**Adoecimento mental em professores universitários: uma revisão narrativa da literatura**

Maria Tainara Pinheiro [[1]](#footnote-1)

Guilhermi da Silva Maia 2

Karla Correa Lima Miranda 3

Samyra Paula Lustoza Xavier 4

**RESUMO:** **introdução:** Os transtornos mentais como ansiedade, depressão e o estresse crônico estão cada vez mais incidentes na classe docente em decorrência das cobranças constantes e da contaminação do horário de lazer/descanso ou demandas pessoais pelo trabalho, os quais podem desencadear alterações de humor, comportamento psíquico prejudicado e desejo de fuga do ambiente de trabalho, afetando negativamente sua vida pessoal e profissional **Objetivo**: revisar na literatura aspectos relacionados a existência de adoecimento mental entre os professores universitários. **Método:** Trata-se de uma Revisão Narrativa de Literatura (RNL) que possui caráter amplo e se propõe a descrever determinado assunto sob o ponto de vista teórico ou contextual, mediante análise e interpretação da produção científica existente Este estudo se fundamenta em responder a seguinte pergunta de pesquisa: há adoecimento mental entre os professores universitários? A partir de busca bases de dados: *Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde* (LILACS), *Medical Literature Analysis and Retrievel System Online* (MEDLINE) e BDENF, acessadas por intermédio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), utilizando os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) - “Saúde mental” e“Docentes Universitários”, pareados com auxílio do operador booleano *AND* Este processo envolveu atividades de busca, identificação, fichamentos de estudo e análise. **resultados:** a falta de estrutura física adequada, desinteresse de alunos, inflexibilidade nas relações, insatisfação profissional, exaustão emocional, ente outros, influenciam no adoecimento mental Além de apresentar uma sobrecarga de trabalho como um fator de risco psicossocial, os indivíduos de sexo feminino é o que mais estão vulneráveis ao adoecimento **considerações finais**: Conclui-se que há um significativo quadro de adoecimento mental na categoria docente, tal aspecto deve ser levado em consideração para que as instituições de ensino e seus outros atores possam (re)pensar estratégias que promovam saúde mental e melhores as condições de vida e trabalho de todos, especialmente dos docentes.

**Palavras-Chave:** 1° saúde; 2° saúde mental; 3° docentes universitários.

**E-mail do autor principal:** tainra.pinheiro@urca.br

**INTRODUÇÃO**

Os transtornos mentais como ansiedade, depressão e o estresse crônico estão cada vez mais incidentes na classe docente em decorrência das cobranças constantes e da contaminação do horário de lazer/descanso ou demandas pessoais pelo trabalho, os quais podem desencadear alterações de humor, comportamento psíquico prejudicado e desejo de fuga do ambiente de trabalho, afetando negativamente sua vida pessoal e profissional (Dias; Silva, 2020).

Enquanto contexto de trabalho, a universidade traz perspectivas entre a relação de ser produtivo ou improdutivo, exacerba a individualidade, a competitividade, as disputas relacionadas a produção acadêmica, que, ao longo do tempo, foi adquirindo um caráter natural, fazendo com que nesta caminhada os trabalhadores adoeçam como consequência de atender as exigências cada vez mais intangíveis de um sistema avassalador (Santos., *et al*, 2023).

A demanda laboral do professor universitário é vista pelo excesso de atribuições, onde essas muitas vezes ultrapassam os muros das universidades que resultam em um suporte infindável aos alunos e à produção científica, o que contribui para a constância de sentimentos e pensamentos de preocupação, ansiedade, inquietação e aumento do estresse (Santos., *et al*, 2023).

Mediante o exposto, destaca-se a necessidade observar a saúde mental dos professores universitários de modo a (re)pensar estratégias para prevenir o surgimento e/ou agravamento do adoecimento mental nessa população. Diante do exposto, objetivou-se revisar na literatura aspectos relacionados a existência de adoecimento mental entre os professores universitários.

**MÉTODO**

Trata-se de uma Revisão Narrativa de Literatura (RNL) que possui caráter amplo e se propõe a descrever determinado assunto sob o ponto de vista teórico ou contextual, mediante análise e interpretação da produção científica existente (Mendes., *et al*, 2015).

Este estudo se fundamenta em responder a seguinte pergunta de pesquisa: há adoecimento mental entre os professores universitários? A partir de busca bases de dados: *Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde* (LILACS), *Medical Literature Analysis and Retrievel System Online* (MEDLINE) e BDENF, acessadas por intermédio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), utilizando os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) - “Saúde mental” e“Docentes Universitários”, pareados com auxílio do operador booleano *AND* Este processo envolveu atividades de busca, identificação, fichamentos de estudo e análise.

