

# ENSINO & PESQUISA

ISSN 2359-4381

## Tecnologia educacional para o cuidado com a saúde mental de professoras

DOI: <https://doi.org/10.33871/23594381.2025.23.1.9926>

Vanessa Ramos Lourenço<sup>1</sup>, Geilsa Soraia Cavalcanti Valente<sup>2</sup>, Elaine Antunes Cortez<sup>3</sup>, Yasmin Saba de Almeida<sup>4</sup>

**Resumo:** As crescentes demandas e exigências do ambiente escolar podem influenciar negativamente a saúde das professoras do ensino fundamental, levando à exaustão e ao desequilíbrio psicológico e emocional. Deste modo, o objetivo é descrever a construção de uma tecnologia educacional nos moldes de uma cartilha, desenvolvida no mestrado acadêmico em uma Universidade Federal no ano de 2021, com foco nas professoras fragilizadas emocional e psicologicamente. Trata-se de um recorte de uma pesquisa de campo, com abordagem qualitativa, realizada em quatro escolas do ensino fundamental público da região metropolitana do RJ, tendo como participantes 24 professoras e utilizando como instrumento de coleta de dados a entrevista semiestruturada. Após a análise e discussão dos resultados, concluiu-se que as trabalhadoras se encontram em sofrimento psíquico. Deste modo, pretendeu-se contribuir com o bem-estar das professoras com a construção de uma cartilha em formato de História em Quadrinhos. O material foi criado pelas pesquisadoras com base nos resultados do estudo, validado pelas participantes e apresentado aos órgãos responsáveis como sugestão de implementação na rede de educação do município. Espera-se que a tecnologia educacional colabore com a valorização da saúde mental das trabalhadoras da educação.

**Palavras-chave:** Educação, Professores, Saúde mental, Tecnologia educativa.

## Educational technology to care for the mental health of female teachers

**Abstract:** The growing demands and requirements of the school environment can negatively influence the health of elementary school teachers, leading to exhaustion and psychological and emotional imbalance. In this way, the aim is to describe the construction of an educational technology in the form of a booklet, developed during an academic master's degree at a federal university in 2021, with a focus on emotionally and psychologically fragile female teachers. This is an excerpt from a field study, with a qualitative approach, carried out in four public elementary schools in the metropolitan region of Rio de Janeiro, with 24 female teachers as participants, using semi-structured interviews as the data collection instrument. After analyzing and discussing the results, it was concluded that the workers are in psychological distress. The aim was therefore to contribute to their well-being by creating a booklet in comic book format. The material was

<sup>1</sup> Doutoranda do Programa Acadêmico em Ciências do Cuidado em Saúde (PACCS), Universidade Federal Fluminense (UFF). Membro do Núcleo de Pesquisa Saúde, Trabalho e Educação (NUPETSE/UFF). E-mail: [alexca36@gmail.com](mailto:alexca36@gmail.com). ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2249-8164>

<sup>2</sup> Docente do Programa de Pós-Graduação em Ciências do Cuidado em Saúde (PACCS), Universidade Federal Fluminense (UFF). Doutora em Enfermagem (UFRJ). Vice-coordenadora do núcleo de Núcleo de Pesquisa Saúde, Trabalho e Educação (NUPETSE/UFF). E-mail: [geilsavalente@gmail.com](mailto:geilsavalente@gmail.com). ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4488-4912>

<sup>3</sup> Docente do Programa de Pós-Graduação em Ciências do Cuidado em Saúde (PACCS), Universidade Federal Fluminense (UFF). Doutora em Enfermagem (UFRJ). Coordenadora do Núcleo de Pesquisa Saúde, Trabalho e Educação (NUPETSE/UFF). E-mail: [elainecortez@id.uff.br](mailto:elainecortez@id.uff.br). ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3912-9648>

<sup>4</sup> Doutoranda do Programa Acadêmico em Ciências do Cuidado em Saúde (PACCS), Universidade Federal Fluminense (UFF). Membro do Núcleo de Pesquisa Saúde, Trabalho e Educação (NUPETSE/UFF). E-mail: [yasminsaba@id.uff.br](mailto:yasminsaba@id.uff.br). ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2391-7009>

created by the researchers based on the results of the study and validated by the participants, and presented to the responsible bodies as a suggestion for implementation in the education network of the municipality in question. It is hoped that the educational technology will help to enhance the mental health of female education workers.

