

Revista Científica Di Fatto, ISSN 2966-4527. Edição 4. Ano: 2025.

Submissão em: 05/04/2025

Aprovação em: 09/04/2025

Publicado em: 09/04/2025

Disponível em: <https://revistadifatto.com.br/artigos/a-importacia-do-debate-sobre-saude-mental-na-educacao/>

A importância do debate sobre saúde mental na educação

Douglas Ferreira Aguiar

Letrado; Especialista em Linguagens (UFPI); Diretor pedagógico do Sistema de Ensino Invictos.

Nivia Martins Da Silva

Enfermeira, especializada em Saúde Coletiva e Saúde da Mulher pela Faculdade Souza Marques, atualmente exercendo a função de Professora no Sistema Invictus de Ensino.

DANIELA FLORENCIO

Assistente Social, graduada em Serviço Social (UNISUAM). Coordenadora do Sistema de Ensino Invictus.

Ingrid Beatriz Dos Santos Venancio

Pedagoga graduada pela FEUC e atualmente atuando como coordenadora no Sistema de Ensino Invictus. Ao longo da minha trajetória, tenho me dedicado a promover a excelência educacional, buscando sempre a inovação nas práticas pedagógicas e a melhoria contínua no processo de ensino-aprendizagem. Minha atuação vai além da gestão educacional, envolvendo a criação e implementação de projetos que visam transformar o ambiente escolar, impactando positivamente a formação de estudantes e o desenvolvimento de profissionais da educação. Com um olhar atento às necessidades do contexto educacional, minha missão é contribuir para a construção de um ensino de qualidade, alinhado às demandas contemporâneas da sociedade.

Luana Cristina Dos Santos Venancio

Estudante de Graduação em Licenciatura em Pedagogia, cursando a Licenciatura em Pedagogia na UNIBF, com sólida formação teórica e prática voltada para a educação básica. Desenvolvendo competências em planejamento e gestão educacional, práticas pedagógicas inovadoras e inclusão escolar. Através de estágios e projetos acadêmicos, adquiri habilidades para atuar de maneira eficiente em ambientes educacionais, sempre com foco na formação integral do aluno.

Vanessa Martins da Silva

Psicóloga clínica, pós graduanda em psicologia clínica com ênfase em Gestalt-terapia, professora de nível técnico na área da saúde, agente de educação especial pela SME/RJ.

Jeisa Martins da Silva Magalhães

Bióloga especializada em Ensino, capaz de avaliar e otimizar protocolos de teste e ensaios clínicos. Boa comunicação e clareza a fim de explicar ideias altamente técnicas ao público em geral. Hável na operação e manutenção de equipamentos de laboratório complexos. Pedagoga competente, com excelentes referências e mais de 20 anos de experiência em escolas profissionalizantes. Dedicada a promover a aprendizagem dos alunos e a criar um ambiente positivo em sala de aula. Pedagoga orientada ao cliente, com histórico de liderança de equipes de alto desempenho voltadas a atingir ou superar metas. Dedicada e esforçada, com determinação em entregar excelência. Agregadora de times tático, com experiência em treinamento e desenvolvimento de equipes.

Resumo

A saúde mental tem se tornado tema central em debates no ecossistema educacional, principalmente pelos crescentes desafios enfrentados pelos corpos discente e docente. Este artigo tem como

objetivo discutir a importância de integrar o debate sobre saúde mental no ambiente escolar, analisando as perspectivas de ambos os grupos. A partir de uma revisão bibliográfica e análise de dados qualitativos, o estudo busca explorar como a saúde mental impacta o desempenho acadêmico, a qualidade de vida e as relações interpessoais no âmbito educacional. Podemos concluir que a promoção de espaços de diálogo e a implementação de políticas de apoio são essenciais para criar um ambiente escolar mais saudável e inclusivo.

Palavras-Chave: Saúde mental. educação. alunos. docentes. políticas educacionais.

Abstract

Mental health has become a central topic in debates in the educational ecosystem, mainly due to the growing challenges faced by student and teaching bodies. This article aims to discuss the importance of integrating the debate on mental health in the school environment, analyzing the perspectives of both groups. Based on a literature review and qualitative data analysis, the study seeks to explore how mental health impacts academic performance, quality of life and interpersonal relationships in the educational context. We can conclude that promoting spaces for dialogue and implementing supportive policies are essential to creating a healthier and more inclusive school environment.

