

ADOECIMENTO DOCENTE E A NOVA NR1

TEACHER ILL-HEALTH AND THE NEW NR-1



ANA PAULA COSTA PEREIRA

Graduação em Licenciatura em Pedagogia pela Faculdade Flamingo (2016); Professora de Educação Infantil no Ceu Cemei Pinheirinho D'Água.

RESUMO

Diante do cenário educacional procuramos fomentar e discutir algumas questões sobre Saúde Mental docente. As transformações teóricas, por ser um tema novo de grande abrangência social temos novas concepções de material documental. Seguindo nessa trilha, o artigo pretende justamente mostrar, o contexto dos docentes na contemporaneidade, os entraves da nova década de vinte na educação com a “Inclusão ou Inserção”, o desrespeito, a ausência de suporte entre outros! Discorre sobre a nova Norma Regulamentadora nº1 (NR1), derivadas das condições de trabalho dos docentes em todos os contextos de nível de risco, ou seja, que impactam na saúde mental dos professores e demais educadores da comunidade escolar. Valendo-se dessas informações, a norma regulamentadora ampliou o “olhar” do conceito segurança e saúde, e agora obrigam que as escolas também avaliam os riscos que deixam toda equipe escolar ansiosa, estressada ou deprimida. Compelir mudanças significativas é muito importante, para iniciar mudanças nesse cenário.

Palavras-chave: Saúde Mental; NR1; Docente.

ABSTRACT

Given the current educational landscape, we seek to foster discussion regarding issues of teacher mental health. As this is a relatively new topic with broad social implications, new perspectives on relevant documentation have emerged. Accordingly, this article aims to examine the contemporary context of teachers, addressing challenges faced in the 2020s—such as the nuances of "inclusion versus mere insertion," disrespect, and a lack of support. It discusses the new Regulatory Standard No. 1 (NR1) in relation to working conditions across various risk levels, specifically focusing on impacts on the mental health of teachers and other school community educators. Drawing on this information, the standard has broadened the scope of health and safety concepts, now mandating that schools assess risks that contribute to anxiety, stress, or depression among the entire school staff. Driving significant change is crucial to transforming this scenario.

Keywords: Mental Health; NR1; Teacher.

INTRODUÇÃO

Segundo especialistas, em pleno meados da nova década de vinte ocorre o adoecimento mental docente. Em face dessa realidade contemporânea o adoecimento docente decorre de múltiplos fatores que se acumulam ao longo do tempo, configurando uma rotina de desgaste físico, mental e emocional.

Na qual se evidencia ser algo que transcende o simples cansaço, laboral, estando frequentemente associado as condições estruturais precárias e uma cobrança continua.

A escola contemporânea vivência no seu cotidiano inúmeras crises em todos os contextos, porém, que na pós pandemia, intensificou por diversas razões: política, sociedade, economia, cultural entre outros.

A partir de um prisma histórico questiona-se em que momento a relação entre escola e sociedade passou a apresentar mais decadência.

O objetivo geral – Analisar a associação entre a exposição a riscos psicossociais no trabalho docente e os indicadores de sofrimento psíquico em professores da Educação Básica.

Os Objetivos Específicos – Mapear os riscos psicossociais prioritários no contexto escolar conforme diretrizes do NR1/MTE. Estimar a prevalência de estresse, ansiedade e burnout entre docentes expostos e esses riscos. Discutir as implicações dos achados para políticas de prevenção e promoção da saúde mental do trabalho dos docentes.

Justificativa – Apesar da inclusão dos riscos psicossociais na NR1/MTE em 2024, há escassez de estudos que discorram sobre esses fatores no contexto escolar brasileiro, A intensificação do trabalho docente, aliada a intercorrência relacionais com estudantes e familiares e comunidade escolar, configura

um cenário de vulnerabilidade à saúde mental. Investigar essa associação preenche uma lacuna na literatura. Além disso, a saúde mental impacta diretamente na qualidade do processo de ensino-aprendizagem, justificando a relevância social e científica do estudo.

Diante de tal cenário, o Problema da Pesquisa - Como os riscos psicossociais inerentes à organização do trabalho docente, sobretudo aqueles emergentes da dinâmica relacional com estudantes e familiares, se associam ao comprometimento da saúde mental de professores na Educação Básica?

