ISSN: 2358-8829

O CORPO QUE ENSINA E SENTE: O MAL-ESTAR DOCENTE NA PERSPECTIVA DE JOSÉ MANUEL ESTEVE

Daiana Darllen da Silva Souza

Mestranda em Ciências da Educação | E-mail: daianadarllen.mestrado@gmail.com

INTRODUÇÃO

A profissão docente tem enfrentado, nas últimas décadas, uma transformação profunda que vai além das mudanças pedagógicas. O exercício de ensinar deixou de ser uma atividade de transmissão de conhecimento, nesse sentido, Libâneo (2013) destaca que a prática docente contemporânea é atravessada por múltiplas exigências que extrapolam o ensino de conteúdos, exigindo do professor competências pedagógicas, sociais e emocionais que nem sempre são acompanhadas de condições adequadas de trabalho. José Manuel Esteve, em sua obra clássica "O Mal-Estar Docente", identifica que esse cenário não é apenas um desafio de carreira, mas um fenômeno que corrói a identidade e a saúde do professor. Este artigo analisa como as pressões externas se manifestam diretamente no corpo e na mente dos educadores, transformando a sala de aula em um espaço de vulnerabilidade.

Dentre tantos fatores de adoecimento mental do docente, conforme Libâneo (2013), as condições objetivas de trabalho — como infraestrutura escolar precária, turmas numerosas e sobrecarga de funções — impactam diretamente a qualidade do ensino e a saúde do professor, evidenciando que o desempenho docente não pode ser analisado de forma isolada das políticas educacionais e da organização escolar. Entretanto, faltam condições de trabalho adequadas, salas de aulas lotadas, recursos materiais limitados ou até em falta, além de ambientes insalubres com excesso de calor e equipamentos precários. Soma-se a isso a indisciplina e a violência, que obrigam o docente a gastar a maior parte do tempo mediando conflitos que a família e a sociedade não conseguiram resolver. Toda essa acumulação de exigências pedagógicas e administrativas recai sobre o professor, culminando em um quadro de esgotamento profundo. Sobre essa sobrecarga insustentável, Esteve afirma que: Por enquanto, as pesquisas realizadas coincidem em descrever o professor como uma pessoa condenada a fazer mal seu trabalho, já que nos últimos anos acumulou sobre suas costas a quantidade de responsabilidades, sem contrapartidas para poder cumpri-las, que profissionalmente se encontra esgotado, faltando-lhe tempo material para cumprir tudo aquilo que considera seu dever. (ESTEVE, 1999, p. 144-145).

[1] Mestranda do Curso de Ciências da Educação da Universidade Autonoma de Assunção-UAA, Paraguai, daianapedagogicocmags@yahoo.com ; daianadarllen.mestrado@gmail.com .

ISSN: 2358-8829

Nesse contexto de cobranças excessivas e recursos escassos, a ansiedade surge como uma das faces mais cruéis do mal-estar docente. Ela não se manifesta apenas como uma preocupação comum, mas como um estado de alerta paralisante que antecede o entrar em sala de aula. O medo de não conseguir manter o controle, de sofrer agressões ou de falhar diante de metas inatingíveis transforma o cotidiano escolar em um ambiente de constante tensão psíquica. Para o professor, a ansiedade torna-se uma sombra que compromete sua capacidade de raciocínio, sua paciência e, em última instância, sua própria saúde mental, servindo como porta de entrada para patologias ainda mais severas, como a depressão e a síndrome de burnout.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 O Choque de Realidade: Do Entusiasmo à Perplexidade

Para Esteve, o mal-estar muitas vezes começa com o que ele chama de "choque com a realidade". O professor ingressa na carreira imbuído de um idealismo pedagógico, esperando encontrar alunos ávidos por saber. No entanto, depara-se com a indisciplina, a fragmentação da autoridade e o desinteresse. Essa distância entre a expectativa e o cotidiano gera um estado de perplexidade, onde o docente passa a questionar sua própria competência. Essa crise de identidade é alimentada pela cobrança social, como descreve o autor:

A imagem atual que o professor tem de si está condicionada pela exigência de posturas requeridas pela sociedade. Entre o ideal da função de professor — requerida tanto pelo sistema, como pelos alunos (e seus familiares) e pelo próprio aspirante à função de educador — e as condições que o mercado de trabalho impõe, perdura um espaço de tensão que ocasiona um nível de estresse elevado, pressionando para baixo a eficiência da atividade docente. (ESTEVE, 1999, p. 8).