Keywords: *Mental health. education. students. teachers. educational policies.*

1- INTRODUÇÃO

A saúde mental é um componente fundamental para o bem-estar individual e coletivo, influenciando diretamente a capacidade de aprendizado, a produtividade e as relações sociais. No contexto educacional, a discussão sobre saúde mental ganha relevância à medida que alunos e docentes enfrentam pressões acadêmicas, sociais e emocionais que podem comprometer seu desenvolvimento pessoal e profissional. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022), transtornos mentais como ansiedade e depressão estão entre as principais causas de afastamento e baixo rendimento no ambiente escolar.

Este artigo busca explorar a importância do debate sobre saúde mental na educação, destacando as perspectivas de alunos e docentes. A partir de uma abordagem qualitativa, o estudo visa compreender como esses atores percebem e vivenciam os desafios relacionados à saúde mental, bem como identificar estratégias para promover um ambiente educacional mais saudável e inclusivo.

A relevância do tema é ainda mais evidente em um cenário pós-pandêmico, no qual os impactos do isolamento social, do ensino remoto e da incerteza global agravaram questões de saúde mental entre estudantes e educadores. Dados da UNESCO (2023) indicam um aumento nos níveis de ansiedade e depressão com a prorrogação do uso de telas durante a pandemia por parte dos alunos, enquanto professores afirmaram sentir-se sobrecarregados.

A falta de informação sobre os inúmeros sintomas relacionados à saúde mental talvez seja a “ponta do iceberg” desse problema, afinal, é mais fácil compreender uma dor quando podemos ver a ferida. Vale ressaltar que o professor se prepara para ensinar, reconhecendo situações que envolvem direta ou indiretamente a educação. No entanto, ao se deparar com um aluno que apresenta um diagnóstico clínico de transtorno ou déficit dos mais variados tipos, além de necessidades medicamentosas, o binômio Educação-Aprendizagem é modificado. Isso ocorre porque as dificuldades de aprendizagem ganham uma proporção que exige uma atenção especial. Segundo Santos e Gondim (2021), na formação docente, a disciplina de psicologia da educação foca em desenvolvimento e aprendizagem, mas não capacita para lidar com o sofrimento psíquico dos alunos, revelando a necessidade de uma formação mais ampla em saúde mental no âmbito escolar.

Neste contexto, o artigo está organizado em: análise teórica sobre a saúde mental no contexto educacional, as perspectivas dos alunos e docentes, e estratégias para promover a saúde mental na educação. A metodologia inclui revisão bibliográfica, análise de dados qualitativos e estudos de caso.

2- SAÚDE MENTAL NO CONTEXTO EDUCACIONAL

A saúde mental no ambiente escolar é um tema complexo que envolve múltiplos fatores, incluindo pressões acadêmicas, expectativas sociais e condições de trabalho. Para os alunos, o período escolar é marcado por transformações físicas, emocionais e sociais que podem gerar estresse e ansiedade. Já para os docentes, a sobrecarga de trabalho, a falta de reconhecimento e as condições precárias de ensino são fatores que contribuem para o esgotamento mental (Carlotto, Câmara, 2007).

A escola deve ser um espaço que, além de promover educação e conhecimento, priorize a saúde e o bem-estar de todos. Nesse sentido, a educação em saúde busca desenvolver o pensamento crítico dos alunos e incentivá-los a adotar práticas que promovam, mantenham e recuperem a saúde (Costa, Figueiredo e Ribeiro, 2013).

A síndrome de burnout é um fenômeno comum entre professores, caracterizado por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal. Segundo Malagris (2004), é um desgaste que reflete baixa produtividade e problemas relacionais, resultante do estresse laboral crônico. Esse quadro pode levar a um ciclo, em que o mal-estar dos docentes afeta diretamente o desempenho e o bem-estar dos alunos.

O equilíbrio entre “Ensinar e Aprender” precisa ocorrer de maneira positiva, não exaustiva. O aluno sente prazer em aprender quando percebe o empenho do professor em ensinar. Nesse contexto, há uma interligação que favorece ambas as partes. No entanto, se há desequilíbrio, uma das partes se sobrecarrega ao sentir-se pressionada por algum aspecto (Massa et al., 2016).