ADOECIMENTO DOCENTE FENOMENO QUE EXTRAPOLA O CANSAÇO

Na contemporaneidade, o adoecimento de professores no Brasil discorre de um conjunto de fatores que se acumulam ao longo do tempo e configuram uma rotina profissional intensamente desgastante no âmbito físico, mental e emocional.

Em face dessa realidade, trata-se de fenômeno que extrapola o cansaço inerente ao trabalho, envolvendo, com frequência, condições estruturais precárias, ausência de suporte humano e material, além de entraves relacionados à gestão escolar, inúmeros excessos de crianças neurodivergentes, com deficiência e muitas vezes com as famílias. Em virtude disso diante desses cenários, os docentes vivenciam pressão constante no exercício da profissão como intercorrência na dinâmica com estudantes da Educação Especial, sem nenhum suporte das famílias/escola.

Gasparini (2005) enfatiza que “Quais seriam os efeitos para o professor, se no espaço de produção do ensino, não lhe são garantidos para atingir as metas que orientam as reformas educacionais recentes”. Mencionado pelo autor, diante da ausência de condições minimamente adequadas no espaço para o cumprimento das metas orientadas pelas reformas educacionais recentes, os professores tornaram-se suscetível a efeitos negativos em sua saúde física e mental, bem como ao comprometimento de seu desempenho profissional e o sistema como um todo vai adoecendo o docente paulatinamente.

Em virtude disso, observa-se o crescente adoecimento de professores e professoras, fenômeno intimamente relacionado a desvalorização da profissão. Em consequência desse processo tem se tornado cada vez mais desafiador para o professor garantir que os estudantes respeitem os colegas, os docentes e demais profissionais da educação.

Em face dessa realidade, somando a isso, o contato diário com desinteresse dos estudantes, com conflitos em sala de aula, com o cumprimento de metas e com baixa valorização profissional pode gerar sentimentos de frustração e esgotamento.

Diante de tal cenário, Gasparini (2005), enfatiza que:

O sistema escolar transfere ao professor a responsabilidade de cobrir as lacunas existentes na instituição a qual estabelece mecanismos rígidos e redundantes de avaliação e contrata um efetivo insuficiente (Gasparini, 2005, p.191).

No qual se percebe que, muitos professores atuam em mais uma instituição de ensino para complementar a renda e dedicam horas extras à correção de atividades e provas, ao planejamento de aulas e preenchimento de relatórios, frequentemente fora do horário de expediente, ou seja, em ambiente doméstico.

Em particular nos espaços escolares os salários considerados incompatíveis com o nível de responsabilidade levam o professor a assumir cargas horárias mais extensas, o que reduz o tempo destinado ao descanso. Em virtude disso, o tempo que poderia ser dedicado ao ensino é frequentemente consumido por sistemas, preenchimento de formulários, elaboração de relatórios e cobranças documentais. Pesquisas realizadas por universidades e instituições vinculadas à educação indicam altos níveis de estresses, afastamento por esgotamento e problemas relacionados a saúde emocional do professor.

O número elevado de estudantes por turma, desconsiderando quantidade de alunos atípicos por turma, a escassez de recursos, o calor excessivo, o ruído e problemas básicos de infraestrutura tornam o ambiente escolar exaustivo.

Diante de tal cenário, nota-se, sobretudo no período pós pandemia, o agravamento da ausência de habilidades de convivência social por parte dos estudantes.

Além da função de ensinar os professores acumulam papéis de mediação de conflito, de apoio emocional aos estudantes e de atendimento as demandas administrativas.

Lipp (2003) enfatiza que, a escola de hoje não é mais um espaço de transformação de conhecimentos acadêmicos. Vai muito além, pois à medida que a tecnologia, as informações e os limites físicos transcendem, acende uma nova pedagogia.

Em virtude disso, Gadotti (2003) enfatiza que a sociedade muda através do professor e não, apesar da existência dele, pois é uma classe insubstituível e de valor inestimável para o desenvolvimento dela. E face dessa realidade, ambos autores reafirmam que a sociedade se transforma por meio do professor, e não apesar dele, pois este é insubstituível, e possui valor inestimável para o desenvolvimento social. É justamente a partir dessa centralidade que se discute.