Além disso, estamos vivenciando um movimento de transformação tecnológica, um processo necessário para evolução da sociedade, porém estabelecido pelos órgãos públicos, sem qualquer diálogo ou formação para que os professores utilizem tais ferramentas, agravando ainda mais a angústia desses profissionais. Na prática, os docentes que tiverem o desejo de aperfeiçoar seus conhecimentos, terão que se inscrever em cursos de formação, tirando do próprio bolso o investimento, que seria até possível, se não fosse os baixos salários.

O que parecia um sonho, torna-se um pesadelo frente a tantas dificuldades que a docência apresenta. Como já citado, falta recursos, materiais didáticos, infraestrutura nos prédios e instituições escolares, exigências burocráticas que perpassam o ensino, indisciplina e

[1] Mestranda do Curso de Ciências da Educação da Universidade Autonoma de Assunção-UAA, Paraguai, daianapedagogicocmags@yahoo.com ; daianadarllen.mestrado@gmail.com .

ISSN: 2358-8829

ausência de participação efetiva da família. Causas claras, do adoecimento mental de professores.

2.2 A Somatização do Conflito: O Impacto na Saúde Física e Mental

O mal-estar descrito pelo autor, não é abstrato; ele se materializa no corpo. Quando as tensões da sala de aula não são resolvidas, elas se transformam em sintomas psicossomáticos. A ansiedade generalizada e o medo de enfrentar a turma são apenas a ponta do iceberg. Sobre esse processo de adoecimento, o autor destaca que a mente começa a moldar a realidade através do sofrimento físico:

Existe a possibilidade de que essas respostas fisiológicas de ansiedade acabem desenvolvendo modelos cognitivos para atribuir às situações problemáticas um significado especial e ameaçador, que não está tanto na realidade e sim na interpretação subjetiva que o indivíduo faz." (ESTEVE, 1999, p.105).

Essa interpretação subjetiva mencionada, explica por que, para o professor adoecido, qualquer barulho no corredor ou pergunta de um aluno pode ser interpretada como uma ameaça direta ou um sinal de rebeldia. Mentalmente, o docente é consumido por um sentimento de incompetência aprendida, onde o esforço contínuo sem resultados positivos leva ao esgotamento emocional, fisicamente, o corpo docente "fala" através de: Crises de afonia e problemas nas cordas vocais, como reflexo da tentativa de impor ordem pelo volume de voz; Tensões musculares e cefaleias constantes, decorrentes do estado de alerta permanente;
Transtornos do sono e fadiga crônica, que impedem a recuperação necessária para o dia seguinte.

A cronicidade desses sintomas físicos revela o que J. M. Esteve identifica como uma resposta do organismo a um ambiente de trabalho que deixou de ser estimulante para se tornar ameaçador. O professor, ao perceber que não possui os recursos necessários para enfrentar a indisciplina ou a falta de infraestrutura — como as salas superlotadas e o calor excessivo citados anteriormente — entra em um estado de estresse permanente. Esse quadro clínico não afeta apenas o desempenho pedagógico, mas altera a própria personalidade do docente, que passa a conviver com uma sensação constante de fracasso e irritabilidade.

Além disso, a saúde mental é seriamente comprometida pelo que o autor define como a fragmentação do papel do professor. O desgaste emocional surge da tentativa vã de cumprir todas as funções que a sociedade delegou à escola, sem que o docente receba o treinamento ou o suporte institucional para tal. Esse "esvaziamento" emocional faz com que o profissional

[1] Mestranda do Curso de Ciências da Educação da Universidade Autonoma de Assunção-UAA, Paraguai, daianapedagogicocmags@yahoo.com ; daianadarllen.mestrado@gmail.com .

