as) de Educação Física que atuam em unidades escolares de Ensino Médio público brasileiro?

Tal questionamento científico parte dos altos números, índices e situações de afastamento do trabalho desses profissionais em decorrência do adoecimento mental, sendo isso corroborado em pesquisas realizadas pela *International Stress Management Association* (ISMA-BR, 2022), a qual, apontou o Brasil como um dos países com a maior incidência de doenças mentais advindas do trabalho docente em 2021, estando o país em segundo lugar do *ranking* mundial relativo à temática abordada (Lima; Domingues Júnior; Gomes, 2023).

Ademais, em buscas e pesquisas realizadas nos principais periódicos de pesquisa científica, observou-se uma boa quantidade de trabalhos realizados nessa área (Graup *et al.*, 2020; Martins *et al.*, 2024; Perniciotti *et al.*, 2020; Ramos *et al.*, 2020; Rietjens; Tartuci; Procópio, 2024; Silva *et al.*, 2023; Silva *et al.*, 2024). No entanto, esses estudos não analisaram o *locus* elencado/delimitado para esta investigação científica. Além disso, essa temática esteve atrelada, com grande veemência, aos autores desta investigação científica, pois, os mesmos já presenciaram vários casos de colegas professores (as) que necessitaram se afastar das suas funções laborais por conta de adoecimento mental decorrente da atividade docente. Assim, essas situações provocaram reflexões dos pesquisadores em face dessa temática, por conta da alta incidência de adoecimento mental no público do magistério.

Assim, diante das situações elencadas até aqui, foi proposto o seguinte objetivo para a

atividade investigativa: elencar e contextualizar os principais elementos e fatores específicos do componente curricular Educação Física que podem resultar no adoecimento mental docente desse público, a partir de uma revisão de literatura sobre esta temática investigativa, mediante análise e interpretação crítica das produções científicas produzidas no Brasil.

METODOLOGIA

A presente atividade investigativa, tem por característica, apresentar uma revisão de literatura sobre a temática e objetivo elencado para a mesma. Para Fonseca (2002), este método de pesquisa é feito a partir de referências teóricas já analisadas e publicadas, seja por meio escrito ou eletrônico, permitindo ao pesquisador conhecer o que já se estudou sobre determinado assunto.

Assim, foram selecionados 15 artigos científicos publicados entre 2015 e 2025, disponíveis em bases como *SciELO*, *PePSIC* e *ResearchGate*. A escolha das fontes levou em consideração os seguintes critérios: (i) relação com a temática pesquisada; (ii) foco em professores (as) da educação básica brasileira, em especial àqueles (as) que atuam na etapa educacional do Ensino Médio, ministrando o componente curricular Educação Física; (iii) abordagem empírica ou teórica relevante para o campo da saúde mental docente.

Os dados provenientes desta busca foram tratados por meio de procedimento de análise de conteúdo (Bardin, 2004). Segundo esta autora, tal análise deve compreender três fases: Primeiramente, foi realizada uma pré-análise para que fosse possível organizar as ideias iniciais extraídas de tais documentos; na segunda etapa, houve a exploração do material; e na terceira e última etapa, foi realizado o tratamento destes dados e sua interpretação, após a categorização dos temas mais abordados encontrados nestes artigos, que, por fim, nortearam a discussão sobre o assunto.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O componente curricular Educação Física, segundo a Lei de Diretrizes e Bases da Educação (LDB) e de acordo com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), é uma disciplina obrigatória na educação básica brasileira, a qual, estuda, discute, tematiza e proporciona a vivência das práticas corporais de movimento (brincadeiras e jogos, danças, lutas, esportes, ginásticas e práticas corporais de aventura) de acordo com as diferentes formas de expressão histórico-social e experiências estéticas, emotivas e lúdicas (Brasil, 2018).

Nessa especificidade, os (as) professores (as) do componente curricular Educação Física, que desempenham um papel crucial na formação diversificada dos (as) alunos (as) da

educação básica pública brasileira, enfrentam desafios únicos que podem impactar seu bem-estar físico, emocional, social e psicológico.