Segundo Gadotti (2003):

Assim se pode imaginar um futuro para a humanidade sem professor. Eles não só transformam a informação em conhecimento e em consciência crítica, mas também formam pessoas. Eles fazem fluir o saber, porque constroem sentido para a vida das pessoas, da humanidade e buscam, numa visão emancipadora, um mundo mais justo, mais produtivo e mais saudável para todos. Por isso eles são imprescindíveis (Gadotti, p.20, 2003).

A partir de um prisma crítico, percebe-se a existência de uma realidade na qual muitas das decisões relacionadas à inclusão educacional são formuladas por pessoas que, em diversos casos

possuem pouco contato com o cotidiano e a realidade escolar, e conhecimento limitado acerca das especificidades dos estudantes neurodivergentes, e das pessoas com deficiência.

Em que se observa, nesse contexto, a escola passou a ser compreendida como um espaço que deve acolher todos os estudantes em uma mesma sala de aula, sem que, muitas vezes, sejam garantidas as condições pedagógicas, estruturais e humanas necessárias para que a inclusão ocorra de forma efetiva.

Paralelamente, os desafios relacionados à convivência escolar tornam-se cada vez mais complexos, exigindo dos professores esforços constantes para promover o respeito mútuo entre os estudantes, a valorização, as diferenças, o reconhecimento da escola e a manutenção e escuta durante as atividades pedagógicas.

Diante de tal cenário, muitos docentes relatam sentimentos de sobrecarga e esgotamento profissional uma vez que são responsabilizados pela condução de processos inclusivos sem que lhe sejam oferecidos, em igual medida os recursos, a formação continuada e o suporte institucional necessário para atender à crescente diversidade presente nas salas de aula da atualidade.

Como enfatiza Grigorio (2025):

Os resultados indicam que fatores como sobrecarga de trabalho, desvalorização profissional, falta de apoio institucional e exigências excessivas impactam significativamente a saúde mental dos professores, contribuindo para o elevados níveis de ansiedade, depressão e síndrome de burnout (Grigorio, p.55. 2025).

Em face dessa realidade, observa-se que na atualidade em que muitos professores se encontram em situação de esgotamento profissional. Paralelamente, parte das famílias e da comunidade escolar nem sempre compreende que os educadores desejam de fato, atender todos os estudantes em singularidades e especificidades. Entretanto diante de turmas numerosas, frequentemente composta por trinta estudantes, torna-se extremamente desafiador oferecer o acompanhamento individualizado que cada estudante necessita.

No qual se percebe que, é importante reconhecer que alguns estudantes neurodivergentes demandam ambientes e condições específicas que favoreçam sua autorregulação e bem-estar. Tal necessidade não implica na sua exclusão do ambiente escolar, mas ao contrário, evidencia a importância da criação de espaços adequados e acolhedores, nos quais esses estudantes possam expressar sua identidade e desenvolver suas potencialidades de maneira autêntica.

O DESAFIO DA INCLUSÃO NA ATUALIDADE

A ausência dessas condições pode comprometer os próprios princípios da inclusão, produzindo efeito contrário aos seus objetivos, tornando o ambiente escolar quase insalubre para todos.

Em face dessa realidade, como consequência, observa-se que nem sempre os estudantes neurodivergentes com deficiência são plenamente beneficiados por esse processo, assim como os demais estudantes também podem ter suas necessidades educacionais comprometidas.

De um ponto de vista educacional, trata-se de um desafio que deve ser assumido coletivamente por toda a sociedade, uma vez que soluções efetivas não podem ser atribuídas exclusivamente ao professor. A expectativa de que o professor consiga sozinho, responder a todas as demandas presentes no cotidiano escolar contribui para a intensificação da sobrecarga e do desgaste profissional.

Em virtude disso, a escola necessita do apoio e da participação ativa das famílias, assim como estudantes neurodivergentes e os com deficiência, necessitam da compreensão, do respeito e da empatia de toda a comunidade escolar.

Tendo em vista a necessidade de promover uma educação inclusiva, é imprescindível o compromisso conjunto entre a escola, família, poder público e sociedade. A efetivação da inclusão não pode ser atribuída exclusivamente ao professor, sob a expectativa de que este encontre, isoladamente soluções para os desafios presentes no cotidiano escolar.