ISSN: 2358-8829

perca a capacidade de sentir prazer na mediação do conhecimento, substituindo a criatividade pedagógica por uma preocupação obsessiva com a manutenção do controle e da ordem.

Por fim, é fundamental compreender que o adoecimento docente se manifesta em sala de aula através do fenômeno da "incompetência aprendida". Ao sentir que suas ações não geram mudanças no comportamento dos alunos ou na estrutura da escola, o professor pode desenvolver quadros de depressão severa e a Síndrome de Burnout. Nesse sentido, o burnout não deve ser compreendido apenas como uma condição individual, mas como um fenômeno relacionado às condições de trabalho e à organização institucional, sendo frequentemente associado a sobrecarga, à pressão por resultados e à falta de reconhecimento profissional. Nessas condições, o corpo e a mente utilizam a doença como uma última barreira de proteção, forçando o afastamento de um ambiente que o sujeito já não consegue mais ressignificar ou suportar.

Essa realidade também é discutida por Libânio (2013), ao afirmar que a desvalorização do trabalho docente e a intensificação das demandas institucionais contribuem para um processo de desgaste profissional contínuo, no qual o professor passa a atuar em condições adversas, comprometendo não apenas sua prática pedagógica, mas também seu bem-estar físico e emocional.

Nesse contexto, destaca-se a Síndrome de Burnout, caracterizada como um estado de esgotamento físico e emocional relacionado ao trabalho, comum em profissões que envolvem intenso contato interpessoal, como a docência. De acordo com Maslach e Jackson (1981), o burnout manifesta-se por meio de três dimensões principais: exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional. Tais características dialogam diretamente com o mal-estar docente descrito por J. M. Esteve, especialmente no que se refere ao esgotamento progressivo e à perda de sentido na prática pedagógica.

2.3 Estratégias de Autoproteção e o Distanciamento Afetivo

Como forma de sobrevivência diante das adversidades do cotidiano escolar, muitos professores desenvolvem o que J. M. Esteve identifica como mecanismos de defesa. Esses recursos não são escolhas pedagógicas conscientes, mas sim respostas adaptativas do psiquismo para evitar o colapso total da saúde mental. Sobre esse processo de ajuste forçado, o autor observa que:

> Com efeito, uma vez que o professor iniciante supera o 'choque de realidade' (Veenman 1984), ainda que seja com o método caro e prejudicial da aprendizagem por tentativa e erro, as tensões iniciais se reduzem." (ESTEVE, 1999, p. 140).

[1] Mestranda do Curso de Ciências da Educação da Universidade Autonoma de Assunção-UAA, Paraguai, daianapedagogicocmags@yahoo.com ; daianadarllen.mestrado@gmail.com .

ISSN: 2358-8829

Diante das adversidades do cotidiano escolar, muitos professores desenvolvem, como descrito por J. M. Esteve, mecanismos de defesa. Esses recursos não são escolhas pedagógicas conscientes, mas sim respostas adaptativas do psiquismo para evitar o colapso total da saúde mental. Para não sucumbir totalmente à doença, o docente passa a adotar um distanciamento afetivo em relação aos alunos e ao próprio conteúdo ministrado.

Este isolamento emocional manifesta-se, frequentemente, através de três posturas principais: A Mecanização do Ensino: A aula, antes planejada como um espaço vibrante de troca, torna-se meramente burocrática e repetitiva. O professor limita-se ao cumprimento formal do currículo, evitando propostas que demandem maior envolvimento emocional ou mediação de debates, reduzindo o risco de novos conflitos. O "Desligamento" como Escudo: O professor "se desliga" emocionalmente para evitar que os conflitos e a indisciplina o atinjam tão profundamente. Cria-se uma barreira invisível onde o docente deixa de "sentir" os problemas da sala de aula como algo pessoal, o que, embora proteja sua saúde imediata, acaba por esvaziar o sentido da sua profissão e a satisfação no trabalho. A Rotinização e a Fuga: Em muitos casos, o mal-estar leva ao absenteísmo ou ao desejo constante de abandono da carreira. A rotina passa a ser vista como um fardo, e o silenciamento das emoções torna o ambiente escolar um espaço de solidão acompanhada.