**Keywords:** Education, Teachers, Mental health, Educational technology.

## Introdução

Saúde mental se refere a um estado de regulação entre a pessoa e seu ambiente, promovendo seu bem-estar e proporcionando condições para uma vida prazerosa e produtiva, visando o equilíbrio psicológico (Valente; Cortez; Sequeira, 2017). A Organização Pan-Americana da Saúde destaca que vários fatores podem colocar em risco a saúde mental, tais como mudanças sociais, condições de trabalho estressantes, discriminação de gênero, exclusão social, estilo de vida não saudável, violência e violação dos direitos humanos (Nações Unidas Brasil, 2016).

Milhões de pessoas ao redor do mundo sofrem de algum transtorno mental. Nas Américas, esse número corresponde a quase 5% da população (WHO, 2022b). Para uma parcela considerável da população, a saúde mental e o ambiente de trabalho estão intrinsecamente relacionados, sendo a atividade laboral reconhecida como um elemento de proteção para a saúde mental, embora possa interferir negativamente quando o contexto laboral expõe o trabalhador a riscos (WHO, 2022a).

No que tange à docência, a falta de condições adequadas de trabalho, a sobrecarga de tarefas e a desvalorização da profissão docente no ensino fundamental público brasileiro a denotam como uma das profissões mais estressantes da atualidade (Birolim *et al.*, 2019). Segundo a Psicodinâmica do Trabalho, a atividade do trabalhador envolve uma construção psicossocial, incluindo a adaptação física e a busca pela regulação da necessidade de organizar a sua própria vida e da liberdade de agir, seja coletivamente ou individualmente, sobre a organização do seu trabalho na relação com o outro (Lancman; Sznelwar, 2011).

No âmbito escolar, a relação entre o trabalhador e o fazer laboral se dá entre os profissionais da educação, órgãos governamentais, alunos e seus familiares. Portanto, ruídos em alguma dessas esferas relacionais podem causar desequilíbrio emocional e psíquico, tornando o sujeito vulnerável ao adoecimento. Esses profissionais enfrentam inúmeras dificuldades diárias, frequentemente sendo alvo de estigma e desvalorização profissional, submetidos a diversas exigências que impactam sua saúde. Fatores como carga emocional intensa, atividades de trabalho exaustivas, remuneração inadequada e

fragilidades nos planos de carreira podem estar associados ao adoecimento desses profissionais (Melo *et al.*, 2017).

Historicamente, a profissão do magistério do ensino fundamental foi atravessada por uma visão associada à maternagem e submissão, sendo a "feminização da docência" designada às mulheres (Ataide; Nunes, 2016; Souza; Melo, 2018). As transformações sociais e a participação das mulheres no mercado de trabalho remunerado aumentaram suas responsabilidades, pois, além de desempenharem papel ativo no sustento da família, as mulheres continuaram a realizar as obrigações domésticas e a cuidar dos filhos (Lourenço *et al.*, 2024).

Diante da intensa exigência do trabalho feminino nas diversas esferas sociais, como mãe, profissional e dona de casa, as professoras ultrapassam seus limites para romper preconceitos e estigmas relativos ao gênero. Diante do exposto, é urgente que o trabalho feminino seja reconhecido e valorizado (Dejours, 2011).

Neste contexto, a relevância deste estudo se dá porque trata da realidade da escola pública, onde as professoras enfrentam exaustão e precarização do trabalho, como falta de material, tumulto, barulho e violência (Lourenço *et al.*, 2024). Tais fatores geram abalos mentais e emocionais nas trabalhadoras, levando ao mal-estar no trabalho. Portanto, faz-se necessário que sejam desenvolvidas estratégias de identificação do sofrimento, por meio da construção de ações e modos de agir, objetivando lidar e transformar as fontes de mal-estar que estão vivenciando no trabalho em estratégias de ensino e de aprendizagem, permitindo minimizar o sofrimento (Mendes, 2007; Dejours, 2018).

