

# Saúde mental de docentes universitários: uma revisão sistemática da literatura

Salud mental de profesores universitarios: una revisión sistemática de la literatura

Mental health of university faculty: a systematic literature review

[Fabio Gotz de Lima](#) <sup>ID</sup> [Livia Maria Vecchi](#) <sup>ID</sup> [Luís Henrique Paloski](#) <sup>ID</sup>

## Destaques

Entre os servidores públicos, os professores são os que mais abandonam o cargo.

O adoecimento mental dos docentes é visualizado como um problema de saúde pública.

Docentes permanecem em constante estado de alerta em suas atividades laborais.

## Resumo

Este estudo investigou os indicadores de saúde mental de docentes do ensino superior e avaliou suas características sociodemográficas por meio de uma revisão sistemática da literatura. Esta revisão foi inspirada nas recomendações da Declaração PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*). Foram selecionados 10 artigos. Verificou-se que pessoas do gênero feminino apresentaram maiores níveis de sintomatologia depressiva em comparação com as do gênero masculino. Observou-se que os indicadores de sintomatologia depressiva, estresse e ansiedade se encontram elevados na população. Por fim, na maioria dos estudos foram encontrados elevados índices de adoecimento mental.

[Resumen](#) | [Abstract](#)

## Palavras-chave

Saúde mental. Docentes. Sintomas.

Recebido: 17.09.2023

Aceito: 16.10.2024

Publicado: 24.10.2024

DOI: <https://doi.org/10.26512/lc30202450850>

## **| Introdução**

O processo educacional representa uma interação entre indivíduos que exploram uma realidade objetiva passível de compreensão. À medida que se explora o mundo e seus aspectos objetivos, desenvolvemos a capacidade crítica, gerando novas respostas, questionamentos e ações reflexivas. Professores desempenham o papel, conforme o pensamento de Paulo Freire, de facilitadores da educação crítica, encorajando os alunos a pensarem de forma independente e a refletirem racionalmente sobre suas realidades (Freire, 2015).

Uma análise da experiência humana inevitavelmente aborda sua natureza plural, considerando o ser humano como um ser existencial moldado por uma série de contingências, oportunidades e autoconstruções (Oliveira et al., 2022). A compreensão do mundo como um espaço comum perpassa todo o desenrolar do processo educacional, no qual o professor ocupa papel de grande responsabilidade, pois assume posição de centralidade, porque proporciona um elo entre a novidade do mundo que já existe e aqueles que o desconhecem e que nele são inseridos (Nascimento, 2020). Assim sendo, o indivíduo age de modo inédito em um mundo desconhecido, e o início deste processo é a sua natalidade, momento de expressão da capacidade do começo inerente aos humanos: a partir do campo das suas ações as pessoas experenciam o novo em um mundo comum e compartilhado (Fernandes, 2021).

O processo educacional, intrinsecamente ligado às interações humanas, reflete a visão arendtiana de que viver é estar entre os homens, compartilhando um mundo comum (Pequeno, 2021). Assim, o aprendizado não ocorre isoladamente, mas sim através do compartilhamento de experiências em um contexto coletivo, em que as novas ações individuais contribuem para a vida pública (Dias, 2021). Neste contexto, o papel do professor é fundamental, visto que ele está constantemente imerso em interações com seus alunos, exigindo um elevado nível de envolvimento cognitivo e emocional (Campos & Viegas, 2021). Esta constante demanda de interação e resposta imediata pode contribuir para o desenvolvimento de sintomas psicopatológicos, especialmente dada a complexidade e a intensidade do ambiente educacional (Avilés et al., 2020).

Nesta perspectiva, os sintomas psicopatológicos são amplamente reconhecidos como problemas globais de saúde pública, e a detecção precoce destes sintomas pode ser de grande utilidade para realizar intervenções psicológicas no ambiente educacional (Coker et al., 2018). A escola, enquanto um ambiente dinâmico com interações sociais constantes, é um cenário propício para a manifestação do sofrimento psíquico (Wagner et al., 2021). Este pode ser compreendido como um estado que envolve uma constante luta do sujeito contra aquilo que provoca seu sofrimento mental, resultando na ausência de equilíbrio emocional e estabilidade que costumava ser comum (Oliveira & Santos, 2021).

Os desgastes constantes da rotina laboral docente exercem um impacto significativo na saúde mental dos professores. Entre os sintomas mais evidenciados, incluem-se a exaustão emocional, a despersonalização e a baixa realização profissional (Campos et al., 2020). Neste contexto, a identificação precoce de sintomas psicopatológicos torna-se crucial não apenas para intervenções específicas, mas também para mitigar os efeitos adversos da carga emocional e estresse inerentes ao ambiente educacional.

Esta pesquisa tem como objetivo investigar os indicadores de saúde mental de docentes do ensino superior e avaliar suas características sociodemográficas. O estudo se propõe a examinar a saúde mental dos docentes do ensino superior, uma área que tem recebido crescente atenção devido aos desafios e demandas enfrentados pelos profissionais, a partir da literatura científica. Ao investigar os indicadores de saúde mental, pode-se compreender melhor os impactos do ambiente educacional na saúde destes profissionais.

## **| Método**

A pesquisa foi inspirada nas recomendações da Declaração PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), que orienta a construção de revisões sistemáticas da literatura, indicando uma lista de itens que devem estar presentes (Galvão & Ricarte, 2019). O processo de busca em base utilizou os seguintes descritores: "*University Professor*" OR "*Faculty*" AND "*Mental Health*", para selecionar artigos, de modo que estes poderiam estar presentes em qualquer parte do texto. Utilizando estes descritores, na Plataforma Cochrane não foram encontradas revisões sistemáticas com este objetivo.

Partiu-se de uma pergunta central de pesquisa: quais são os indicadores de saúde mental entre os docentes do ensino superior e características sociodemográficas? A partir dela, as buscas foram realizadas da seguinte maneira: em um primeiro momento foram realizadas buscas com palavras-chave que se encontravam nos Descritores em Ciências de Saúde (DeCS): "*University Professor*" OR "*Faculty*" AND "*Mental Health*". Objetivando uma maior abrangência de resultados, optou-se por adotar termos alternativos indicados nos DeCS. Os critérios de elegibilidade foram: Texto redigido em língua portuguesa, inglesa, alemã ou espanhola; Estudos empíricos que abordem a temática da saúde mental e docência; Estudos realizados com docentes do ensino superior. Os critérios de exclusão foram: Notícias sobre o assunto, textos não avaliados por pares, e textos com mais de cinco anos de publicação.