Embora essas estratégias funcionem como um paliativo contra o esgotamento agudo, elas geram um custo elevado para o processo de ensino-aprendizagem. Ao abdicar da empatia e da conexão com o estudante, o docente perde a sua principal ferramenta de transformação social. Esse distanciamento, portanto, configura uma "morte profissional simbólica", onde o corpo está presente, mas a essência educadora foi preservada em outro lugar para não ser destruída.

Nesse cenário, o mal-estar deixa de ser apenas uma dor individual para se tornar um prejuízo coletivo, afetando diretamente a qualidade da educação e o desenvolvimento dos alunos, que passam a conviver com um profissional tecnicamente presente, mas emocionalmente ausente.

METODOLOGIA

A abordagem qualitativa permitiu uma análise interpretativa dos fenômenos, considerando suas dimensões subjetivas e sociais. O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa bibliográfica de natureza qualitativa e caráter exploratório. Segundo o aporte teórico metodológico, a pesquisa bibliográfica fundamenta-se na análise de documentos e obras já

[1] Mestranda do Curso de Ciências da Educação da Universidade Autonoma de Assunção-UAA, Paraguai, daianapedagogicocmags@yahoo.com ; daianadarllen.mestrado@gmail.com .

ISSN: 2358-8829

publicadas, visando o aprimoramento de ideias e o levantamento de informações sobre determinado fenômeno.

Para a consecução deste artigo, adotou-se como fonte primária a obra "O Mal-Estar Docente: a sala de aula e a saúde dos professores", de José Manuel Esteve publicada pela editora EDUSC (1999). O procedimento metodológico dividiu-se em três etapas distintas:

Levantamento e Leitura Exploratória: Realizou-se uma leitura integral da obra para identificação dos conceitos centrais, como os fatores primários e secundários de adoecimento, o choque de realidade e as estratégias de autoproteção docente.

Seleção e Fichamento: Foram selecionados trechos e dados específicos que corroboram com a tese de que o ambiente escolar precário — caracterizado por salas lotadas, recursos limitados e indisciplina — é o principal vetor da ansiedade e do esgotamento físico do professor.

Análise e Síntese: Os dados extraídos foram confrontados com a realidade contemporânea da educação, permitindo uma discussão crítica sobre a somatização dos conflitos em sintomas como afonia, cefaleia e fadiga crônica, conforme discutido nas seções de desenvolvimento deste trabalho.

Dessa forma, o método permitiu uma compreensão sistêmica do fenômeno do mal-estar, tratando-o não como uma patologia individual, mas como um sintoma de uma crise estrutural nas instituições de ensino.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise da obra de Esteve, confrontada com o cenário educacional contemporâneo, revela que o mal-estar docente não é um evento isolado, mas um processo cumulativo de desgaste. Os resultados desta pesquisa bibliográfica apontam que a saúde do professor é diretamente impactada pela precariedade estrutural das instituições. Essa constatação reforça a análise de Libâneo (2013), que evidencia a necessidade de se compreender o trabalho docente dentro de um contexto mais amplo de políticas públicas e organização do sistema educacional, no qual as condições de exercício da profissão são determinantes para o adoecimento ou bem-estar do educador.

4.1. A Insalubridade e o Esgotamento Físico

Observou-se que fatores ambientais, como salas de aula superlotadas e a falta de ventilação adequada em climas de calor excessivo, atuam como agentes estressores imediatos. Esses elementos, somados à escassez de recursos materiais, forçam o docente a um esforço

[1] Mestranda do Curso de Ciências da Educação da Universidade Autonoma de Assunção-UAA, Paraguai, daianapedagogicocmags@yahoo.com ; daianadarllen.mestrado@gmail.com .