Assim, Andressa, Ivo e Ilha (2025), Bonome-Vanzelli e Verardi (2020), Franciosi, Testa e Both (2022), Graup *et al.* (2020), Guedes e Gaspar (2016), Herbstrith, Ribeiro e Afonso (2023), Luz e Kaefer (2022), Ribeiro (2021), Scheuch (2015) e Souza e Leite (2020) mencionam, entre os desafios do cotidiano do trabalho do (a) professor (a) de Educação Física que atuam na etapa educacional do Ensino médio público brasileiro, as seguintes situações: formação inicial e continuada deficitária, multiplicidade de papéis do profissional, desvalorização da disciplina no currículo escolar por parte de alguns colegas de profissão, gestores e políticos, escassez ou precariedade da estrutura física e material para as aulas desse componente curricular, redução histórica da carga horária semanal de aula, acréscimo de atividades letivas fora da alçada profissional, violência e insegurança no ambiente escolar, conflitos nas relações interpessoais com colegas de trabalho e/ou com pais/responsáveis, proposição ou imposição para um foco esportivo competitivo nas aulas, aprovação em larga escala, ruídos na escola, turmas excessivamente grandes, falta de autonomia, problemas comportamentais e falta de motivação dos (as) alunos (as), índices alarmantes e de larga escala em relação a violência social dentro do contexto escolar, entre outras situações.

Ademais, alguns desses (as) docentes acabam ministrando aulas de diversas disciplinas escolares, o que os (as) obriga a realizarem planejamentos para várias turmas/séries, locais, unidades escolares e disciplinas curriculares diversas, resultando na alta demanda de tempo consumido para estudo, pesquisa e planejamento dos conteúdos específicos.

Assim, Bonome-Vanzelli e Verardi (2020) e Franciosi, Testa e Both (2022) destacam a notória consequência da alta carga horária de trabalho que muitos professores (as) são submetidos (ou se submetem) com vistas a cumprirem sua carga horária, além de almejavem um retorno financeiro maior. Contudo, Schlindein *et al.* (2024) observam que tais práticas laborais resultam em um cotidiano em que esses (as) docentes deixam de realizar ações para si (como autocuidado, descanso, atenção/presença com seus familiares e pessoas próximas, momentos de lazer, práticas de atividades físicas, relaxamento corporal e mental e afins), em face das demandas de atividades burocráticas e/ou específicas de sua atividade profissional, o que pode acarretar negativamente na sua qualidade de vida pessoal, familiar, comunitária, trabalhista e de saúde corporal e mental.

Nesse ínterim, Andressa, Ivo e Ilha (2025) e Farias e Wagner (2024) destacam que os (as) docentes de Educação Física enfrentam um ciclo contínuo de adoecimento em um cenário

marcado pela precarização de suas atividades laborais, haja vista que as exigências inerentes à carreira profissional podem desencadear uma profusão de doenças relacionadas a seara laboral, impactando diretamente na sua qualidade de vida social, familiar, profissional, espiritual e afins. Dentre as situações que podem acarretar tal adoecimento, pode-se elencar as Lesões por Esforços Repetitivos (LER) e os Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT), problemas musculoesqueléticos e dores nas costas são manifestações frequentes da intensificação do trabalho docente.

No entanto, Franciosi, Testa e Both (2022), Graup *et al.* (2020), Luz e Kaefer (2022), Ribeiro (2021) e Pereira, Ramos e Ramos (2022) destacam que muitos professores (as) de Educação Física apresentam - ou podem desenvolver ao longo da carreira profissional - algumas doenças peculiares, como um alto grau de desgaste vocal (por muitas vezes as aulas serem realizadas em espaços abertos, com acústica ruim, ruídos diversos e turmas numerosas), doenças epiteliais (haja vista que muitas escolas dispõem de quadra esportivas que não são cobertas ou porque o único espaço possível de utilização para atividades do componente curricular em voga são realizadas sob a forte incidência do ambiente climático da região) e distúrbios relacionados ao adoecimento mental (como por exemplo níveis de estresse altíssimo, *Síndrome de Burnout*, transtorno do pânico, depressão e ansiedade).