Para assegurar que a revisão incorporasse as informações mais recentes e relevantes, optou-se por excluir textos com mais de cinco anos de publicação. Este marco de tempo foi escolhido com o objetivo de garantir que os resultados da pesquisa refletissem o estado mais próximo do conhecimento atual sobre saúde mental entre docentes do ensino superior, proporcionando assim uma análise mais atualizada e pertinente

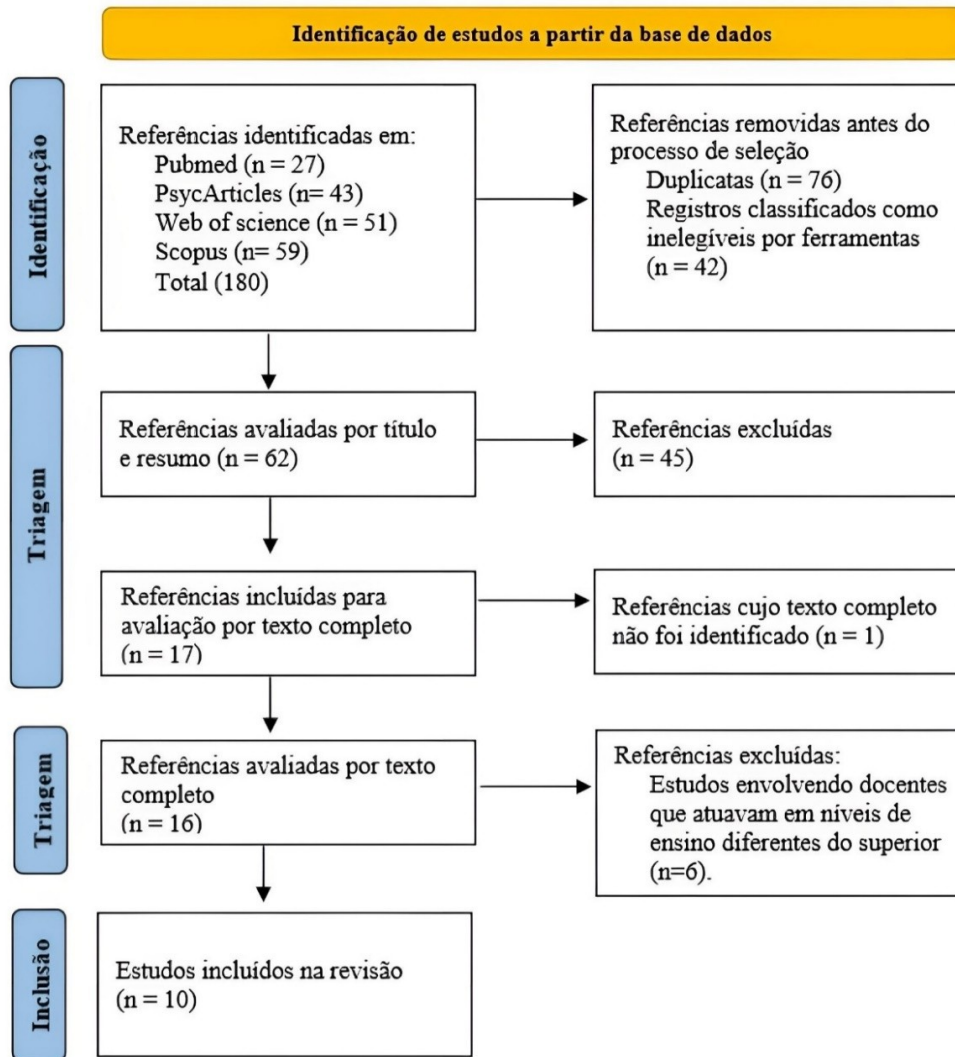
As bases de dados utilizadas como fontes de informações foram as plataformas *Psycinfo*, *Pubmed*, *Scopus* e *Web of Science*. Os estudos foram buscados pelos pesquisadores utilizando os seguintes descritores: “*University Professor*” OR “*Faculty*” AND “*Mental Health*”. Estudos selecionados são apresentados por meio de um fluxograma com a apresentação dos resultados de estudos individuais e suas sínteses.

Com o objetivo de proporcionar uma maior relevância e precisão nos resultados alcançados no processo de busca, a seleção nas bases de dados foi exclusiva ao campo “título”. Esta abordagem metodológica foi empregada com o objetivo de garantir que os estudos selecionados possuíssem relação com o tema central de pesquisa, de maneira que fossem priorizados estudos que apresentassem uma conexão objetiva com o foco investigativo. Tal delimitação restringindo os descritores ao título contribuiu para a seleção de resultados mais consistentes e coerentes ao escopo da investigação proposta.

No processo de coleta de dados, cada pesquisador realizou uma análise independente dos artigos considerados relevantes e emitiram um parecer sobre sua inclusão, ou não, na revisão. Nos casos de divergência foi contatado um terceiro pesquisador. Após a seleção dos estudos a serem utilizados na revisão, foi feita uma tabulação dos dados. Os dados foram coletados no mês de janeiro de 2023. Foram utilizados três juízes no processo de inclusão e exclusão dos artigos.

Na figura 1, Identificação de estudos a partir da base de dados, localizada abaixo, é apresentado um fluxograma, no qual é realizada a apresentação dos resultados e processo de seleção dos artigos. Nele estão contidas as informações relacionadas ao processo de identificação, de triagem e de inclusão.

**Figura 1**  
Identificação de estudos



Fonte: Identificação de estudos a partir da base de dados (Page et al., 2021).

## Resultados

No intuito de destacar as informações verificadas nos estudos apontados na revisão sistemática, se apresenta o Quadro 1, Informações dos artigos, na qual se apresenta de modo sintético os referentes autores do estudo, bem como seu ano de publicação, o número de participantes, sua média de idade, sexo, e, por fim, objetivos e resultados alcançados em cada um. Com o processo de busca dos artigos nas referidas bases de dados, foram encontrados um total de 180 estudos, distribuídos do seguinte modo: 27 na *Pubmed*, 43 na *PsycArticles*, 51 na *Web of Science*, e 59 na *Scopus*. Apesar do considerável número de artigos encontrados (n= 180), diversos foram excluídos. Dentre eles, 76 por serem duplicatas, e 42 por serem classificados ilegíveis pelas ferramentas de buscas (estudos revisados por pares).