ISSN: 2358-8829

físico e mental redobrado para manter o engajamento dos alunos. Como consequência direta, o corpo manifesta sintomas psicossomáticos persistentes, como crises de afonia, cefaleias e fadiga crônica, evidenciando que o "corpo que ensina" está em constante estado de alerta.

4.2. A Ansiedade frente à Indisciplina e à Violência

Um resultado relevante da análise é o papel da indisciplina e da violência como fatores que contribuem para a ansiedade e o desgaste emocional docente. O cotidiano escolar é atravessado por situações que exigem do professor não apenas conhecimentos pedagógicos, mas também habilidades de mediação de conflitos, equilíbrio emocional e tomada de decisões diante de circunstâncias muitas vezes imprevisíveis. Nesse contexto, a indisciplina deixa de representar apenas um desafio relacionado à organização da sala de aula e passa a constituir uma questão complexa, que envolve as relações interpessoais, as condições de trabalho, a convivência escolar e a garantia de um ambiente favorável à aprendizagem.

O enfrentamento dessas situações torna-se ainda mais difícil quando o professor não dispõe de apoio institucional suficiente ou encontra dificuldades para estabelecer uma parceria efetiva com as famílias e os demais profissionais da educação. Embora a escola tenha um papel fundamental na formação humana e na construção de relações respeitosas, não pode ser responsabilizada isoladamente por todos os conflitos que se manifestam em seu interior. Da mesma forma, o professor não deve ser colocado na posição de único responsável pela resolução de problemas que possuem dimensões sociais, familiares e institucionais. Quando essa responsabilidade recai predominantemente sobre o docente, amplia-se a sensação de desamparo e impotência diante das exigências que permeiam o exercício profissional.

Essa realidade pode ser compreendida a partir das contribuições de Esteve (1999), ao discutir o mal-estar docente e as transformações que afetam o trabalho dos professores. O autor evidencia que as mudanças nas exigências sociais dirigidas à escola, associadas às dificuldades encontradas no exercício da profissão, podem produzir tensões entre aquilo que se espera do professor e as condições efetivamente disponíveis para a realização de seu trabalho. Nessa perspectiva, o chamado choque de realidade pode ser compreendido como parte do processo em que as expectativas construídas em torno da docência entram em conflito com as situações concretas enfrentadas no cotidiano escolar. A necessidade de lidar continuamente com conflitos, cobranças e dificuldades de convivência pode intensificar esse sentimento, sobretudo quando não há condições adequadas de suporte e acompanhamento.

A ansiedade docente, nesse cenário, não deve ser interpretada simplesmente como incapacidade individual para controlar uma turma ou resolver conflitos. Ela pode expressar o

[1] Mestranda do Curso de Ciências da Educação da Universidade Autonoma de Assunção-UAA, Paraguai, daianapedagogicocmags@yahoo.com ; daianadarllen.mestrado@gmail.com .

ISSN: 2358-8829

sofrimento provocado pela exposição recorrente a situações de tensão, pela insegurança diante de episódios de violência e pela percepção de que os recursos disponíveis são insuficientes para responder às demandas existentes. O professor pode experimentar preocupação constante, medo de novas ocorrências, desgaste emocional e dificuldade para manter a concentração e a tranquilidade necessárias ao desenvolvimento das atividades pedagógicas. Tais repercussões, entretanto, não se manifestam da mesma maneira em todos os profissionais, pois dependem das experiências vivenciadas, das condições de trabalho e das redes de apoio disponíveis.

É nesse ponto que a discussão se aproxima da perspectiva expressa no título deste estudo: *o corpo que ensina e sente*. O professor não atua como um sujeito dissociado de suas emoções, mas como alguém que mobiliza conhecimentos, afetos, percepções e respostas corporais em suas relações cotidianas. Diante de situações de ameaça, hostilidade ou conflito persistente, a tensão emocional pode repercutir no corpo, manifestando-se, por exemplo, por meio de cansaço, tensão muscular, alterações do sono e sensação de esgotamento. Esses sinais não devem ser generalizados para todos os docentes, mas ajudam a compreender como as condições concretas do trabalho podem repercutir no bem-estar físico e emocional de quem ensina.