Tendo em vista a argumentação mencionada anteriormente, este artigo tem como objetivo apresentar a construção de uma tecnologia educacional, que foi desenvolvida como um produto a partir dos resultados da pesquisa de mestrado, os quais constataram que as professoras estão em sofrimento psíquico, produzido pelas adversidades da docência. Nesse sentido, propôs-se uma cartilha, nos moldes de História em Quadrinhos (HQ), com os objetivos de: a) orientar para o autocuidado da saúde mental; b) oferecer estratégias coletivas para minimizar o mal-estar no trabalho docente.

A contribuição do estudo, através da criação da tecnologia educacional, pretende dar atenção ao bem-estar das professoras e sugerir estratégias individuais e coletivas para reduzir o mal-estar e evitar adoecimentos. Ademais, a divulgação da cartilha em outros municípios e até mesmo estados pode contribuir para a saúde mental das docentes do ensino fundamental no Brasil.

## Metodologia

Trata-se de um relato da construção de uma tecnologia educacional como produto da pesquisa de mestrado realizada no ano de 2021, como parte do Programa de Pós-graduação em Ciências do Cuidado em Saúde de uma universidade federal.

Enfatiza-se que a cartilha é um recorte da dissertação de mestrado, que teve como metodologia um estudo descritivo-exploratório, qualitativo, do tipo estudo de caso, autorizado pelo Comitê de Ética em Pesquisa sob número de parecer 3.941.998, cujo referencial teórico foi apoiado na Psicodinâmica do Trabalho de Dejours (2011). O cenário da pesquisa foram quatro escolas da rede municipal da região metropolitana do Rio de Janeiro, que oferecem anos iniciais do ensino fundamental, e contou com a participação de 24 professoras regentes.

Um dos objetivos específicos da pesquisa de mestrado foi propor uma cartilha educacional para o cuidado com a saúde mental das docentes. Ressalta-se que este objetivo só foi alcançado após realizar uma revisão de literatura sobre o tema (Etapa 1), analisar a percepção das docentes sobre a influência do trabalho na saúde mental delas, que se deu mediante entrevistas com as docentes (Etapas 2 e 3), desenvolvimento da cartilha pelos pesquisadores (Etapa 4) e, por fim, a avaliação e validação da cartilha pelos pesquisadores e docentes (Etapa 5).

Para clarificar cada etapa, segue a descrição de cada uma:

### **Etapa 1: Revisão de literatura**

Visando identificar na literatura científica estudos sobre as possíveis influências do trabalho docente na saúde mental dos professores, foram consultadas as bases de dados Lilacs, Pubmed, Index Psicologia e Eric, utilizando os descritores "*school teachers*", "*mental health*", "*docente*", "*professores*" e "*faculty*" e o operador booleano "AND", no período de outubro de 2018. Identificou-se que houve um aumento mundial de transtornos mentais em professores por conta dos fatores ambientais e sociais do seu contexto de trabalho, desencadeando conflitos e colocando esses profissionais em situação de vulnerabilidade. Esse panorama aponta para a lacuna do conhecimento sobre o tema e a necessidade do desenvolvimento de ações de cuidado com a saúde mental desses profissionais da educação.

### **Etapa 2: Coleta de dados**

A coleta de dados foi realizada por meio de entrevistas individuais, semiestruturadas, presenciais e online. Participaram do estudo 24 professoras regentes do

ensino fundamental público municipal, após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. As 19 entrevistas presenciais foram aplicadas em um encontro, no período de setembro a novembro de 2019, no horário de trabalho, em ambiente controlado, preservando o sigilo das informações e gravadas em dispositivo de MP3. Já as cinco entrevistas online foram realizadas durante o período pandêmico, no mês de abril de 2020, resumindo-se a um encontro via aplicativo *Hangouts*, conforme data e horário pré-agendados pelas participantes, e os áudios foram gravados em aplicativo no formato de WMA. Todos os áudios foram transcritos na íntegra, respeitando-se a fala das participantes.