**Quadro 1**

Informações dos artigos

<b>Autor e ano de publicação</b>	<b>Amostra (n) Gênero</b>	<b>Média de idade</b>	<b>Instrumento utilizado</b>	<b>Objetivo do estudo</b>	<b>Resultados alcançados</b>
Nascimento et al. (2021)	(n) 563 Homens (322) Mulheres (241)	44,1	<i>Teacher Stress Inventory</i> (TSI)	Analisar as estratégias de enfrentamento de professores de Ciências Contábeis e seu impacto no estresse percebido.	O estresse médio relatado foi de 63% do escore máximo do TSI.
Smith et al. (2022)	(n) 9 Masculino 6 Feminino 3	Dado não informado	Entrevistas semiestruturadas	Descrever como fatores ambientais, interações sociais, experiências pessoais e estigma afetam a saúde mental e a busca por ajuda.	Competitividade e individualismo podem reforçar a ideia de que doenças mentais são fraquezas intrínsecas e que buscar ajuda é um obstáculo para o sucesso acadêmico.
Saw et al. (2023)	(n) 779 Homens 453 Mulheres 307 Outras identidades de gênero 19	48,43	Escalas autorreferidas: desafios tecnológicos em transição para o ensino remoto e (2) desafios na adaptação do design do curso ao ensino remoto.	Examinar diferenças de gênero na prontidão para o ensino remoto e problemas de saúde mental entre professores universitários.	Mulheres apresentaram níveis mais altos de ansiedade e depressão durante a pandemia do <i>Coronavirus Disease 2019</i> (Covid-19).
Ramesh et al. (2022)	(n) 165 Homens 86 Mulheres 79	34,5	Questionário elaborado pelos autores	Avaliar a consciência, atitude, ansiedade e saúde mental percebida durante a pandemia de Covid-19 entre professores de odontologia, alunos e seus pais no sul da Índia.	Professores comparados com os pais estavam 32,1% mais preocupados em eliminar pensamentos, mais ansiosos e preocupados com a saúde e segurança da família (49%) e

					situação financeira (54,6%).
Kita et al. (2022)	(n) 537 Gênero não informado	Dado não informado	<i>World Health Organization-Five Well-Being Index (WHO-5)</i>	Examinar a saúde mental entre os professores japoneses que ministraram cursos online durante a pandemia de Covid-19.	33,5% dos membros do corpo docente foram reconhecidos como estando em risco de doença mental durante a pandemia de Covid-19.
Victor et al. (2022)	(n) 452 Gênero não reportado	35,1	Questionário elaborado pelos autores	Caracterizar a prevalência e as características de dificuldades de saúde mental não diagnosticadas e transtornos mentais entre professores de psicologia e estagiários.	Transtornos mentais diagnosticados (40,49%) sem dificuldades de saúde mental do corpo docente (29,20%).
Zarezadeh et al. (2020)	(n) 157 Homens 95 Mulheres 62	Não informado	Questionário de Saúde Geral de 28 itens	Investigar a saúde mental dos membros do corpo docente e estudantes da Universidade de Ciências Médicas do Curdistão.	31% dos docentes apresentavam sintomas de transtorno mental.
Lal et al. (2020)	(n) 345 Homens 211 Mulheres 134	41,9	<i>General Health Questionnaire-12 (GHQ 12)</i> . <i>Maslach burnout inventory (MBI)</i> . <i>Empathy: The Jefferson Scale of Physician Empathy (JSPE)</i> .	Avaliar a prevalência de <i>burnout</i> e sofrimento mental.	Os níveis gerais de estresse relatados como 'extremo' por 23%; ainda assim, 98%, relataram que acharam o trabalho satisfatório".
Melnyk et al. (2021)	n (869) Homens 645 Mulheres 215 Não informou 9	50.6	Questionário sócio-demográfico <i>The Patient Health Questionnaire 2 (PHQ-2)</i> . <i>The Generalized Anxiety Disorder 2</i>	Descrever as taxas de problemas de saúde mental e comportamentos de estilo de vida saudável entre professores e identificar fato-	5,5% a 9,9% tiveram triagem positiva para depressão; e 11,5% a 25,5% tinham ansiedade. Idade, sono e atividade física foram

			<i>scale (GAD-2). The Perceived Stress Scale 4 (PSS-4).</i>	res preditivos de depressão, es- tresse e ansie- dade.	associados com menor de- pressão e ansie- dade.
Docka-Filipek & Stone (2021)	n (342) Homens (71) Mulheres (266) Transgê- nero, <i>gen- derqueer</i> , não biná- rio (5)	42.84	<i>Depression scale (CES-D). State Trait Anxiety Inventory.</i>	Examinar os efeitos dos fato- res relacionados ao trabalho na saúde mental do corpo docente, durante o “blo- queio” inicial da primavera de 2020 e a transi- ção para o tra- balho remoto (Covid-19).	Os homens do corpo docente relataram preo- cupações fi- nanceiras mar- ginalmente maiores do que mulheres. As mulheres docentes rela- taram significa- tivamente sin- tomas depres- sivos mais ele- vados.

Fonte: Docka-Filipek & Stone (2021), Kita et al. (2022), Lal et al. (2020), Melnyk et al. (2021), Nascimento et al. (2021), Ramesh et al. (2022), Saw et al. (2023), Smith et al. (2022), Victor et al. (2022) e Zarezadeh et al. (2020).

Uma soma de 62 artigos foi incluída para revisão, de modo que a partir da aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, um total de 10 estudos foram selecionados. Os estudos inclusos somaram 4221 participantes, com médias de idade 42-47 nos estudos que a apresentaram, haja vista que 3 deles não apresentavam este dado: Kita et al. (2022), Smith et al. (2022) e Zarezadeh et al. (2020) – que variaram entre 34,1 e 50,6 anos.

Quanto ao gênero, é importante destacar que as pesquisas de Kita et al. (2022) e Victor et al. (2022) não apresentaram os respectivos gêneros da população docente em específico. De acordo com as demais, o gênero feminino representou aproximadamente 40,48% das amostras; o gênero masculino representou a maioria com 58,50%, já as outras identidades de gênero representaram 1,02%.

Por sua vez, os instrumentos adotados foram variados e investigaram variáveis relacionadas à saúde mental distintas. O estudo de Docka-Filipek & Stone (2021) investigou a sintomatologia depressiva e de ansiedade por meio da escala *Depression scale (CES-D)* e um inventário *State Trait Anxiety Inventory*, respectivamente. A pesquisa de Melnyk et al. (2021) buscou abordar os fatores preditivos de depressão, estresse e ansiedade por meio de escalas de saúde mental (*The Patient Health Questionnaire 2 – PHQ-2 –*, *The Generalized Anxiety Disorder 2 Scale – GAD-2 –* e *The Perceived Stress Scale 4 – PSS-4*).