Além disso, a presença constante de conflitos pode interferir na relação pedagógica, na construção de vínculos de confiança e na disponibilidade emocional necessária para acompanhar os processos de aprendizagem. Quando o professor precisa direcionar grande parte de sua atenção à contenção de comportamentos agressivos ou à administração de situações de tensão, o planejamento, o diálogo e as intervenções pedagógicas podem ser prejudicados. Forma-se, assim, um cenário contraditório: espera-se que o docente promova uma educação acolhedora, inclusiva e humanizada, ao mesmo tempo que ele próprio pode estar submetido a condições que fragilizam seu equilíbrio emocional e limitam suas possibilidades de atuação.

Diante disso, torna-se fundamental compreender que o enfrentamento da indisciplina e da violência exige ações coletivas e institucionais. A construção de regras de convivência claras, o fortalecimento do diálogo com as famílias, a atuação articulada da equipe gestora e dos profissionais da educação, a implementação de estratégias de mediação de conflitos e a oferta de apoio aos docentes constituem caminhos importantes para a promoção de um ambiente escolar mais seguro e respeitoso. Essas medidas não eliminam, por si só, a complexidade dos

[1] Mestranda do Curso de Ciências da Educação da Universidade Autonoma de Assunção-UAA, Paraguai, daianapedagogicocmags@yahoo.com ; daianadarllen.mestrado@gmail.com .

ISSN: 2358-8829

conflitos escolares, mas contribuem para evitar que sua resolução seja atribuída exclusivamente ao professor.

Portanto, a ansiedade diante da indisciplina e da violência precisa ser analisada para além da dimensão individual, considerando as relações entre as condições de trabalho, as expectativas sociais e as responsabilidades institucionais. À luz de Esteve (1999), o mal-estar docente revela tensões que atravessam o exercício da profissão e desafiam as possibilidades de realização do trabalho pedagógico. Reconhecer essas tensões significa compreender que cuidar da educação também implica cuidar de quem educa. Afinal, o corpo docente, além de ensinar, sente os efeitos das relações que estabelece e das condições em que trabalha, razão pela qual a valorização profissional e a construção de ambientes escolares seguros são elementos indispensáveis à qualidade social da educação.

4.3. O Distanciamento como Mecanismo de Defesa

A discussão dos dados indica que, para preservar o que resta de sua saúde mental, o professor acaba adotando estratégias de autoproteção. O distanciamento afetivo e a mecanização das aulas surgem como uma tentativa de "sobrevivência" emocional. Entretanto, esse isolamento, embora reduza o impacto imediato dos conflitos, resulta no esvaziamento do sentido da profissão e no aumento do absenteísmo, retroalimentando o ciclo do mal-estar. Esse processo está diretamente relacionado ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout, uma vez que o distanciamento afetivo e a mecanização das práticas pedagógicas correspondem à dimensão da despersonalização descrita por Maslach e Jackson (1981), evidenciando um mecanismo de defesa frente ao esgotamento emocional.

Esses achados evidenciam que o adoecimento docente não é circunstancial, mas estrutural, reforçando a tese de Esteve sobre a crise da profissão.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se, a partir da leitura de Esteve, que o mal-estar docente não é uma falha individual ou uma fraqueza de caráter do professor, mas um sintoma de uma estrutura educacional em crise. A saúde do corpo que ensina é o termômetro da saúde do próprio sistema escolar. Portanto, a superação desse quadro exige mais do que cuidados individuais; requer uma revisão profunda do apoio institucional e da valorização social daquele que sustenta a educação na linha de frente.

A análise da obra de José Manuel Esteve permitiu compreender que o mal-estar docente é um fenômeno complexo, onde o "corpo que ensina" absorve as tensões de uma sociedade em

[1] Mestranda do Curso de Ciências da Educação da Universidade Autonoma de Assunção-UAA, Paraguai, daianapedagogicocmags@yahoo.com ; daianadarllen.mestrado@gmail.com .