Nesse contexto, Souza e Leite (2020) apontam que as condições de trabalho dos professores (as) de Educação Física escolar está se tornando cada vez mais desfavorável e desmotivante, a partir da falta de estrutura escolar, de material disponível para as aulas, turma superlotadas, carga horária de trabalho extenuante, baixa remuneração, constante cobrança por resultados educacionais nas avaliações externas governamentais de larga escala e, também, nas atividades esportivas que a escola venha a participar.

Nesse último ponto (resultados nas atividades esportivas escolares), muitas escolas públicas utilizam dessa ferramenta social para proporcionar *marketing* institucional aos gestores superiores e a comunidade externa à escola. No entanto, as condições proporcionadas ao profissional da área da Educação Física escolar não é a ideal, pois, em muitos casos, não há materiais em quantidade e qualidade disponível para o desenvolvimento dessas atividades esportivas (em alguns casos, não há nem bolas, redes e nem uniforme esportivo para isso), nem muito menos ocorre a disponibilização de carga horária e remuneração específica para isso. Além disso, há uma situação que vem se agravando nos últimos tempos: a violência/agressão verbal e/ou física - advinda de pessoas que estão nos locais de jogos - contra os participantes das modalidades esportivas.

Em se tratando de violência e contexto escolar, nos últimos anos, é observado, estudado, noticiado e catalogado o expressivo aumento do número de casos dos mais variados tipos e situações de violências nas escolas públicas brasileiras, abrangendo situações de agressões verbais, físicas, desqualificação profissional, notícias inverdadeiras, ameaças, depredações do patrimônio público e/ou privado, mortes, tiroteios, invasões, furtos, assédios sexuais, tentativas de estupro, porte de armamento perfurocortante e/ou de fogo, entre outros casos.

Nesse contexto, segundo Graup *et al.* (2020), o fenômeno da violência dentro da seara escolar é parte fundamental do processo de precariedade laboral histórica pertinente aos (as) docentes do ensino público brasileiro, sendo isso relatado pelo autor a partir do caso de uma professora que foi assaltada e baleada de raspão quando estava ministrando aula na quadra esportiva da escola, assim como foi destacada a venda e consumo de drogas nesse ambiente, além da presença de pessoas envolvidas com o “mundo do crime” que ficavam “vigiando/assistindo” as aulas de Educação Física.

Em suma, tudo isso pode ser um agente (ou vários agentes) que desencadeia (desencadeiam) o surgimento de adoecimento mental nos (as) professores (as) de Educação Física que atuam na etapa educacional do Ensino Médio brasileiro. A socialização desse tema é necessária, haja vista os inúmeros casos diagnosticados e a alta incidência de adoecimento mental no público docente que atua na educação básica (Cruz; Lima, 2021, Diehl; Marin, 2016, Magalhães *et al.*, 2023, Martins, 2025, entre outros), devendo ser, portanto, amplamente debatido nas várias esferas sociais, profissionais e acadêmicas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O esforço de ser professor (a) necessita ser amparado por necessidades pedagógicas, arregimentando mais conhecimentos, condições e materiais/espacos que se traduzam e transformem em processos de ensino-aprendizagem assertivos, eficazes, sensatos e adequados para cada situação vivida. Do mesmo modo com que o sujeito se constrói professor (a) de Educação Física, ele (a) deixa de ser, por conta da diversidade de experiências vividas/observadas ao longo do seu desenvolvimento profissional - muitas delas elencadas neste trabalho -, as quais, na maioria das vezes, não são levadas em conta por aqueles que deveriam acolher e dar suporte a esse profissional da educação.

Embora o tema possua um crescente destaque científico, com diversas pesquisas indicando o aumento nos índices de adoecimento e afastamento da labuta educacional, há poucos estudos voltados, especificamente, aos (às) professores (as) do componente curricular

Educação Física, que atuam na etapa educacional do Ensino Médio brasileiro. Por isso, parece ser necessário que os estudos atrelados a essa temática sejam complementados por pesquisas envolvendo grupos que lecionem o mesmo componente curricular em destaque, haja vista a virtude de suas especificidades na prática pedagógica, como é o caso dos professores de Educação Física elencados para este estudo.