Os dados coletados para seleção dos artigos analisados neste estudo atenderam os seguintes critérios de inclusão: ter sido publicado nos últimos cinco anos, estar no idioma Português disponíveis completos gratuitamente na íntegra em formato eletrônico já os critérios de exclusão foram: artigos publicados em periódicos não editados no Brasil, artigos que embora abordasse cuidado em saúde mental do professor, tratassem de situações relacionadas a pandemia.

Inicialmente foram identificadas na literatura 1994 referências, destas, foram selecionadas 1344 que apresentavam o texto completo na integra, no entanto, apenas 191 atenderam o critério de inclusão relativo ao idioma, 54 atenderam ao recorte temporal, dos quais 11 estavam duplicados. Das 43 referências resgatadas, após a leitura do título e resumo foram excluídas 33 referências por não responderem à questão norteadora do estudo, perfazendo um total de 10 artigos que compuseram este *córpus* de análise.

**RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Apresenta-se no Quadro 1 a caracterização dos 10 artigos incluídos no estudo quanto ao autor, ano de publicação, tipologia e objetivo.

Quadro 1. Caracterização dos estudos quanto ao autor, ano, tipologia e objetivo.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **AUTOR** | **ANO** | **TIPOLOGIA** | **OBJETIVO** |
| Santos, *et al* | 2023 | Estudo descritivo e exploratório de abordagem qualitativa. | Refletir junto aos docentes de magistério superior em enfermagem sobre a relação entre trabalho docente e promoção da saúde mental. |
| Santos *et al* | 2022 | Revisão integrativa da literatura | Investigar a relação entre sentido da vida e saúde mental em professores. |
| Freitas | 2020 | Estudo com abordagem misto  | Compreender como está a saúde mental dos professores universitários dos cursos da saúde. |
| Trevisam *et al* | 2022 | Revisão sistemática de literatura. | Caracterizar o perfil epidemiológico de agravos a saúde mental em professores no âmbito nacional e internacional. |
| Sanchez *et al* | 2019 | Estudo transversal. | Identificar o impacto da saúde na qualidade de vida (QV) e qualidade da vida profissional (QVT) de professores universitários. |
| Ribeiro *et al* | 2022 | Estudo transversal  | Verificar a associação entre a violência laboral e a síndrome de Burnout em professores. |
| Dias *et al* | 2020 | Revisão integrativa da literatura | Identificar na literatura cientifica as causas da síndrome de Burnout em profissionais docentes. |
| Machado *et al* | 2020 | Estudo transversal  | Verificar a associação entre depressão e qualidade de vida nos docentes universitários. |
| Antonini *et al* | 2023 | Pesquisa qualitativa | Compreender os fatores que influenciam a saúde mental dos professores de curso técnico da saúde. |
| Sena *et al* | 2021 | Estudo teórico de revisão sistemática com abordagem qualitativa | Apresentar uma análise ampliada dos achados de revisão no cenário da literatura nacional acerca do assunto, ancorada na teoria da psicodinâmica do trabalho e reflexões teóricas inserida no diálogo.  |

Fonte: autores.

Em síntese os estudos mostram que as instituições determinam as regras, e, por vez internalizam nos profissionais o modo como se deve agir e estar em espaços laborais, além de serem resistentes a mudanças, estas impõem limitações e/ou obstáculos ao incentivo de promoção da saúde mental (Santos., *et al*, 2023).

Os resultados demostram uma correlação negativa entre a realização existencial e dois sintomas do estresse ocupacional: a exaustão emocional e positiva *versus* a realização pessoal reduzida, mesmo em grupos alocados em funções distintas no ambiente de trabalho (Santos., *et al*, 2022).

Além de apresentar uma sobrecarga de trabalho como um fator de risco psicossocial, os indivíduos de sexo feminino é o que mais estão vulneráveis ao adoecimento (Trevisam., *et al*, 2022). Ademais a falta de estrutura física adequada, desinteresse de alunos, inflexibilidade nas relações, insatisfação profissional, exaustão emocional, ente outros, influenciam no adoecimento mental (Dias., *et al*, 2020).

Além de haver associação entre depressão com menor escore de qualidade de vida para os domínios: capacidade funcional, dor, estado geral de saúde, vitalidade, aspectos sociais e saúde mental, observou-se que a depressão influenciou de forma negativa a qualidade de vida dos professores universitários (Machado., *et al*, 2020).

 A pressão no trabalho, desvalorização do professor, relações conflituosas no trabalho, falta de educação continuada e promoção da saúde são fatores que influenciam negativamente na saúde mental do professor (Antonini., *et al*, 2023). A produção do trabalho docente pode adoecer essa classe profissional e requer estratégias defensivas elaborada para a busca de soluções adequadas, visando a saúde mental desses trabalhadores (Sena., *et al*, 2021).

**CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Conclui-se que há um significativo quadro de adoecimento mental na categoria docente, tal aspecto deve ser levado em consideração para que as instituições de ensino e seus outros atores possam (re)pensar estratégias que promovam saúde mental e melhores as condições de vida e trabalho de todos, especialmente dos docentes.