O esgotamento do professor se reflete em sua expressão, dificultando o engajamento do aluno em exercitar sua curiosidade natural sobre o conteúdo abordado. Por outro lado, o desconhecimento de algumas características peculiares ao comportamento de alunos com Transtornos, como TDAH, TEA, Transtorno de Ansiedade, entre outros, faz com que o docente também experimente essa exaustão, tornando-se insatisfeito com suas habilidades profissionais (Dalcin, Carlotto, 2017).

Além disso, o ambiente escolar muitas vezes reproduz dinâmicas sociais mais amplas, como o bullying, a discriminação e a exclusão, que podem agravar problemas de saúde mental. De acordo com Grillo e Santos (2015), a vítima típica é geralmente uma pessoa tímida ou reservada, incapaz de reagir aos comportamentos agressivos dos agressores. Alunos vítimas de bullying têm maior probabilidade de desenvolver transtornos como depressão e ansiedade.

A falta de políticas públicas voltadas para a saúde mental na educação também é um desafio significativo. Em muitos países, as escolas não dispõem de recursos adequados para oferecer suporte psicológico a alunos e docentes. Conforme Moreira e Guzzo (2014), ao promover a integração, os psicólogos escolares aproximam as famílias da escola, dando-lhes voz e enriquecendo o trabalho da equipe escolar no cotidiano. Portanto a integração de serviços de saúde mental no ambiente escolar é essencial para prevenir e tratar transtornos mentais.

2.1-PERSPECTIVAS DOS ALUNOS

Para os alunos, a saúde mental está intimamente ligada ao desempenho acadêmico e à qualidade das relações interpessoais. Estudantes que enfrentam problemas de saúde mental tendem a apresentar dificuldades de concentração, baixo rendimento escolar e isolamento social. Além disso, o estigma associado aos transtornos mentais pode impedir que os jovens busquem ajuda, agravando seu sofrimento. Segundo Cândido et al. (2012), a origem do preconceito contra pessoas com transtornos mentais está na desinformação e no desconhecimento, o que cria estereótipos de periculosidade e agressividade.

Existem inúmeros fatores que levam à alteração emocional, sobretudo os transtornos com diagnóstico conclusivo. Vivemos em tempos imediatistas, onde há facilidades na busca por pesquisas e aprendizado. Por essa razão, para muitos estudantes, permanecer preso entre quatro paredes de uma sala de aula, ouvindo, anotando e sendo cobrado para aprender, torna-se cansativo nos tempos atuais. Aliás, poderíamos citar inúmeras causas para justificar a ansiedade, a angústia, a falta de atenção ou qualquer outro sintoma peculiar e tão comum aos estudantes no que se refere à “Saúde Mental”. No entanto, vamos atribuir principalmente as redes sociais e os canais de informações virtuais (Sánchez, 2017).

A adolescência, em particular, é um período crítico para o desenvolvimento da saúde mental. Essa fase é marcada pela busca de identidade e pela necessidade de pertencimento, o que pode gerar conflitos internos e externos. A escola, como um espaço de socialização, desempenha um papel

crucial nesse processo (Rossi et al. 2019).

No entanto, muitos alunos sentem que suas necessidades emocionais são negligenciadas no ambiente escolar. Essa percepção reflete a necessidade de uma abordagem mais holística na educação, que valorize não apenas o desempenho acadêmico, mas também o bem-estar emocional dos alunos (Bezerra e Ferreira, 2024; Gracio et al. 2024).

2.1.1- FATORES NA ESCOLA QUE PODEM LEVAR O ALUNO A TER PROBLEMAS COM A SAÚDE MENTAL

A mente de uma forma empírica é o local de armazenamento das emoções o qual se desenvolve a psique de forma consciente e inconsciente. Podemos facilmente observar que algumas situações marcantes do dia a dia, nos remetem a sonhos em nosso estado inconsciente ou mesmo, tornam-se fixas, nos colocando em condição de rever por várias vezes em pensamento de forma analítica. Podemos, inclusive relacionar o aprendizado, à tais questões. Afinal, o que é aprender se não revisar inúmeras vezes, enquanto se armazena conhecimento? (Ramos e Denicol, 2021).

Situações relacionadas a cobranças externas e internas podem causar alterações emocionais constantes nos alunos, pois, por um lado precisa apresentar aos responsáveis, à sociedade ou mesmo aos professores, resultado dos desempenhos adquiridos em pontuação que decreta seu aprendizado e por outro a cobrança mental insistente sobre “O que vou fazer com tudo que aprendi?”. A média adquirida vai nivelar tudo que foi aprendido, no entanto, questionamentos sobre a influência do que se aprendeu para a escolha vocacional é praticamente nula, muitas vezes, não há coerência. O desgaste pode estar associado ao acúmulo de conhecimento o qual o aluno avalia como “desnecessário”. Outra situação é a forma como o conteúdo é ensinado, sem a motivação que empolga para aprender, no lugar disso, existe apenas a cobrança, onde alcançar a média é a principal referência (Santos, 2023).