O estudo de Lal et al. (2020) utilizou as escalas *General Health Questionnaire-12 (GHQ 12)*, *Maslach burnout Inventory (MBI)* e *The Jefferson Scale of Physician Empathy (JSPE)*. A pesquisa de Zarezadeh et al. (2020) valeu-se de um questionário de Saúde Geral de 28 itens, já as de Victor et al. (2022) e Ramesh et



al. (2022) adotaram questionários elaborados pelos autores. Kita et al. (2022) utilizaram a *World Health Organization-Five Well-Being Index* (WHO-5).

Saw et al. (2023) utilizaram duas escalas de autor referidas: a primeira de desafios tecnológicos em transição para o ensino remoto e a segunda de desafios na adaptação do design do curso ao ensino remoto. A pesquisa de Smith et al. (2022) é qualitativa e valeu-se de entrevistas semiestruturadas. Nascimento et al. (2021) utilizaram a escala *Teacher Stress Inventory* (TSI).

As variáveis sintomatologia depressiva e de ansiedade foram investigadas na pesquisa de Saw et al. (2023) e na de Melnyk et al. (2021), que também investigou a variável estresse. Na primeira pesquisa verificou-se que o corpo docente do sexo feminino teve níveis mais altos de sintomas de ansiedade e depressão no decorrer da pandemia do Covid-19. Na segunda se constatou que da mostra de 869 docentes que responderam à pesquisa, 45 (5,5%) sintomatologia depressiva, n = 100 (11,5%) apresentaram aumento dos sintomas de ansiedade ( $GAD-2 \geq 3$ ), e n = 203 (23,4%) apresentaram nível de estresse moderado a alto ( $PSS-4 \geq 8$ ).

No estudo de Nascimento et al. (2021) verificou-se que o estresse médio relatado pelos professores foi de 63% do escore máximo do TSI. Já na pesquisa de Lal et al. (2020) apurou-se que de maneira geral os níveis de estresse foram relatados como 'extremo' por 82/345 entrevistados (23%). Por sua vez, o estudo de Ramesh et al. (2022) apontou que na pandemia os professores, comparados com os pais, estavam 32,1% mais preocupados em eliminar pensamentos, mais ansiosos e preocupados com a saúde e segurança da família (49%) e situação financeira (54,6%).

As pesquisas de Kita et al. (2022), Victor et al. (2022) e Zarezadeh et al. (2020) abordaram temas ligados à saúde mental. No estudo de Zarezadeh et al. (2020) foi indicado que 31% dos docentes investigados apresentavam sintomas de transtorno mental, já o estudo de Kita et al. (2022) constatou-se que 5% dos docentes em questão foram reconhecidos como estando em risco de doença mental durante a pandemia de Covid-19. A pesquisa de Victor et al. (2022) indicou que 40,49% tinham transtornos mentais diagnosticados.

Uma pesquisa de caráter qualitativo desenvolvida por Smith et al. (2022) apontou que a competitividade e o individualismo, presentes no campo do ensino superior, podem perpetuar os estereótipos de que as doenças mentais são sinônimos de fraquezas inerentes, sendo que buscar ajuda é considerada uma barreira para o sucesso acadêmico. Por fim, o estudo de Docka-Filipek & Stone (2021) indicou que as pessoas do gênero masculino do corpo docente relataram preocupações financeiras superiores, quando comparadas às do gênero feminino. As mulheres docentes relataram significativamente sintomas depressivos mais elevados do que homens.

## | Discussão

Este estudo buscou investigar os indicadores de saúde mental de docentes do ensino superior. Como um dos principais achados estão os indicadores de sintomatologia depressiva, de estresse e ansiedade elevados, que são amplamente reconhecidos como problemas globais de saúde pública, sendo que a detecção precoce destes sintomas pode ser de grande utilidade para que sejam realizadas intervenções psicológicas no ambiente educacional (Coker et al., 2018). A universidade é um ambiente dinâmico, no qual as interações sociais são constantes. A literatura destaca que o sofrimento emocional dos docentes é elevado (Wagner et al., 2021).

A saúde mental é conceituada pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2019) como um estado de bem-estar caracterizado pela consciência das próprias capacidades e pela habilidade de lidar de forma produtiva com as tensões da vida, contribuindo para a comunidade. Este equilíbrio das funções psíquicas permite interações e comunicações adequadas, capacitando o indivíduo a enfrentar desafios. Contudo, fatores socioeconômicos, ambientais e comportamentais podem influenciar a saúde mental, podendo levar ao desenvolvimento de transtornos mentais quando há desequilíbrio nestas funções (OMS, 2019).

No contexto educacional, os professores enfrentam um aumento significativo nos episódios de depressão e transtornos de ansiedade, influenciados por diversos fatores, como ambiguidade em seus papéis, pressões de tempo e sobrecarga de trabalho. Estes fatores contribuem para o desenvolvimento de estresse psicológico e o esgotamento físico e mental, impactando negativamente na saúde do docente (Wagner et al., 2021).

O adoecimento mental dos docentes é visualizado como um problema de saúde pública, haja vista que expressivas taxas de sofrimento psíquico são verificadas em pesquisas envolvendo esta categoria profissional, de modo que os transtornos mentais e comportamentais são as principais queixas de saúde entre os docentes (Campos et al., 2020). A profissão docente é classificada como uma das mais estressantes que existem, sendo que o professor é um dos servidores públicos que mais deixa o cargo (Ramos et al., 2020).

Duas pesquisas indicaram que pessoas do gênero feminino possuíam índices mais elevados de sintomatologia depressiva (Docka-Filipek & Stone, 2021; Saw et al., 2023). Segundo o estudo de Saw et al. (2023), a pandemia de Covid-19 pode ter acentuado as disparidades de gênero que já existiam no ambiente acadêmico, nos mais diversos campos do conhecimento, haja vista que os profissionais da docência do gênero feminino podem tender a possuírem mais tarefas de ensino, bem como serem as responsáveis por cuidar dos filhos e das tarefas domésticas em comparação ao gênero masculino.

O estudo de Lal et al. (2020) avaliou a prevalência de *burnout* entre os docentes. Em 2019, a OMS incluiu a síndrome de burnout na Classificação Internacional de Doenças (CID), definindo-a como um fenômeno do campo ocupacional

caracterizado por exaustão, diminuição da realização profissional e despersonalização (Areosa & Queirós, 2020). O termo "burnout", originado do inglês e que significa "combustão completa", foi introduzido por Herbert Freudenberger, psicanalista norte-americano, na década de 1970, inicialmente para descrever o esgotamento mental e físico entre profissionais de saúde que lidavam com usuários de drogas (Vieira & Russo, 2019).