REFERÊNCIAS

ANDRESSA, J. dos S. S.; IVO, A. A.; ILHA, F. R. da S. O processo de trabalho de docentes de educação física da rede pública de pelotas. **Revista Dialogia**, n.º. 53, pág. 1-13, maio/ago. São Paulo, 2025.

BARDIN, L. **Análise de Conteúdo**. Lisboa: Edições Setenta, 2004.

BONOME-VANZELLI, S. R. C.; VERARDI, C. E. L. A saúde física e mental de professores de educação física: aptidão física, burnout e estados de humor. **Revista A Psicologia e Suas Interfaces na Saúde, Educação e Sociedade**, 2020.

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2018.

CALDAS, F. B. *et al.* ADOECIMENTO MENTAL EM PROFESSORES DE ESCOLAS PÚBLICAS NO BRASIL. **Cadernos de Educação**, v. 24, n. 48, p. e2508-e2508, 2025.

CRUZ, C. T.; LIMA, S. S. de. Adoecimento mental em professores de escolas públicas do Distrito Federal. **Relatório final de pesquisa de Iniciação Científica apresentado à Assessoria de Pós-Graduação**, 2021.

DELBONI, C. Pesquisa mostra que 72% dos professores enfrentam problemas de saúde mental. **Portal de notícias o Estadão [Comportamento Adolescente e Educação]**. São Paulo, 2021. Disponível em:

< <https://www.estadao.com.br/emails/carolina-delboni/pesquisa-mostra-que-72-dos-professores-enfrentam-problemas-de-saude>

mental/?srsltid=AfmBOoqsxow5wTN8zKqyGOaWBFd04mkY6_oWmcJQ531ZJmLKRhdgtNU >.

Acesso em: 16/12/2024.

DIEHL, L.; MARIN, A. H. Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. **Revista Estudos Interdisciplinares em Psicologia** [online], vol., 7, n.º. 2, pág., 64-85, 2016.

FARIAS, B. H. da S.; WAGNER, F. **Condições de trabalho e adoecimento docente: causas persistentes**. Estado da publicação: não informado pelos autores. **Scielo préprints**, 04/11/2024.

FIOCRUZ. **Estudo sobre sofrimento psíquico de professores da educação básica**. 2021.

FONSECA, J. J. S. **Metodologia da Pesquisa Científica**. Fortaleza: UEC, 2002. Apostila.

FRANCIOSI, A. P.; TESTA, S.; BOTH, J. Avaliação da Síndrome de Burnout de professores de Educação Física conforme as variáveis sociodemográficas. **Revista Lecturas: Educación Física y Deportes**, vol. 27, n°. 292, pág. 19-35, 2022.

GIORDANI, J. P.; SEFFNER, F.; DELL'AGLIO, D. D. Violência escolar: percepções de alunos e professores de uma escola pública. **Revista Psicologia Escolar e Educacional**, vol. 21, n°. 1, janeiro/abril. São Paulo, 2017.

GRAUP, S. *et al.* Prevalência de transtornos mentais e fatores associados em professores de Educação Física. **Revista Sociedade e Desenvolvimento**, vol. 9, n°. 8, 2020.

GUEDES, D.; GASPAR, E. “Burnout” em uma amostra de profissionais de Educação Física brasileiros. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, vol. 30, n°. 4, pág. 999-1010, Out-Dez. São Paulo, 2016.

HERBSTRITH, C. de A.; RIBEIRO, J. A. B.; AFONSO, M. da R. Síndrome de burnout, ansiedade e depressão em professores de Educação Física. **Revista Contemporânea**, vol. 3, n°. 10, 2023.

LIMA, L. A. O.; DOMINGUES JUNIOR, P. L.; GOMES, O. V. O. Saúde Mental e Esgotamento Profissional: Um Estudo Qualitativo Sobre os Fatores Associados à Síndrome de Burnout entre Profissionais da Saúde. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, vol. 16, n°. 47, 2023.