### **Etapa 3: Análise dos resultados**

Os resultados das entrevistas foram analisados com base na análise de conteúdo de Bardin (2016). Apontaram-se como influências negativas à saúde mental: a organização do trabalho docente, o aumento na carga de tarefas, as fragilidades do ambiente escolar, a falta de participação da família no acompanhamento escolar e a realidade dos alunos. Identificou-se que as professoras estão frágeis, tanto emocionalmente quanto psicologicamente, por conta do cotidiano da profissão.

Diante deste contexto, os objetivos da tecnologia educacional foram: a) orientar para o autocuidado da saúde mental; b) oferecer estratégias coletivas para minimizar o mal-estar no trabalho docente.

### **Etapa 4: Desenvolvimento da cartilha**

O produto educacional foi construído pelas pesquisadoras conforme os seguintes passos: 1) Leitura e análise criteriosa dos resultados; 2) Seleção dos problemas recorrentes; 3) Agrupamento por categoria; 4) Organização do material teórico que oferecesse possíveis soluções aos principais problemas apontados e sugestão de estratégias de minimização do mal-estar emocional e psicológico; 5) Levantamento de serviços de atendimento em saúde mental gratuitos ou a valores sociais, disponíveis no município de Niterói; 6) Mapeamento dos serviços acessíveis que contribuem para o bem-estar físico, mental e social dos servidores municipais e/ou da população niteroiense; 7) Seleção do material segundo os objetivos do produto.

Baseando-se na coleta e na análise dos dados das entrevistas, as pesquisadoras redigiram um roteiro claro e objetivo contendo as situações conflituosas, respeitando a narrativa do material do corpus textual, e encaminharam-no ao ilustrador para criação gráfica das personagens e diagramação em formato de HQ. Considerou-se também a importância de informações sobre o cuidado com a saúde mental, como a identificação

de elementos de risco presentes no ambiente escolar; sinais de fragilidade psicológica e emocional; estratégias de autocuidado; e recursos disponíveis em serviços de apoio psicológico.

#### **Etapa 5: Avaliação e validação da cartilha**

A tecnologia educacional foi avaliada por especialistas no momento da qualificação de mestrado e aprovada na defesa final. Posteriormente, a cartilha foi submetida a um processo de validação com um grupo de professoras que participaram da pesquisa. *Feedbacks* foram coletados por meio de um questionário no *Google Forms* quanto ao conteúdo textual, aparência e formatação, para os ajustes finais, garantindo a relevância e aplicabilidade do material. O produto final foi apresentado ao órgão público da educação municipal como sugestão para uma futura implementação.

#### **Resultados e Discussão**

O material contém uma capa que destaca o título da cartilha e uma imagem que apresenta a personagem principal, "ANA". A contracapa contém os nomes dos autores. Além da capa, há outros elementos pré-textuais que apresentam brevemente a origem do material e, na sequência, a personagem principal com as orientações iniciais da proposta do material (Figura 1). O objetivo da criação de apenas uma personagem principal é promover o acolhimento e a aproximação conforme a personagem vai dialogando com a leitora ao longo do material.

**Figura 1:** Cartilha com orientações para o cuidado com a saúde mental das professoras: como está a sua saúde mental? - a) capa; b) contracapa.



Fonte: Lourenço (2021).

O material ilustrativo possibilita que as professoras percebam e reflitam sobre a realidade do cotidiano da profissão docente nos anos iniciais do ensino fundamental na escola pública e os impactos em sua esfera física e mental, possíveis produtores de fragilidades emocionais e psicológicas que levam ao sofrimento psíquico (Dejours, 2011). Neste contexto, o material pode ser consultado visando oferecer orientações para a melhoria do bem-estar individual, bem como sugerir estratégias coletivas capazes de minimizar o mal-estar laboral, diante da reflexão sobre os problemas e da criação de novos modos de trabalho pelo grupo de docentes.