Atualmente, a síndrome de burnout é observada em diversas áreas profissionais, pois é compreendida como um estado de exaustão relacionado ao trabalho, podendo surgir em qualquer ambiente ocupacional. Neste contexto, ocorre uma perda significativa da capacidade laboral, com o trabalhador percebendo que sua atividade esgota suas energias, resultando em uma sensação contínua de esgotamento (Vazquez et al., 2019).

A despersonalização, uma característica marcante do burnout, também é mencionada na literatura como cinismo, destacando a dimensão interpessoal da síndrome e referindo-se a respostas frequentemente insensíveis ou impessoais. Isso pode incluir um distanciamento em relação aos colegas de trabalho, clientes ou à própria instituição em que se trabalha (Costa et al., 2020).

A síndrome de burnout envolve uma resposta prolongada ao estresse relacionado ao trabalho. As estratégias para lidar com esta síndrome incluem modificações no ambiente de trabalho, melhoria das condições laborais, reorganização das cargas horárias e, ainda, o enfrentamento de aspectos individuais, como o autoconhecimento e as relações interpessoais (Alencar et al., 2022).

Nesta mesma perspectiva de excesso de trabalho, a literatura destaca que os docentes se envolvem em uma série de atividades extraclasse: como o desenvolvimento de atividades junto à comunidade acadêmica, reuniões e interações entre colegas, direção/coordenação e alunos, planejamento e correção de atividades, trabalhos e provas, realização de relatórios entre outras (Moura et al., 2019). Dentre os fatores que contribuem para a elevação dos índices de adoecimento mental de docentes está o constante estado de alerta, o excesso de atividades, competitividade, perda de autonomia, exaustão física e mental e cobranças implícitas e explícitas, bem como baixos salários (Wagner et al., 2021).

No contexto educacional, a saúde mental dos professores emerge como um aspecto crítico a ser considerado. Tostes et al. (2018) ressaltam a importância das habilidades socioemocionais. As habilidades socioemocionais são o conjunto de ferramentas que permitem às pessoas identificar, compreender, regular e transformar suas próprias emoções e as dos outros, demonstrar empatia, estabelecer e desenvolver relacionamentos positivos, tomar decisões responsáveis e definir e alcançar metas pessoais (Cuevas et al., 2023; Goleman, 1995).

À luz das concepções da Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE, 2015) e de autores como Gardner (2016) e Goleman (1995), as habilidades socioemocionais emergem como fundamentais para o sucesso pessoal, acadêmico e profissional. Estas habilidades não apenas influenciam o

desempenho individual, mas também promovem um ambiente de trabalho saudável e colaborativo (Duckworth & Yeager, 2015). Portanto, investir no desenvolvimento destas habilidades é essencial para enfrentar os desafios do ambiente educacional contemporâneo.

Além disto, a pandemia de Covid-19 trouxe à tona a necessidade urgente de apoiar a saúde mental dos professores. Estudos como o de Ferreira et al. (2021) evidenciam um aumento significativo nos sintomas de ansiedade, depressão e estresse entre os professores durante a pandemia. Isto destaca ainda mais a importância das habilidades socioemocionais na promoção da resiliência e do bem-estar psicológico, tanto para os professores quanto para seus alunos (Cuevas et al., 2023).

Diante deste cenário, fortalecer as habilidades socioemocionais dos professores torna-se uma prioridade não apenas para promover seu próprio bem-estar, mas também para criar ambientes de aprendizado positivos e inclusivos (West, 2016). Investir em comunicação eficaz, resolução de conflitos construtiva e desenvolvimento de relacionamentos saudáveis é fundamental para enfrentar os desafios do ensino e garantir um ambiente propício para o crescimento e desenvolvimento dos alunos (Duckworth & Yeager, 2015; Heckman & Kautz, 2012).

Programas de intervenção destinados a enfrentar o estresse e prevenir o *burnout* geralmente incluem estratégias específicas de regulação emocional, como sugerido por Guerra et al. (2021). Estas intervenções visam ajudar os professores a lidarem de maneira mais eficaz com as demandas do trabalho e a manter um equilíbrio emocional saudável. Reconhecendo a dupla natureza das experiências emocionais associadas ao ensino, que podem variar de satisfação a sentimentos de impotência, torna-se claro que as habilidades socioemocionais desempenham um papel crucial no enfrentamento destes desafios (Cuevas et al., 2023).

Identificar e cultivar as habilidades socioemocionais e a saúde mental dos professores do ensino superior é essencial para promover um ambiente educacional mais saudável e produtivo. Ao reconhecer e valorizar estas competências, as instituições de ensino podem ajudar a melhorar o bem-estar dos professores, o que, por sua vez, pode ter um impacto positivo no desempenho acadêmico dos alunos e na qualidade do ensino como um todo. Portanto, é crucial investir em instrumentos de avaliação eficazes e em programas de desenvolvimento profissional no contexto do ensino superior (Macías et al., 2021).

Uma pesquisa recente, focada na saúde mental e habilidades socioemocionais dos professores universitários, desenvolveu o Inventário de Habilidades Socioemocionais e Saúde Mental para Professores (IHSM-P). Esta ferramenta foi concebida com o objetivo de avaliar de forma abrangente o estado de saúde mental e as competências socioemocionais destes profissionais. Os resultados, obtidos por meio de uma análise fatorial exploratória com uma amostra representativa de 282 professores, apresentou um alto nível de confiabilidade. Assim, observa-se o IHSM-P como uma ferramenta psicométrica confiável e eficaz

para avaliar e promover o bem-estar dos professores universitários (Macías et al., 2023).

Neste caminho, é de grande importância que os olhos da ciência se voltem para a docência, a fim de que se contribua com a construção de conhecimento, de maneira que, com os resultados advindos da pesquisa, possam ser realizadas intervenções que possam melhorar os quadros atuais (Coelho et al., 2021). Deste modo, é fundamental que os docentes saibam lidar efetivamente com os desafios que surgem no seu dia a dia, a fim de que possam exercer seu trabalho de forma eficaz, criando espaços favoráveis ao bem-estar e à saúde mental (Gray et al., 2017).