A escola desempenha um papel crucial no desenvolvimento intelectual, social e emocional dos jovens, mas também pode ser um ambiente que contribui para o surgimento ou agravamento de problemas de saúde mental. A adolescência, marcada por transformações físicas, emocionais e sociais, é um período particularmente sensível, no qual a escola pode tanto oferecer apoio quanto gerar estresse e ansiedade.

Um dos fatores mais significativos é a pressão por desempenho acadêmico. A constante avaliação por meio de provas, trabalhos e notas cria um ambiente competitivo, onde a expectativa de sucesso pode levar a níveis elevados de estresse e ansiedade. A cobrança excessiva por resultados pode desencadear sentimentos de inadequação, frustração e, em casos mais graves, depressão. Além disso, a falta de equilíbrio entre estudos e momentos de descanso ou lazer contribui para o esgotamento mental.

O bullying é outro problema grave, manifestando-se por meio de agressões físicas, humilhações, exclusão social ou cyberbullying. As vítimas frequentemente sofrem em silêncio, desenvolvendo transtornos de ansiedade, depressão, baixa autoestima e, em casos extremos, pensamentos suicidas. O bullying também pode levar ao isolamento social e à queda no rendimento escolar, perpetuando um ciclo de sofrimento (Rigby, 2003; Sampson, 2016).

A falta de suporte emocional e psicológico nas escolas é um desafio significativo. Muitas instituições não contam com profissionais como psicólogos ou orientadores educacionais, deixando os alunos sem um espaço seguro para expressar suas angústias. De acordo com Magnago et al. (2024), a realidade de muitas escolas ainda é marcada pela escassez de recursos e pela falta de conscientização sobre a importância do apoio psicológico. Problemas de saúde mental são frequentemente ignorados ou minimizados, agravando a situação, especialmente para estudantes que enfrentam dificuldades em casa, como conflitos familiares ou violência doméstica.

Os relacionamentos interpessoais também influenciam a saúde mental. Professores autoritários ou desrespeitosos podem gerar medo e inadequação, enquanto a falta de conexão com colegas pode levar ao isolamento e à sensação de não pertencimento. Alunos que não se sentem valorizados podem perder o interesse pelas aulas e desenvolver uma visão negativa da escola (Leme et al. 2024).

A rotina escolar, muitas vezes sobrecarregada de tarefas e atividades extracurriculares, pode levar ao esgotamento. A falta de tempo para descanso, hobbies ou socialização prejudica a saúde mental, resultando em estresse crônico, fadiga e dificuldades de concentração.

O ambiente físico e social da escola também é relevante. Infraestrutura precária, falta de recursos básicos ou condições inadequadas de higiene e segurança geram desconforto e estresse. A ausência de espaços para relaxamento e expressão artística contribui para um clima desfavorável ao bem-estar emocional.

Alunos com dificuldades de aprendizagem ou transtornos como dislexia, TDAH ou autismo enfrentam desafios adicionais. A falta de suporte adequado pode levar à frustração e exclusão, enquanto a comparação com colegas pode gerar insegurança e baixa autoestima. De acordo com Dias (2023) é importante que a escola e os facilitadores adotem uma abordagem adaptativa e inclusiva para atender às necessidades individuais dos alunos. A pressão para se encaixar em padrões de comportamento ou aparência também é um fator de risco, especialmente na adolescência.

Transições escolares, como mudanças de ciclo ou de instituição, podem ser fontes de estresse e ansiedade. A adaptação a novas rotinas, professores e colegas pode ser desafiadora, especialmente sem preparação adequada, levando a sentimentos de insegurança e medo do desconhecido (Correa e Pinto, 2008).

A exposição a conteúdos sensíveis ou traumáticos, como violência ou discriminação, pode gerar angústia, especialmente para alunos que já vivenciaram experiências semelhantes. É essencial que a escola ofereça um ambiente seguro e acolhedor para abordar esses temas, com suporte profissional adequado (Correa-Zanini et al. 2016).