LUZ, D. A. de M.; KAEFER, C. O. A saúde mental dos professores da rede pública que atuam no ensino médio: uma contribuição do fazer da psicologia. **Cadernos Brasileiros de Saúde Mental**, vol. 14, n°. 41, pág. 19-37. Florianópolis, 2022.

MAGALHÃES, T. A. *el al.* Preditores dos sintomas de estresse em uma amostra de professores da educação básica do ensino público brasileiro. **Revista CPAQV – Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**, vol. 15, n°. 2, 2023.

MARTINS, F. M. *et al.* Saúde mental e satisfação no trabalho de professores da rede pública estadual. **Cadernos da Fucamp (Artigo original)**, vol. 30, pág. 38-59, 2024.

MARTINS, R. N. Adoecimento mental entre professores no Brasil: uma revisão narrativa crítica sobre causas, consequências e possíveis intervenções. **Revista Missionária Santo Ângelo**, vol., 27, n°. 2, pág. 3-10, 2025.

MOREIRA, H. D. R. *et al.* Qualidade de vida do trabalhador docente em Educação Física do estado do Paraná, Brasil. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, vol. 12, pág. 435-442, 2010.

MOROSTICA, D.; SAMPAIO, A. A. Estresse em professores de Educação Física: potenciais causas e estratégias de enfrentamento. **Caderno de Educação Física e Esporte**, vol. 13, n°. 2, pág. 45-60, jul./dez. Marechal Cândido Rondon, 2015.

PAULA, J. A. M. de. A síndrome de Burnout e suas repercussões na prática docente do ensino fundamental II na escola estadual José de Almeida Pinheiro Júnior em São Vicente–São Paulo–Brasil. **Repositorio de Tesis y Trabajos Finales UAA**, 2022.

PEREIRA, E. C. de C.; RAMOS, M. F. H.; RAMOS, E. M. L. S. Síndrome de burnout e autoeficácia em professores de educação física. **Revista Brasileira de Educação**, vol. 27, edição eletrônica (e270045), 2022.

PERNICIOTTI, P., *et al.* Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. **Revista Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar (SBHP)**, vol. 23, n°. 1(jan./jun.). Rio de Janeiro, 2020.

RAMOS, L. S. *et al.* O ambiente escolar incapaz de assegurar a saúde mental do professor: uma revisão literária. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, vol. Sup., n°. 49, 2020.

RIBEIRO, J. A., *et al.* Fatores organizacionais e laborais relacionados ao burnout: um estudo com professores de Educação Física. **Revista Humanidades e Inovação**, vol. 8, n°. 44, 2021.

RIETJENS, B. V. de O. G.; TARTUCI, D.; PROCÓPIO, L. V. F. C. Síndrome de burnout no ensino remoto: repercussões na saúde física e mental de docentes e gestores. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, vol. 17, n°. 49, pág. 219–238. Boa Vista, 2024.

SCHEUCH, K. Saúde dos Professores. **Journal Deutsches Ärzteblatt International**, pág. 347-356. Alemanha, 2015.

SCHLINDEIN, L. D. O. *et al.* Síndrome de *Burnout* em professores de Educação Física na pandemia de COVID-19. **APRENDER – Cadernos de Filosofia e Psicologia da Educação**, ano XVIII, n°. 31, pág. 103-121, Jan./Jun. Vitória da Conquista, 2024.

SILVA, J. C. da S. *et al.* Saúde mental, adoecimento e trabalho docente. **Revista Psicologia Escolar e Educacional**, vol. 27, 2023.

SILVA, W. M. da; *et al.* Fatores que impactam a saúde mental e emocional dos professores e estratégias de enfrentamento. **Revista Científica Multidisciplinar (RECIMA 21)**, vol., 5, n°. 9, 2024.

SOUZA, B. M.; LEITE, D. M. M. Doenças em uma amostra de professores de Educação Física. IN: MATTOS, S. M. (Org.). **Educação Física e áreas de estudo do movimento humano 3** [recurso eletrônico] Formato: PDF. Editora Atena. ISBN 978-65-5706-110-7. Ponta Grossa, PR, 2020.

TOSTES, M. V. *et al.* Sofrimento mental de professores do ensino público. **Saúde em debate**, v. 42, p. 87-99, 2018.