O trabalho docente tem sido um gerador de sofrimento e, muitas vezes, de adoecimento mental. Os dados referentes à existência de sintomas psicopatológicos em professores são expressivos. A nobre atividade do ensino, que em termos socráticos, faz com que a docência seja vista como uma atividade estimuladora do pensamento crítico, que conduz as pessoas a pensarem por si mesmo (Freire, 2015), está assolada por sofrimento psíquico (Tostes et al., 2018). Por isso mesmo, é de grande importância que os olhos da ciência se voltem para tal atividade, a fim de que se contribua com a construção de conhecimento, de forma que, com os resultados advindos da pesquisa, possam ser realizadas intervenções que possam melhorar os quadros atuais (Coelho et al., 2021).

Vale destacar que esta revisão sistemática utilizou estudos realizados em países diversos, portanto, deve ser considerada a existência de contextos distintos. É importante destacar que os índices de adoecimento mental entre docentes são consideráveis nos mais diversos contextos.

## **| Conclusão**

Esta revisão sistemática analisou um total de 62 artigos, com a aplicação de critérios de inclusão e exclusão, resultando na seleção de 10 estudos, envolvendo 4.221 participantes, com idades médias de 42-47 anos. A análise revelou que as preocupações dos professores estavam relacionadas principalmente à eliminação de pensamentos, ansiedade, segurança da família e situação financeira.

A pesquisa destacou que, em geral, o gênero masculino representava a maioria das amostras (58,50%), enquanto o feminino correspondia a 40,48%, e outras identidades de gênero a 1,02%. A variabilidade dos instrumentos utilizados refletiu a diversidade das questões de saúde mental abordadas.

Sintomas de depressão, ansiedade e estresse foram identificados em várias pesquisas, indicando preocupações significativas entre os docentes. Além disto, o estudo destacou a presença de estereótipos negativos em relação à busca de ajuda para questões de saúde mental, perpetuados pela competitividade e individualismo no ambiente acadêmico.

É importante notar que as disparidades de gênero também surgiram, com as mulheres apresentando níveis mais elevados de sintomas depressivos e ansiedade, o que pode ser agravado pelas pressões adicionais durante a pandemia de Covid-19.

Os resultados reforçam a necessidade de abordagens mais eficazes para a promoção da saúde mental dos professores no ensino superior. O ambiente acadêmico é caracterizado por desafios constantes e altas demandas, contribuindo para o sofrimento emocional dos docentes. Portanto, intervenções que visem reduzir o estresse, promover o bem-estar e desafiar os estereótipos prejudiciais são fundamentais para melhorar a qualidade de vida e a saúde mental dos professores.

Reconhece-se que os índices de adoecimento mental entre os docentes são expressivos em diversos contextos, destacando a relevância de futuras pesquisas e intervenções específicas para esta população. Os autores deste estudo evidenciam que não existem conflitos de interesse na construção desta pesquisa, uma vez que se defende a produção de pesquisas que contribuam para a construção de um ambiente de ensino mais saudável.

## Referências

- Alencar, B. E. R., Gomes, R. C. N. T., Ferro, I. T., Viana, A. B., Grangeiro, G. R., & Pereira, C. T. F. (2022). Compreendendo o adoecimento mental pelo esgotamento profissional da Síndrome de Burnout: uma revisão integrativa Understanding Burnout Syndrome mental illness: an integrative. *Brazilian Journal of Health Review*, 5(1), 2642-2658. <https://www.academia.edu/download/90079639/pdf.pdf>
- Areosa, J., & Queirós, C. (2020). Burnout: uma patologia social reconfigurada na era Covid-19? *International Journal on Work Condition*, (20), 71-90. <https://doi.org/10.25762/abh3-qh73>
- Avilés, A. E. B., Alava, L. A. R., Urra, R. G., & Rivadeneira, M. R. E. L. (2020). Reacciones psicossomáticas producidas por el estrés y la salud mental de los docentes universitarios. *Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales (ReHuSo)*, 5(3), 18-30. <https://doi.org/10.33936/rehuso.v5i3.2596>
- Campos, M. F., & Viegas, M. F. (2021). Saúde mental no trabalho docente: um estudo sobre autonomia, intensificação e sobrecarga. *Cadernos de Pesquisa*, 28(2), 417-437. <https://doi.org/10.18764/2178-2229.v28n2.202132>
- Campos, T., Vêras, R. M., & Araújo, T. M. (2020). Trabalho docente em universidades públicas brasileiras e adoecimento mental: uma revisão bibliográfica. *Revista Docência do Ensino Superior*, 10. <https://doi.org/10.35699/2237>
- Coelho, E., da Silva, A., de Pellegrini, T., & Patias, N. (2021). Saúde mental docente e intervenções da Psicologia durante a pandemia. *PSI UNISC*, 5(2), 20-32. <https://doi.org/10.17058/psiunisc.v5i2.16458>
- Coker, A. O., Coker, O. O., & Sanni, D. (2018). Psychometric properties of the 21-item depression anxiety stress scale (DASS-21). *African Research Review*, 12(2), 135-142. <https://doi.org/10.4314/afrev.v12i2.13>
- Costa, V. H. L. B., Borsa, J. C., & Damásio, B. F. (2020). Relações entre burnout, traços de personalidade e variáveis sociodemográficas em trabalhadores Brasileiros. *Psico-USF*, 25, 439-450. <https://doi.org/10.1590/1413-82712020250304>
- Cuevas, G. M., Lozano, P. B., Dávila, H. P., Ramírez, L. M. G., & Cerda, P. A. G. (2023). Habilidades socioemocionales en la docencia universitaria. Em M. Sánchez Mendiola, A. M., P. Martínez Hernández, & R. Torres Carrasco (Eds.). *Formación docente en las universidades* (pp. 379-403). UNAM. <https://cuaieed.unam.mx/publicaciones/libro-formacion-docente-universidades/pdf/eBook-PDF-Formacion-Docente-en-las-Universidades.pdf>
- Dias, L. B. (2021). O aparecer da liberdade no pensamento de Hannah Arendt. *Perspectivas*, 6(2), 228-244. <https://doi.org/10.20873/rpv6n2-13>
- Docka-Filipek, D., & Stone, L. B. (2021). Twice a “housewife”: On academic precarity, “hysterical” women, faculty mental health, and service as gendered care work for the “university family” in pandemic times. *Gender, Work & Organization*, 28(6), 2158-2179. <https://doi.org/10.1111/gwao.12723>
- Duckworth, A., & Yeager, D. (2015). Measurement matters: Assessing personal qualities other than cognitive ability for educational purposes. *Educational Researcher*, 44(4), 237-251. <https://doi.org/10.3102/0013189X15584327>
- Fernandes, A. B. (2021). Natalidade e revolução em Hannah Arendt. *Perspectivas*, 6(2), 65-75. <https://doi.org/10.20873/rpv6n2-04>
- Ferreira, R., Santos, D., Ferreira, T., Rocha, G., Jovania, E., & DoCarmo, A. (2021). Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da Covid-19. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 70, 283-292. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000348>