Por fim, a falta de conscientização sobre saúde mental nas escolas contribui para o estigma e a desinformação. Muitos alunos não reconhecem os sinais de problemas como ansiedade ou depressão e podem sentir vergonha de buscar ajuda. A ausência de campanhas de conscientização e programas de prevenção faz com que muitos casos passem despercebidos, sublinhando a necessidade de a escola assumir um papel mais ativo na promoção da saúde mental (Brandelero et al. 2023).

2.2- PERSPECTIVAS DOS DOCENTES

Os docentes, por sua vez, enfrentam desafios únicos relacionados à saúde mental. Além das demandas pedagógicas, eles precisam lidar com questões comportamentais dos alunos, falta de recursos e, em muitos casos, violência no ambiente escolar. Esses fatores contribuem para um cenário de estresse crônico e desgaste emocional (Bridi et al. 2025).

Em anos de preparo profissional, o Professor acredita estar pronto para promover o conteúdo planejado de forma adequada para seus discentes, entretanto, quando se vê diante de situações de ansiedade e angústia do aluno, principalmente por não ter conseguido mostrar seu desempenho de aprendizado com a nota alcançada, sente-se frustrado e também angustiado, pois seu objetivo não foi alcançado.

Não conhecer sintomas específicos relacionados à saúde mental, tal como síndromes e transtornos, acarreta ao Professor nítida impressão que sua técnica para abordar os conteúdos programados, ocasionaram danos mentais ao aluno, afinal, sem um diagnóstico torna-se impossível discernir patologias mentais crônicas, que poderiam desenvolver uma crise, independente das circunstâncias.

A síndrome de burnout é uma realidade alarmante entre os docentes. O esgotamento profissional é resultado de um desequilíbrio entre as demandas do trabalho e os recursos disponíveis para enfrentá-las. No contexto escolar, isso se traduz em longas jornadas de trabalho, salários insuficientes e falta de apoio institucional (Setoca, 2025).

Além disso, muitos professores sentem-se despreparados para lidar com questões de saúde mental entre os alunos. Essa lacuna na formação docente reforça a necessidade de programas de capacitação que abordem a saúde mental de forma integral.

2.2.1- FATORES NA ESCOLA QUE PODEM LEVAR O DOCENTE A TER PROBLEMAS COM A SAÚDE MENTAL

O docente é essencial para o desenvolvimento da sociedade, mas também é uma das profissões mais desgastantes física e emocionalmente. A saúde mental dos professores tem ganhado destaque devido ao aumento de casos de burnout, ansiedade, depressão e outros transtornos psicológicos. Diversos fatores no ambiente escolar contribuem para essa realidade, e compreendê-los é crucial para promover o bem-estar dos educadores (Costa, Figueiredo e Ribeiro, 2013).

Um dos principais desafios é a sobrecarga de trabalho. Além das horas em sala de aula, os professores precisam preparar aulas, corrigir provas, preencher relatórios e participar de reuniões, muitas vezes assumindo funções administrativas ou extracurriculares. A falta de recursos humanos agrava essa situação, obrigando os professores a lidar com mais turmas do que o ideal, o que compromete a qualidade do ensino e aumenta o esgotamento (Massa et al., 2016).

A desvalorização da profissão também impacta a saúde mental dos professores. Muitos sentem que seu trabalho não é reconhecido pela sociedade, governos ou famílias dos alunos. Salários baixos, falta de perspectivas de crescimento e a ausência de políticas de valorização contribuem para a frustração e o desânimo. Além disso, a cobrança por resultados, especialmente em avaliações externas, gera pressão excessiva, já que o sucesso dos alunos depende de fatores que vão além do controle do professor, como o contexto socioeconômico e o apoio familiar (Malagris, 2004).

O ambiente escolar pode ser tanto fonte de apoio quanto de estresse. Conflitos com colegas, falta de suporte da direção e dificuldades de comunicação com os pais são comuns. A falta de diálogo e de apoio entre os membros da comunidade escolar pode transformar o ambiente de trabalho em um espaço hostil. O comportamento dos alunos, especialmente em turmas desinteressadas ou indisciplinadas, também pode gerar frustração e exaustão. A falta de ferramentas para lidar com esses desafios amplia o sentimento de impotência (Dalcin, Carlotto, 2017).