As situações citadas pelas professoras, que correspondem ao cotidiano da profissão e afetam sua saúde mental, foram ilustradas (Figura 2) através da representação da rotina escolar, destacando situações negativas e conflituosas que surgem no trabalho e suas consequências no comportamento docente.

**Figura 2:** Cenas da HQ - situações da profissão docente.



Fonte: Lourenço (2021).

Sendo o conceito de saúde mental interligado a um dado equilíbrio regulatório entre o sujeito e o ambiente (Valente; Cortez; Sequeira, 2017), condições estressoras do contexto escolar podem desencadear sensações de mal-estar e condições de vida laboral desprazerosas, que interfiram na produtividade e no equilíbrio psicológico das professoras.

Certos aspectos negativos citados pelos participantes nas entrevistas, relacionados às adversidades da vida escolar e ilustrados na cartilha, podem contribuir para o aumento da ansiedade docente e para fragilidades em sua saúde mental (Melo *et al.*, 2018). Professoras expostas a situações de conflito, violência e outras perturbações diversas podem desenvolver sofrimento psíquico caso não encontrem, ao longo de suas carreiras, formas criativas de lidar com as emoções, resultando em desequilíbrios e comprometendo seu bem-estar. De acordo com Dejours (2011), a ausência de reconhecimento, a carga excessiva de trabalho e a insatisfação com as necessidades profissionais podem impactar negativamente os trabalhadores, levando ao sofrimento psíquico (Figura 3).

**Figura 3:** Cenas de possíveis abalos emocionais e psicológicos que podem ser desencadeados pelas situações do cotidiano.



Fonte: Lourenço (2021).

Deste modo, a reflexão sobre o panorama caótico e inadequado do cotidiano escolar é rica em produção de conhecimento e impulsiona novas formas de busca pelo restabelecimento do bem-estar. Portanto, a cartilha se coloca como uma ferramenta para o Objetivo de Desenvolvimento Sustentável número 3 – Saúde e Bem-estar (Roma, 2019), no sentido de que sua ideia central é a melhoria das condições de saúde mental das professoras, mediante informações e orientações para seu bem-estar psicológico e emocional.

Neste sentido, segundo a Psicodinâmica do Trabalho, nas situações de trabalho, circunstâncias inesperadas impõem ao sujeito a necessidade de desenvolver estratégias criativas de defesa visando proteger-se dos abalos psíquicos (Dejours, 2011). Portanto, o reconhecimento desses aspectos na atividade profissional docente pode ser o ponto de partida para a busca por estratégias focadas na minimização do mal-estar e no restabelecimento do prazer laboral.

Na terceira parte, são disponibilizadas orientações que sugerem ações individuais de promoção à saúde mental e busca pelo bem-estar emocional e psicológico dessas trabalhadoras que se encontram em sofrimento psíquico (Figura 4).

**Figura 4:** Cenas da HQ - ações de promoção à saúde mental.



Fonte: Lourenço (2021).

Transtornos mentais como estresse, ansiedade, depressão e síndrome de burnout são elementos presentes na vida contemporânea. No entanto, esses elementos podem ser gerenciados de maneira a restabelecer o bem-estar, atrelados a ações de promoção da saúde. Saúde é um conceito amplo que inclui elementos sociais e pessoais, para além das capacidades físicas, e requer estilos de vida saudáveis para atingir o bem-estar (Brasil, 2002).

Neste sentido, o sofrimento psíquico advindo da atividade laboral diária pode ser gerenciado de maneira funcional e saudável mediante ações educativas, convertendo-se em um sofrimento criativo que produza satisfação e novos modos de trabalho (Mendes, 2007), evitando o sofrimento patogênico que impede o trabalhador de criar habilidades inventivas para lidar com os acontecimentos cotidianos diversos, levando ao adoecimento e ao absenteísmo (Dejours, 2011).