- Freire, P. (2015). *Educação como prática da liberdade*. Editora Paz e Terra.
- Galvão, M. C. B., & Ricarte, I. L. M. (2019). Revisão sistemática da literatura: conceituação, produção e publicação. *Logeion: Filosofia da informação*, 6(1), 57-73. <https://doi.org/10.21728/logeion.2019v6n1.p57-73>
- Gardner, H. (2016). *Estructuras de la mente: la teoría de las inteligencias múltiples*. Fondo de cultura económica.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Gray, C., Wilcox, G., & Nordstokke, D. (2017). Teacher mental health, school climate, inclusive education and student learning: A review. *Canadian Psychology*, 58(3), 203. <https://doi.org/10.1037/cap0000117>
- Guerra, J. B. A., Gonzalez, L. R., Vera, L.V. P., Zevallos, I. J. V., & Meza, L. F. V. (2021). Programa educativo para la prevencion del Síndrome de Burnout y Estrés Laboral en docentes universitarios de la Universidad Técnica de Manabí, República del Ecuador. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 6(11), 124-139. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8219352>
- Heckman, J. & Kautz, T. (2012). Hard evidence on soft skills. *National Bureau of Economic Research Working Paper*. <https://doi.org/10.3386/w18121>
- Kita, Y., Yasuda, S., & Gherghel, C. (2022). Online education and the mental health of faculty during the Covid-19 pandemic in Japan. *Scientific reports*, 12(1), 8990. <https://www.nature.com/articles/s41598-022-12841-x>
- Lal, A., Tharyan, A., & Tharyan, P. (2020). The prevalence, determinants and the role of empathy and religious or spiritual beliefs on job stress, job satisfaction, coping, burnout, and mental health in medical and surgical faculty of a teaching hospital: A cross-sectional survey. *La Revue de medecine interne*, 41(4), 232-240. <https://doi.org/10.1016/j.revmed.2019.12.005>
- Macías, I. U. J., Vázquez-González, G. C., Juárez-Hernández, L. G., & Bracamontes Ceballos, E. (2021). Inventario de habilidades socioemocionales y salud mental para profesores de educación superior: validez de contenido. *Revista Fuentes*, 23(2), 204-220. <https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2021.12052>
- Macías, I. U. J., Vázquez-González, G. C., Juárez-Hernández, L. G., & Bracamontes-Ceballos, E. (2023). Identificación de habilidades Socioemocionales y salud mental en profesores de Educación Superior: Validez de constructo. *Revista San Gregorio*, 1(53), 144-166. <https://doi.org/10.36097/rsan.v0i53.2141>
- Melnyk, B. M., Hsieh, A. P., Tan, A., Gawlik, K. S., Hacker, E. D., Ferrell, D., & Badzek, L. (2021). The state of mental health and healthy lifestyle behaviors in nursing, medicine and health sciences faculty and students at Big 10 Universities with implications for action. *Journal of professional nursing*, 37(6), 1167-1174. <https://doi.org/10.1016/j.profnurs.2021.10.007>
- Moura, J. S., Ribeiro, J. C. D. O. A., Neta, A. A. C. de., & Nunes, C. P. (2019). A precarização do trabalho docente e o adoecimento mental no contexto neoliberal. *Revista Profissão Docente*, 19(40). <https://doi.org/10.31496/rpd.v19i40.1242>
- Nascimento, C. E. G. (2020). Fake news, mentira organizada e educação: uma reflexão a partir do pensamento de Hannah Arendt. *Revista Docência e Cibercultura*, 4(1), 243-263. <https://doi.org/10.12957/redoc.2020.47553>
- Nascimento, E. M., Garcia, M. C., & Cornacchione, E. (2021). Accounting Faculty mental health: coping strategies against stress. *Revista Contabilidade & Finanças*, 33, 150-166. <https://doi.org/10.1590/1808-057x202113960>



- Oliveira, D. B., Fortunato, I. R. S., & Abreu, W. F. (2022). Aproximações entre Paulo Freire e Theodor Adorno em torno da educação emancipatória. *Educação e Pesquisa*, 48, e239149. <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202248239149>
- Oliveira, E. C. D., & Santos, V. M. (2021). Adoecimento Mental em professores brasileiros. *Anais do 10º Simpósio Internacional de Educação e Comunicação-SIMEDUC*.
- Organização Mundial da Saúde (OMS). (2019, outubro 3). Salud mental: un estado de bienestar. *Organización Mundial de la Salud*. <https://www.who.int/es/news-room/facts-in-pictures/detail/mental-health>
- Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE). (2015). *Skills for Social Progress: The Power of Social and Emotional Skills*. <https://doi.org/10.1787/9789264226159-en>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., & Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *International journal of surgery*, 88, 105906. <https://doi.org/10.1016/j.ijssu.2021.105906>
- Pequeno, J. E. D. S. J. (2021). O Significado da ação política em Hannah Arendt. *Perspectivas*, 6(2), 176-189. <https://doi.org/10.20873/rpv6n2-10>
- Ramesh, K. S. V., Swetha, P., Sruthima, N., KuMAR, P. M., KuMAR, C. N., Vivek, B., & Anusha, B. (2022). Mental Health Status of Dental Faculty, Students and their Parents during Covid-19 Pandemic in Southern India-A Cross-sectional Study. *Journal of Clinical & Diagnostic Research*, 16(2), ZC53-ZC57. <https://doi.org/10.7860/JCDR/2022/49029.16035>
- Ramos, L. S., Monteiro, R. C., Spinola, M. L., de Cerqueira Pretti, P., Marvila, R. P. M., Pancieri, C., & Mantiole, T. D. S. O. (2020). O ambiente escolar incapaz de assegurar a saúde mental do professor: uma revisão literária. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, (49), e3416. <https://doi.org/10.25248/reas.e3416.2020>
- Saw, G. K., Chang, C. N., & Lin, S. (2023). Gender disparities in remote teaching readiness and mental health problems among university faculty during the Covid-19 pandemic. *Educational and Developmental Psychologist*, 40(1), 131-140. <https://doi.org/10.1080/20590776.2022.2108697>
- Smith, J. M., Smith, J., McLuckie, A., Szeto, A. C., Choate, P., Birks, L. K., & Bright, K. S. (2022). Exploring Mental Health and Well-Being Among University Faculty Members: A Qualitative Study. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 60(11), 17-25. <https://doi.org/10.3928/02793695-20220523-01>
- Tostes, M. V., Albuquerque, G. S. C. D., Silva, M. J. D. S., & Petterle, R. R. (2018). Sofrimento mental de professores do ensino público. *Saúde em Debate*, 42, 87-99. <https://doi.org/10.1590/0103-1104201811607>
- Vazquez, A. C., Santos, A. S., Costa, P. V. da., de Freitas, C. P. P., De Witte, H., & Schaufeli, W. B. (2019). Trabalho e bem-estar: evidências da relação entre burnout e satisfação de vida. *Avaliação Psicológica: Interamerican Journal of Psychological Assessment*, 18(4), 372-381. <http://doi.org/10.15689/ap.2019.1804.18917.05>
- Victor, S. E., Devendorf, A. R., Lewis, S. P., Rottenberg, J., Muehlenkamp, J. J., Stage, D. R. L., & Miller, R. H. (2022). Only human: Mental-health difficulties among clinical, counseling, and school psychology faculty and trainees. *Perspectives on Psychological Science*, 17(6), 1576-1590. <https://doi.org/10.1177/17456916211071079>
- Vieira, I., & Russo, J. A. (2019). Burnout e estresse: entre medicalização e psicologização. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 29, e290206. <http://doi.org/10.1590/S0103-73312019290206>