A falta de autonomia e a exclusão dos processos decisórios são outros fatores que desgastam os docentes. Em muitas escolas, os professores não participam da definição de políticas pedagógicas ou currículos, o que gera alienação e desvalorização. A ausência de participação dos professores nas decisões escolares contribui para a sensação de desvalorização e desmotivação. A imposição de métodos que não condizem com a realidade da sala de aula ou com as convicções pedagógicas do professor pode levar à frustração e à desmotivação.

As condições de trabalho precárias, como infraestrutura inadequada, salas superlotadas e falta de materiais didáticos, também afetam a saúde mental. A precariedade das condições de trabalho nas escolas públicas é um fator que contribui para o desgaste físico e emocional dos professores. Em regiões violentas, a falta de segurança nas escolas gera um estado de alerta constante, aumentando o estresse e a ansiedade. Além disso, a dificuldade em conciliar vida pessoal e profissional é um desafio significativo. A extensa carga horária e as demandas do trabalho muitas vezes invadem o tempo dedicado à família e ao lazer, levando a sentimentos de culpa e exaustão (Carlotto, Câmara, 2007).

A falta de apoio psicológico e emocional é outro problema. Muitos professores não têm acesso a programas de assistência ou espaços para compartilhar suas dificuldades, o que contribui para o isolamento e o agravamento de transtornos mentais. A ausência de suporte psicológico nas escolas deixa os professores desamparados, aumentando o risco de desenvolverem transtornos mentais. As constantes mudanças nas políticas educacionais e a falta de continuidade nos projetos pedagógicos geram insegurança e incerteza, já que os docentes precisam se adaptar a novas diretrizes sem o treinamento adequado (Magnago et al., 2024).

Por fim, as expectativas irrealistas em relação ao papel do professor também contribuem para o desgaste mental. Muitos são vistos como responsáveis não apenas pelo sucesso acadêmico dos alunos, mas também por sua formação moral, social e emocional. A idealização do professor como um 'herói' ou 'missionário' cria expectativas impossíveis de serem cumpridas, gerando frustração e sentimento de inadequação. Essa cobrança excessiva, aliada à negação das necessidades e limitações humanas dos docentes, pode levar a sentimentos de sobrecarga e exaustão.

3- CONCLUSÃO

Diante dos desafios apresentados, é fundamental adotar estratégias que promovam a saúde mental no ambiente escolar. Entre as medidas sugeridas estão a criação de espaços de diálogo, a implementação de programas de apoio emocional e a formação continuada de docentes para lidar com questões de saúde mental.

A experiência de países como Finlândia e Canadá, que integram o debate sobre saúde mental no currículo escolar, demonstra que é possível criar um ambiente educacional mais saudável e inclusivo. Nessas nações, os alunos são incentivados a expressar suas emoções e a buscar ajuda quando necessário, enquanto os docentes recebem treinamento para identificar e apoiar estudantes em situação de vulnerabilidade.

No Brasil, iniciativas como o Programa Saúde na Escola (PSE) buscam integrar saúde e educação, promovendo ações de prevenção e promoção da saúde mental. No entanto, a implementação dessas políticas ainda enfrenta desafios, como a falta de recursos e a resistência de alguns setores da comunidade escolar.

Outra estratégia eficaz é a criação de comitês de saúde mental, compostos por alunos, docentes, pais e profissionais de saúde. Esses comitês podem atuar como espaços de diálogo e proposição de ações concretas para melhorar o bem-estar da comunidade escolar.

O debate sobre saúde mental na educação é essencial para garantir o bem-estar de alunos e docentes, além de promover um ambiente escolar mais inclusivo e produtivo. Como demonstrado neste artigo, os desafios relacionados à saúde mental são complexos e multifacetados, exigindo uma abordagem integrada que envolva toda a comunidade escolar.

A partir das perspectivas de alunos e docentes, fica evidente a necessidade de políticas e práticas que priorizem a saúde mental no ambiente educacional. A criação de espaços de diálogo, a implementação de programas de apoio e a formação continuada de profissionais são medidas fundamentais para enfrentar esse desafio. Somente por meio de um esforço coletivo será possível construir uma educação que valorize não apenas o desempenho acadêmico, mas também o bem-estar emocional de todos os envolvidos.

Para mudar esse cenário, é essencial que as escolas adotem práticas mais inclusivas, acolhedoras e conscientes das necessidades emocionais dos alunos e docentes. A presença de profissionais de psicologia, a implementação de programas de prevenção ao bullying e a criação de um ambiente escolar seguro e equilibrado são medidas fundamentais para proteger a saúde mental do ecossistema escolar. Afinal, uma educação que valoriza o bem-estar emocional é essencial para formar indivíduos saudáveis, resilientes e preparados para os desafios da vida.