**REFERENCIAS**

ANTONINI, F. O. *et al*. Reflexões sobre a saúde mental do professor: possibilidades para promover a saúde do trabalhador. **Enferm Foco**, v. 14, p. :e-202354. 2023. Disponível em: <<https://enfermfoco.org/wp-content/uploads/articles_xml/2357-707X-enfoco-14-e-202354/2357-707X-enfoco-14-e-202354.pdf>>. Acesso em: 15 maio. 2024.

DIAS, B.V. B.; SILVA, P. S. S. Síndrome de Burnout em docentes: revisão integrativa sobre as causas. Cuid Enferm. v. 14, n. 1, p. 95-100, jan-jun. 2020. Disponível em: <<https://www.webfipa.net/facfipa/ner/sumarios/cuidarte/2020v1/p.95-100.pdf>>. Acesso em: 18 maio. 2024.

DONATO, G. D. Preditores de transtornos mentais comuns e do uso de psicofármacos em docentes universitários. Teses. Usp. 2021. Disponível em: <<https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/22/22131/tde-12052022-145037/publico/GABRIELADIDONATO.pdf>>. Acesso em: 17 maio. 2024.

LEAL, L. T. A; FREITAS, C. D. R. Saúde mental dos professores de uma universidade do rio grande do sul. Repositório. unisc. 2020. Disponivel em: <<https://repositorio.unisc.br/jspui/handle/11624/2860#:~:text=Os%20dados%20foram%20coletados%20durante,nos%20n%C3%ADveis%20Normal%20e%20Leve>>. Acesso em: 19 maio. 2024.

MACHADO T. R.; ALMEIDA L. M. S.; DOMITH S.C. Depressão e qualidade de vida em docentes de uma universidade federal do sul do país. Rbsp. sesab, v.44, n.3, p.72-82. 2020. Disponível em:<<https://rbsp.sesab.ba.gov.br/index.php/rbsp/article/view/2804/2951>>. Acesso em: 18 maio. 2024.

### MENDES, K. D. S; SILVEIRA, R. C. C. P; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. Texto Contexto Enferm, Florianópolis, v. 17, n.4, p. 758-764, out-dez. 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/tce/v17n4/18.pdf>>. Acesso em 19 maio. 2024.

### RIBEIRO, B. M. S. S. *et al*. Associação entre a síndrome de Burnout e a violência ocupacional em professores. Acta paul enferm, 35:eAPE01902. 2022. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ape/a/Ts85qpLxCSj6wLLyd3YrjNM/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 17 maio. 2024.

### SANCHEZ, H. M. *et al*. Impactos da saúde na qualidade de vida e trabalho de docentes universitários de diferentes áreas do conhecimento. Ciência & Saúde Coletiva, v. 24, n.11, p. 4111-4122. 2019. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/y67sbpNhVfFF4BmWLFf4ZHt/?format=pdf&lang=pt>>.Acesso em: 18 maio. 2024.

### SANTOS, K. D. A.; SILVA, J. P. Sentido de vida e saúde mental em professores: Uma revisão integrativa. Rev. SPAGESP, v.23, n.1, jan-jun. 2022. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702022000100011>>. Acesso em: 16 maio. 2024.

### SANTOS, N.C. *et al*. Trabalho e saúde mental: produzindo reflexões com docentes de magistério superior em enfermagem. Rev Pró-UniverSUS, v. 4, n.3, p. 154-160. 2023. Disponível em :<<https://editora.univassouras.edu.br/index.php/RPU/article/view/4039>>. Acesso em: 19 maio. 2024.

### SENA, B. A. C.; LIMA, A. I. O. Saúde mental e à docência de ensino superior em enfermagem. Psicologia e saúde em debate, v.7 n. 1, p. 241-255, abr. 2021. Disponível em: <<https://psicodebate.dpgpsifpm.com.br/index.php/periodico/article/view/735>>. Acesso em: 19 maio. 2024.

### TREVISAN, K. R. R. *et al*. Revisão sistemática internacional sobre agravos à saúde mental de professores.Avances en Psicología Latinoamericana,v.40, n.1, p. 1-15. 2022. Disponível em: <<https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/7532/10553>>. Acesso em: 16 maio. 2024.

1. Graduanda em enfermagem, Universidade Regional do Cariri, e-mail: tainara.pinheiro@urca.br

2 Graduando em enfermagem, Universidade Regional do Cariri, e-mail: Guilhermi.maia@urca.br

3 Doutora em Enfermagem. Universidade Estadual do Ceará. E-mail: karla.miranda@uece.br

4 Mestre em Enfermagem. Universidade Regional do Cariri. E-mail: samyra.xavier@urca.br [↑](#footnote-ref-1)