Para a Psicodinâmica do Trabalho, existe um envolvimento físico, criativo e dos afetos do trabalhador no desempenho da atividade laboral para responder aos imprevistos diários. O bem-estar laboral é constituído por aspectos psicossociais, que demandam a adaptação do corpo e da mente do trabalhador, seja coletiva ou individualmente, à organização do seu trabalho e às inter-relações sociais. Ruídos nessas relações podem

causar comprometimentos mentais e psicológicos em professoras, tornando-as suscetíveis ao adoecimento psíquico (Dejours, 2017).

Assim, a cartilha coloca-se como material importante e fecundo ao apresentar algumas estratégias individuais e coletivas que podem ser desenvolvidas pelas professoras tanto fora (Figura 4) quanto dentro da escola (Figura 5), com vistas a minimizar os problemas do cotidiano de trabalho que abalam o bem-estar e, desse modo, proteger sua esfera psíquica.

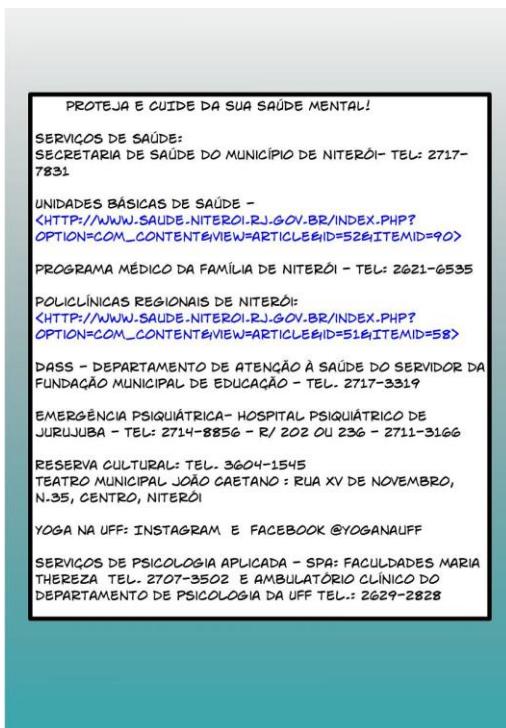
**Figura 5:** Estratégias coletivas para minimizar os problemas do cotidiano de trabalho.



Fonte: Lourenço (2021).

Ao final da cartilha, foram oferecidos alguns contatos de atendimento em saúde mental públicos e a valores sociais, bem como serviços de promoção da saúde no município de Niterói/RJ (Figura 6).

**Figura 6:** Contatos de atendimento em saúde mental e de serviços de promoção de qualidade de vida.



Fonte: Lourenço (2021).

A tecnologia educacional no formato de cartilha em HQ foi criada com uma linguagem lúdica e de fácil compreensão, visando despertar o interesse das leitoras por um tema tão importante que é o cuidado com a saúde mental. As ilustrações sobre o cotidiano de trabalho estimulam o interesse e facilitam o rápido acesso às informações, possibilitando a identificação do mal-estar e dos abalos emocionais que podem ocorrer como consequência do trabalho. Como o público-alvo são as professoras do ensino fundamental, que têm pouco tempo livre disponível, tornou-se necessário compor uma leitura fácil, com acesso em qualquer tempo ou espaço físico por meio do manuseio, seja impresso ou digital, incentivando a leitura.

A ludicidade é uma necessidade de qualquer ser humano, independentemente da idade ou do papel que desempenha, uma vez que esta tecnologia educacional representa uma abordagem que facilita não apenas a aprendizagem, mas também o desenvolvimento cultural, social e pessoal, contribuindo para o cuidado com a saúde mental do indivíduo (Vygotski, 2008). A dimensão lúdica encontrada no material proporciona um tipo de alívio emocional, permitindo a manifestação de diferentes emoções (Piaget, 2010). Além disso, o contato com o lúdico promove flexibilidade, auxilia na formação de conceitos intuitivos e colabora para a transformação de ideias, facilitando a resolução de problemas (Cerisara, 2002; Guimarães; Bueno, 2021).