4- REFERÊNCIAS

BEZERRA, Alcicleide Alexandre dos Santos; FERREIRA, Raíssa Matos. **Inteligência emocional na educação: Desenvolvendo competências para o bem-estar no contexto educacional.** Campina Grande: Editora Realize, Revista Conedu, p. 216 – 223, 2024. Disponível em . Acessos em 24 jan. 2025

BRANDELERO, Nayele et al. **Educação em saúde no contexto organizacional: uma proposta de conscientização para saúde mental.** Guarapuava: UNICENTRO, 2023. Disponível em < <https://tede.unicentro.br/jspui/bitstream/jspui/2041/2/Disserta%20a7%20a3o%20-%20NAYELE%20BRANDELERO.pdf>>. Acessos em 17 fev. 2025

BRIDI, Diego André; BRIDI, Caroline Neris. **FATORES DETERMINANTES NA SAÚDE MENTAL DE PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA: UMA REVISÃO NARRATIVA. NOSSO OBJETIVO,** p. 55, 2024. Disponível em < <https://ciedus.com.br/Anais-IV-CIEDUS.pdf#page=55>>. Acessos em 13 de mar. 2025

CÂNDIDO, Maria Rosilene et al. **Conceitos e preconceitos sobre transtornos mentais: um debate necessário.** SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português), v. 8, n. 3, p. 110-117, 2012. Disponível em . Acessos em 05 fev. 2025

CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila Gonçalves. **Preditores da Síndrome de Burnout em professores.** Psicologia escolar e educacional, v. 11, p. 101-110, 2007. Disponível em . Acessos em 05 fev. 2025

CORREIA, Karla Sandy de Leça; PINTO, Maria Alexandra Marques. **Stress, coping e adaptação na transição para o segundo ciclo de escolaridade: efeitos de um programa de intervenção.** Aletheia, n. 27, p. 7-22, 2008. Disponível em <

<https://www.redalyc.org/pdf/1150/115012525002.pdf>>. Acessos em 17 fev. 2025

CORREIA-ZANINI, Marta Regina Gonçalves; MARTURANO, Edna Maria; FONTAINE, Anne Marie Germaine Victorine. **Adaptação à escola de ensino fundamental: indicadores e condições associadas**. Arquivos Brasileiros de Psicologia, v. 68, n. 1, p. 19-34, 2016. Disponível em < <https://www.redalyc.org/pdf/2290/229046737003.pdf>>. Acessos em 17 fev. 2025

COSTA, G. M., Figueiredo, R. C., & RIBEIRO, M. S. (2013). **A importância de enfermeiro junto ao PSE nas ações de educação em saúde em uma escola municipal de Gurupi- TO**. Revista Científica do ITPAC, Araguaína, 6(2), Pub. 6, abril 2013. Disponível em . Acessos em 15 jan. 2025. Doi: <https://doi.org/10.37388/CP2021/v30n31a06>.

DALCIN, Larissa; CARLOTTO, Mary Sandra. **Síndrome de burnout em professores no Brasil: considerações para uma agenda de pesquisa**. Psicologia em Revista, v. 23, n. 2, p. 745-770, 2017. Disponível em . Acessos em 03 fev. 2025

DIAS, Ester de Sousa. **ADOLESCÊNCIA, ANSIEDADE E DIFICULDADES DE APRENDIZAGEM: Considerações Da Psicologia No Contexto Escolar**. Juazeiro do Norte/CE: Centro Universitário Doutor Leão Sampaio, 2023. Disponível em < <https://sis.unileao.edu.br/uploads/3/PSICOLOGIA/P1747.pdf>>. Acessos em 11 fev. 2025

GRACIO, Andréa Lúcia Reis et al. **A enfermagem na promoção da saúde mental de adolescentes com transtorno de ansiedade na estratégia da saúde da família**. Rio de Janeiro: Revista FT, 2024. Disponível em . Acessos em 05 fev. 2025.