- Wagner, M. F., Dalbosco, S. N. P., Heck, C., Wagner, T. F., & de Oliveira, C. R. (2021). Ansiedade social e comorbidades em professores do ensino superior. *Revista Psicologia e Saúde*, 13(4), 3-13. <https://doi.org/10.20435/pssa.v13i4.1163>
- West, R. M. (2016). Should non-cognitive skills be included in school accountability systems? Preliminary evidence from California's core Districts. *Evidence Speaks Reports*, 1(13). <https://www.brookings.edu/wp-content/uploads/2016/07/EvidenceSpeaksWest031716.pdf>
- Zarezadeh, Y., Mohamadi-Bolbanabad, A., Safari, H., Azadnia, A., & Piroozi, B. (2020). The mental health status of faculty members and students as the contemporary and future health system providers. *International Journal of Human Rights in Healthcare*, 15(1), 31-40. <https://doi.org/10.1108/IJHRH-05-2020-0028>

## **Sobre os autores**

### **Fabio Gotz de Lima**

Atitus Educação, Passo Fundo, RS, Brasil

 <https://orcid.org/0000-0003-4522-2291>

Graduado em Pedagogia pelo Centro Universitário Ítalo Brasileiro (2022). Mestrando em Psicologia pela Atitus Educação. Membro do Núcleo de Intervenções e Pesquisas em Avaliação, Saúde e Carreira. E-mail: [fabiogotzdelima@gmail.com](mailto:fabiogotzdelima@gmail.com)

### **Lívia Maria Vecchi**

Atitus Educação, Passo Fundo, RS, Brasil

 <https://orcid.org/0000-0002-8229-0165>

Graduada em Psicologia pela Atitus Educação (2023). Membro do Núcleo de Intervenções e Pesquisas em Avaliação, Saúde e Carreira. E-mail: [vecchilivia@gmail.com](mailto:vecchilivia@gmail.com)

### **Luís Henrique Paloski**

Atitus Educação, Passo Fundo, RS, Brasil

 <https://orcid.org/0000-0001-6965-3139>

Doutor em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (2020). Professor do Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Psicologia da Atitus Educação. Coordenador do Núcleo de Intervenções e Pesquisas em Avaliação, Saúde e Carreira. E-mail: [luis.paloski@atitus.edu.br](mailto:luis.paloski@atitus.edu.br)

Contribuição na elaboração do texto: Autor 1 - Autor das seções Introdução, Percurso metodológico, Resultados, Discussão e Conclusão, Busca dos artigos para a revisão sistemática. Autora 2 - Análise de dados, Busca dos artigos para a revisão sistemática, Revisão da seção resultados. Autor 3 - Revisão e consolidação do manuscrito, Análise de dados.

## Resumen

Este estudio investigó los indicadores de salud mental de profesores de educación superior y evaluó sus características sociodemográficas a través de una revisión sistemática de la literatura. Esta revisión se inspiró en las recomendaciones de la Declaración PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*). Se seleccionaron 10 artículos. Se encontró que las personas de género femenino presentaron niveles más altos de sintomatología depresiva en comparación con las del género masculino. Se observó que los indicadores de sintomatología depresiva, estrés y ansiedad están elevados en la población. Finalmente, se encontraron en la mayoría de los estudios altas tasas de enfermedad mental.

**Palabras clave:** Salud mental. Profesores. Síntomas.

## Abstract

This study investigated the mental health indicators of higher education teachers and evaluated their sociodemographic characteristics through a systematic literature review. This review was inspired by the PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) Statement recommendations. Ten articles were selected. It was found that individuals of the female gender exhibited higher levels of depressive symptomatology compared to those of the male gender. It was observed that indicators of depressive symptomatology, stress, and anxiety are elevated in the population. Finally, in most of the studies, high rates of mental illness were found.

**Keywords:** Mental health. Teachers. Symptoms.

**Linhas Críticas** | Periódico científico da Faculdade de Educação da Universidade de Brasília, Brasil  
ISSN eletrônico: 1981-0431 | ISSN: 1516-4896  
<http://periodicos.unb.br/index.php/linhascriticas>

**Referência completa (APA):** Lima, F. G. de, Vecchi, L. M., & Paloski, L. H. (2024). Saúde mental de docentes universitários: uma revisão sistemática da literatura. *Linhas Críticas*, 30, e50850.  
<https://doi.org/10.26512/lc30202450850>

**Referência completa (ABNT):** LIMA, F. G. de, VECCHI, L. M., PALOSKI, L. H. Saúde mental de docentes universitários: uma revisão sistemática da literatura. *Linhas Críticas*, 30, e50850, 2024. DOI:  
<https://doi.org/10.26512/lc30202450850>

**Link alternativo:** <https://periodicos.unb.br/index.php/linhascriticas/article/view/50850>

Todas as informações e opiniões deste manuscrito são de responsabilidade exclusiva do(s) seu(s) autores, não representando, necessariamente, a opinião da revista *Linhas Críticas*, de seus editores, ou da Universidade de Brasília.

Os autores são os detentores dos direitos autorais deste manuscrito, com o direito de primeira publicação reservado à revista *Linhas Críticas*, que o distribui em acesso aberto sob os termos e condições da licença Creative Commons Attribution (CC BY 4.0):  
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