Trata-se de uma responsabilidade compartilhada, que demanda ações articuladas, recursos adequados e o envolvimento de todos os setores sociais comprometidos com o direito à educação de qualidade para todos.

Na qual se evidencia que, somente por meio dessa corresponsabilização será possível evitar que a responsabilidade pela inclusão recaia exclusivamente sobre o professor, favorecendo a criação de condições mais adequadas para o desenvolvimento e a aprendizagem de todos os estudantes, tornando a vivência na escola menos desencadeadora de estresse para o professor, e demais educadores da escola, e no espaço que o estudante vem para aprender formalmente e não no espaço de conflitos socioemocionais.

Assim cita Medeiros (2023):

A Síndrome de Burnout tem sido um dos fenômenos mais investigados na área da Psicologia da Saúde Ocupacional sendo professores uma das categorias de maior prevalência (Medeiros, p.67, 2023).

A Educação Especial precisa ocupar um espaço cada vez mais relevante nos debates educacionais contemporâneos, especialmente diante dos desafios que envolvem a construção de uma inclusão efetiva, capaz de garantir o direito à aprendizagem e ao desenvolvimento de todos os estudantes.

Por causa desse contexto, torna-se fundamental refletir sobre os limites e as possibilidades das práticas inclusivas, distinguindo aquilo que promove a participação plena dos estudantes da aquilo que

ainda que bem-intencionado pode resultar em novas formas de inclusão ou segregação podendo acarretar desgaste nas relações sociais no ambiente escolar.

Igualmente importante, que a inclusão não deve ser compreendida apenas como a presença física do estudante em uma sala de aula regular, mas como garantia de condições adequadas para sua aprendizagem, participação social, desenvolvimento emocional e bem-estar.

Ante essa situação é necessário conceder as particularidades de cada estudante, reconhecendo que diferentes necessidades demandam, diferentes estratégias, recursos e ambientes educacionais.

Em face dessa realidade, a existência de escolas especializadas pode construir uma importante alternativa dentro de um sistema educacional que valorize a diversidade e respeite as singularidades dos estudantes.

Tomando se por base os estudos, a discussão não devem concentrar-se na oposição entre Inclusão e Educação Especial, mas na construção de propostas que assegurem uma inclusão plena, fundamentada em uma tríade essencial: ambientes adequados, metodologia específicas e práticas pedagógicas capazes de responder às necessidades individuais de cada estudante.

Da mesma forma, a oferta de salas especializadas no interior das escolas regulares pode representar um recurso complementar relevante, possibilitando atendimentos específicos e momentos de apoio pedagógico que favoreçam o desenvolvimento dos estudantes. Entretanto, a utilização desses espaços deve ocorrer de forma flexível, planejada e articulada com o projeto pedagógico da escola, respeitando sempre a participação e a concordância das famílias no processo de tomada de decisões, assim permitindo que o professor faça o que deve ser feito na escola ensinar.

ADOECIMENTO DOCENTE E A NOVA NR1

A escola contemporânea fracassa quando aqueles que detêm o poder disseminam a ideia de que o docente não deseja trabalhar, de que as famílias são clientes e de que os estudantes são vítimas.

Há pouco tempo, o professor era visto como sacerdote “Dava-se aula por amor”. Durante anos prevaleceu essa visão. Perante os fatos apresentados deve afirmar é: “dou aula com amor, sou profissional”, trabalho oito horas ou mais, e o risco ao qual está exposto no exercício da docência precisa ser considerado. No qual se evidencia a necessidade de restabelecer o respeito à docência.

Até mesmo faz-se necessário mapear, de fato, quais são os riscos psicossociais e as relações desse trabalhador no ambiente escolar, não existe aprendizagem sem que haja primeiro, cuidado com quem ensina e cuida!

Diante de tal cenário de adoecimento docente torna-se imprescindível a adoção de normativas que assegurem condições de trabalho seguras. De acordo com a nova NR1 (2024, p. 133).

Constata-se que a Norma Regulamentadora nº1 (NR1), atualizada pela Portaria TEM nº 1.419 de 27 de Agosto de 2024, ampliou o espaço da segurança e saúde no trabalho, ao tornar obrigatória a inclusão dos riscos psicossociais no Gerenciamento de Riscos Ocupacionais e no Programa de Gerenciamento de Riscos. Prevê-se vigilância a partir de 26 de maio de 2026, sendo determinado às instituições que sejam identificados, avaliados e controlados os fatores Organizacionais que impactam a saúde mental dos trabalhadores equiparando-se tais riscos aos de natureza física, química e orgânica.