ISSN: 2358-8829

crise. Ficou evidente que o adoecimento mental, manifestado através da ansiedade e do esgotamento, não é fruto de uma incapacidade individual, mas sim da precariedade das condições de trabalho e da falta de suporte institucional para enfrentar salas lotadas e ambientes insalubres.

Um ponto crucial discutido nesta pesquisa é a injusta transferência de responsabilidades da família e do Estado para a figura do professor. Como o próprio Esteve destaca ao citar o informe da OIT (1981):

> Em uma época em que se cobra cada vez mais que a escola cumpra funções que tradicionalmente competiam a outras instituições sociais como a família, os educadores consideram que é injustificável acusá-los de que não estejam à altura de todos os desafios que propõe um mundo em rápida transformação, especialmente se eles não dispõem dos recursos que desejariam para enfrentar esses desafios. (OIT,1981 apud ESTEVE, 1999, p. 127).

Nessa perspectiva, Libâneo (2013) ressalta que a valorização do magistério não se limita ao reconhecimento simbólico, mas envolve a garantia de condições concretas de trabalho, formação continuada e suporte institucional, elementos fundamentais para a promoção da saúde docente e da qualidade da educação.

Diante desse cenário, a incidência da Síndrome de Burnout entre professores reforça a urgência de políticas públicas voltadas à saúde mental docente, considerando que o esgotamento profissional não compromete apenas o indivíduo, mas todo o processo educativo.

Dessa forma, evidencia-se que a superação do mal-estar docente exige ações urgentes que transcendam o cuidado individual com a saúde. É necessário que haja uma revisão das políticas educacionais que garanta condições dignas de trabalho, recursos materiais adequados e, sobretudo, a redefinição do papel social da escola. Somente através da valorização real do magistério e do fortalecimento do apoio institucional será possível transformar a sala de aula, de um espaço de vulnerabilidade e somatização de conflitos, em um ambiente de saúde e construção do conhecimento.

Palavras-chave: Burnout; Saúde docente; Condições de trabalho; Adoecimento profissional.

AGRADECIMENTOS

A realização deste trabalho representa mais do que uma etapa acadêmica; representa também um momento de reflexão sobre a importância da docência e sobre os desafios enfrentados por aqueles que dedicam suas vidas à educação. Agradeço a Deus por me conceder força, sabedoria e perseverança para seguir em frente, mesmo diante das dificuldades. Agradeço à minha família, pelo apoio, incentivo e compreensão ao longo dessa caminhada, e a todas as pessoas que, de alguma forma, contribuíram para que este trabalho se tornasse possível.

[1] Mestranda do Curso de Ciências da Educação da Universidade Autonoma de Assunção-UAA, Paraguai, daianapedagogicocmags@yahoo.com ; daianadarllen.mestrado@gmail.com .

ISSN: 2358-8829

Dedico também um agradecimento especial a todos os professores que, mesmo diante dos desafios, continuam exercendo sua profissão com compromisso, sensibilidade e esperança. Que este trabalho seja, de alguma forma, uma expressão de reconhecimento àqueles que tantas vezes cuidam, ensinam e acolhem os outros, mas que também precisam ser acolhidos, valorizados e cuidados.

REFERÊNCIAS

ESTEVE, José Manuel. **O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores**. Tradução de Zelinda Mesquita. Bauru: EDUSC, 1999.

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO (OIT). Emprego e condições de trabalho dos educadores. Genebra: OIT, 1981. (Citado em ESTEVE, 1999).

VEENMAN, Simon. Perceived problems of beginning teachers. Review of Educational Research, v. 54, n. 2, p. 143-178, 1984. (Citado em ESTEVE, 1999)

LIBÂNEO, José Carlos. Organização e gestão da escola: teoria e prática. 6. ed. São Paulo: Heccus, 2013.

MASLACH, Christina; JACKSON, Susan E. The measurement of experienced burnout. Journal of Occupational Behavior, v. 2, n. 2, p. 99–113, 1981.

[1] Mestranda do Curso de Ciências da Educação da Universidade Autonoma de Assunção-UAA, Paraguai, daianapedagogicocmags@yahoo.com ; daianadarllen.mestrado@gmail.com .