O acesso ao material educativo resgata a valorização do trabalho docente e a urgência de ações com vistas à minimização do mal-estar no trabalho e à procura por melhoria da qualidade de vida em prol do equilíbrio entre as demandas pessoais e profissionais.

A tecnologia educacional foi premiada em 1º lugar no evento sobre saúde mental pós-pandemia realizado pela Universidade Federal Fluminense. A versão final foi elaborada em formato de HQ digital e impresso, pois se entendeu que a versão digital ampliaria a possibilidade de disponibilização do material, facilitando o acesso e tornando-o mais viável economicamente. A cartilha foi apresentada como devolutiva às participantes em uma reunião de planejamento realizada em cada unidade escolar participante.

### **Considerações finais**

A fim de descrever a construção da tecnologia educacional em forma de cartilha para as professoras do ensino fundamental público que estão fragilizadas emocional e psicologicamente, é necessário criar instrumentos que auxiliem no entendimento da importância de uma cultura de cuidado e bem-estar, colocando a condição mental das professoras como centro das estratégias de saúde e educação.

Considerando os elementos da realidade do trabalho docente e o cenário impactante relacionado ao cotidiano cada vez mais adverso dos ambientes escolares, é possível compreender que não existe saúde mental sem o cuidado com o sujeito em sua totalidade psicossocial.

Oportunizar às professoras a percepção de suas emoções e comportamentos disfuncionais produzidos pelas situações de mal-estar que surgem na relação com a organização do trabalho na escola é oferecer elementos para a construção de ações mais saudáveis.

Deste modo, a construção de uma tecnologia educacional para prevenção e cuidado com a saúde mental das professoras, seja no formato digital ou impresso, é uma ação importante de contribuição ao cuidado em saúde para minimizar o sofrimento psíquico do docente.

### **Referências**

ATAIDE, Patrícia Costa; NUNES, Iran de Maria Leitão. Feminização da Profissão Docente: as representações das professoras sobre a relação entre ser mulher e ser

professora do ensino fundamental. **Revista Educação e Emancipação**, São Luís, v. 9, n. 1, p. 167-188, 2016. Disponível em: <https://periodicoseletronicos.ufma.br/index.php/reducacaoemancipacao/article/view/4984#>. Acesso em: 30 jun. 2024.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. 3. reimpr. 1. ed. São Paulo: Edições 70, 2016. 279p.

BIROLIM, Marcela Maria *et al.* Job strain among teachers: associations with occupational factors according to social support. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 4, p. 1255-1264, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/57hTLfPM CfKjGng44XjtYjn>. Acesso em: 30 jun. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Projeto Promoção da Saúde. **As Cartas da Promoção da Saúde**. Brasília: Ministério da Saúde, 2002. 56p.

CERISARA, Ana Beatriz. De como o Papai do Céu, o Coelhinho da Páscoa, os anjos e o Papai Noel foram viver juntos no céu! **Zero-a-Seis**, Florianópolis, v. 4, n. 5, p. 1-13, 2002. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/zero seis/article/view/11195>. Acesso em: 30 jun. 2024.

DEJOURS, Christophe. **A loucura do trabalho**: estudo de psicopatologia do trabalho. 6. ed. São Paulo: Cortez, 2018. 224p.

DEJOURS, Christophe. **Psicodinâmica do trabalho**: casos clínicos. Porto Alegre: Dublinense, 2017. 144p.

DEJOURS, Christophe. **Psicodinâmica do trabalho**: contribuições da Escola Dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho. São Paulo: Atlas, 2011. 145p.

GUIMARÃES, Ueudison Alves; BUENO, Leidiane Aparecida dos Santos. A ludicidade com alunos da educação de jovens e adultos. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**, São Paulo, ano 6, ed. 9, v. 6, p. 05-16, 2021. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao/ludicidade-com-alunos>. Acesso em: 30 jun. 2024.

JESUS, Carla Simone Barbosa de; BARBOSA, Robson de Jesus Silva. Trabalho feminino x nível de escolaridade: uma análise sobre a influência da educação para a inserção da mulher no mundo do trabalho. **Revista Ártemis**, João Pessoa, v. 21, n. 1, 2016. Disponível em: <https://periodicos.ufpb.br/ojs/index.php/artemis/article/view/28227>. Acesso em: 30 jun. 2024.