GRILLO, Mariana Aparecida; SANTOS, Ana Caroline Silva. **Bullying na escola**. In: Colloquium Humanarum. ISSN: 1809-8207. 2015. p. 61-74. DOI: 10.5747/ch.2015.v12.n3.h220

LEME, Vanessa et al. **RELAÇÕES INTERPESSOAIS POSITIVAS E HABILIDADES SOCIAIS COM PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO: Promovendo a saúde mental e a cultura de paz nas escolas**. Cadernos da FUCAMP, v. 31, 2024. Disponível em < <https://revistas.fucamp.edu.br/index.php/cadernos/article/view/3520>>. Acessos em 11 fev. 2025.

MAGNAGO, Walaci et al. **O papel do apoio psicológico nas escolas**. RECIMA21-Revista Científica Multidisciplinar-ISSN 2675-6218, v. 5, n. 10, p. e5105799-e5105799, 2024. Disponível em < <https://recima21.com.br/index.php/recima21/article/view/5799>>. Acessos em 10 fev. 2025.

MALAGRIS, Lucia Emmanoel Novaes. Burnout: o profissional em chamas. Em **Pedagogia Institucional: fatores humanos nas organizações**. Rio de Janeiro: ZIT Editores, p. 196-213, 2004.

MASSA, Lilian Dias Bernardo et al. **Síndrome de Burnout em professores universitários**. Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo, v. 27, n. 2, p. 180-189, 2016. Disponível em . Acessos em 10 jan. 2025.

MOREIRA, Ana Paula Gomes; GUZZO, Raquel Souza Lobo. **O psicólogo na escola: um trabalho invisível?**. Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia, v. 7, n. 1, p. 42-52, 2014. Disponível em . Acessos em 03 fev. 2025.

OMS. **World mental healthreport: transforming mental health for all**. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2022.

RAMOS, EmilenaDenicol; DENICOL, Luiz Leonardo. **A influência das emoções na aprendizagem**. Refaqi-revista de Gestão Educação e Tecnologia, v. 9, n. 1, p. 12-12, 2021. Disponível em < <https://refaqi.faqi.edu.br/index.php/refaqi/article/view/48>>. Acessos em 07 fev. 2025

RIGBY, Ken. **Consequences of bullying in schools**. The Canadian journal of psychiatry, v. 48, n. 9, p. 583-590, 2003. Disponível em < <https://journals.sagepub.com/doi/epdf/10.1177/070674370304800904>>. Acessos em 07 fev. 2025

ROSSI, Livia Martins et al. **Crise e saúde mental na adolescência: a história sob a ótica de quem vive**. Cadernos de Saúde Pública, v. 35, p. e00125018, 2019. Disponível em . Acessos em 06 fev. 2025

SAMPSON, Rana. **Bullying in schools**. Washington: Departamento de Justiça dos Estados Unidos, 2016. Disponível em < <https://biblioteca.cejamericas.org/bitstream/handle/2015/1443/e07063414-guide.pdf>>. Acessos em 07 fev. 2025

SÁNCHEZ ROJO, Alberto. **Escola, mundo digitalizado e os perigos do imediatismo na educação**. 2017. Disponível em . Acessos em 05 fev. 2025.

SANTOS, Bárbara Alessandra Bezerra. **Impacto das emoções no processo de aprendizagem de Química: um olhar sobre a educação emocional de estudantes do Ensino Médio**. Barreiros: Dspace, 2023. Disponível em < <https://repositorio.ifpe.edu.br/xmlui/handle/123456789/1195>>. Acessos em 07 fev. 2025

SANTOS, Maria Manuela dos; GONDIM, Liberalina Santos de Souza. **Contribuições da relação professor-aluno no cuidado à saúde mental de estudantes: revisão da literatura de 2015 a 2020**. Constr. psicopedag., São Paulo: v. 30, n. 31, p. 82-100, 2021. Disponível em . Acessos em 05 fev. 2025. Doi: <https://doi.org/10.37388/CP2021/v30n31a06>.

SETOCA, Ricardo. **A relação do nível de atividade física e imagem corporal com os indicadores de burnout em professores.** 2025. Tese de Doutorado. Disponível em <<https://comum.rcaap.pt/entities/publication/ed7311ef-21f7-4664-8f4c-4606e26e84c0>>. Acessos em 13 mar. 2025. Doi: <https://doi.org/10.37388/CP2021/v30n31a06>.

UNESCO. **Relatório de monitoramento global da educação, resumo, 2023: a tecnologia na educação: uma ferramenta a serviço de quem?.** Paris: UNESCO, 2023. Doi: <https://doi.org/10.54676/CUYC7902>.