LANCMAN, Selma; SZNELWAR, Laerte Idal. **Christophe Dejours**: da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho. 3. ed. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2011. 512p.

LOURENÇO, Vanessa Ramos. **Cartilha Como está a sua saúde mental?** Orientações para o cuidado com a saúde mental docente. Brasília, DF: Educapes, 2021. Disponível em: <http://educapes.capes.gov.br/handle/capes/586863>. Acesso em: 30 jun. 2024.

LOURENÇO, Vanessa Ramos *et al.* Trabalho no ensino fundamental e as influências na saúde do docente. **Revista Educação e Cultura Contemporânea**, Rio de Janeiro, v. 21, p. 01-22, 2024. Disponível em: <https://mestradoedoutoradoestacio.periodicoscientificos.com.br/index.php/reeduc/article/view/10460>. Acesso em: 30 jun. 2024.

MELO, Leandro Ferreira de *et al.* Fatores que Afetam a Saúde Docente: Estudo Introdutório em uma Escola de Educação Básica de São Paulo. **Revista de Ensino, Educação e Ciências Humanas**, Londrina, v. 19, n. 4, p. 438-443, 2018. Disponível em: <https://revistaensinoeducacao.pgscogna.com.br/ensino/article/view/5244>. Acesso em: 30 jun. 2024.

MENDES, Ana Magnólia (org.). **Psicodinâmica do trabalho:** teoria, método e pesquisas. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2007. 368p.

NAÇÕES UNIDAS BRASIL. Saúde mental depende de bem-estar físico e social, diz OMS em dia mundial. **Nações Unidas Brasil**, Brasília, DF, 10 out. 2016. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/74566-saúde-mental-depende-de-bem-estar-físico-e-social-diz-oms-em-dia-mundial>. Acesso em: 30 jun. 2024.

PIAGET, Jean. **A formação do símbolo na criança:** imitação, jogo e sonho, imagem e representação. 4. ed. Rio de Janeiro: LTC, 2010. 340p.

ROMA, Júlio César. Os objetivos de desenvolvimento do milênio e sua transição para os objetivos de desenvolvimento sustentável. **Ciência e Cultura**, São Paulo, v. 71, n. 1, p. 33-39, 2019. Disponível em: [http://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0009-67252019000100011](http://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0009-67252019000100011). Acesso em: 30 jun. 2024.

SOUZA, Andréa Rodrigues de; MELO, José Carlos de. Educadora ou tia: os reflexos da feminização do magistério na construção da identidade profissional de professores (as) da educação infantil. **Revista Inter-Ação**, Goiânia, v. 43, n. 3, p. 697-709, 2019. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/interacao/article/view/48977>. Acesso em: 30 jun. 2024.

VALENTE, Geilsa Soraia Cavalcanti; CORTEZ, Elaine Antunes; SEQUEIRA, Carlos Alberto da Cruz. Construção empírica e validação de um instrumento de avaliação global de saúde mental. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, Rio de Janeiro, v. 81, n. 19, p. 38-45, 2017. Disponível em: <https://teste.revistaenfermagematual.com/index.php/revista/article/view/320>. Acesso em: 30 jun. 2024.

VYGOTSKI, Lev Semenovich. **Pensamento e Linguagem**. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2008. 216p.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Guidelines on mental health at work**. Geneva: World Health Organization, 2022a. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240053052>. Acesso em: 30 jun. 2024.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Mental Health and COVID-19: Early evidence of the pandemic's impact: Scientific brief**, 2 March 2022. Geneva: World Health Organization, 2022b. Disponível em: [https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-Sci\\_Brief-Mental\\_health-2022.1](https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-Sci_Brief-Mental_health-2022.1). Acesso em: 30 jun. 2024.

**Submissão:** 11/11/2024. **Aprovação:** 03/02/2025. **Publicação:** 25/04/2025.