No contexto educacional aponta-se como exemplos riscos psicossociais, a sobrecarga resultante do acúmulo de aulas; planejamento e correção de atividades em prazos exíguos; a reduzida autonomia para definição de metodologias e avanços; a pressão por metas e indicadores de desempenho; a exposição a situações de violência e assédio por parte de alunos, pais ou gestores; e essência de reconhecimento profissional.

Como cita Silva (2024):

Os estudos evidenciam como as principais causas da síndrome de burnout em professores: a desvalorização dos profissionais; violência; exaustão emocional; conflitos com alunos; assédio; falta de suporte organizacional e a pandemia de covid-19 (Silva, p.86, 2024).

Justifica-se a atualização pelo registro de aumento de 67% nos afastamentos por transtornos mentais entre 2023 e 2024, o que evidencia a necessidade de implementação de medidas preventivas no ambiente escolar.

Em consequência desse processo, as Instituições escolares deveram acompanhar a saúde mental dos docentes e demais profissionais de educação a partir do mês de Maio do corrente ano.

Por causa desse contexto, tornou-se necessária a criação de uma norma para proteger a saúde mental desses trabalhadores, o que significa que não será mais aceitável tratar como natural no cotidiano profissional do professor, o reconhecimento tardio de riscos psicossociais presentes no ambiente escolar e pressão excessiva.

Ante essa situação, as escolas deverão ser fiscalizadas quando apresentarem: jornadas abusivas, ausência de suporte, assédio moral, metas abusivas, ambientes que promovam o adoecimento do professor.

Em particular nos espaços escolares, tais problemas têm sido cada vez mais debatido entre os profissionais da Educação. Na qual se evidencia, e contribui para explicar por que tantos professores relatam sensação de exaltação, desanimo e dificuldade para manter equilíbrio entre a vida pessoal e o trabalho

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Na década de 2020, a educação tem vivenciado de forma cada vez mais evidente o adoecimento dos professores e demais profissionais da educação.

Embora essa problemática não seja recente, uma vez que os docentes vêm enfrentando processos de desgaste físico e emocional há muitos anos, frequentemente de maneira silenciosa, porém na contemporaneidade essa realidade tornou-se mais visível. Observa-se um aumento significativo de quadros de esgotamento que ultrapassam o cansaço decorrente das atividades laborais, manifestando-se por meio de estresse, ansiedade, síndrome de Burnout e outros agravos à saúde Psicossocial.

Em face dessa realidade, especialmente no campo educacional, tornou-se imprescindível a criação de condições adequadas de trabalho que favoreçam a saúde e o bem-estar dos profissionais.

Essa discussão dialoga diretamente com a atualização da Norma Regulamentadora nº1 (NR1), que passou a considerar os riscos psicossociais presentes nos ambientes de trabalho no âmbito escolar, fatores como a sobrecarga de atividades, a ausência de suporte efetivo para a concretização da inclusão a pressão constante por resultados, a falta de pausas e os elevados níveis de exaustão configuram elementos que comprometem significativamente a saúde dos profissionais da educação, muitas vezes desconsiderando suas necessidades humanas mais básicas.

Dessa forma, torna-se evidente que cuidar da saúde dos professores não constitui um favor ou benefício adicional, mas uma necessidade fundamental para a garantia da qualidade da educação.

Profissionais adoecidos encontram maiores dificuldades para desempenhar suas funções com plenitude e oferece o melhor de suas capacidades no processo educativo.

Valendo-se dessas informações permanece um importante reflexo: haverá, de fato, mecanismos eficazes de fiscalização e acompanhamento que assegurem a implementação pela NR1? Terá essa normativa potencial para transformar o cenário de adoecimento que afeta os profissionais da educação.

Tomando-se por base os estudos, essas são questões cujas respostas somente poderão ser avaliadas ao longo do tempo, a partir dos impactos concretos de sua aplicação.

REFERÊNCIAS

BRASIL, Ministério do Trabalho e Emprego. Portaria TEM nº 1.419, de 27 de agosto de 2024. Altera a Norma Regulamentadora nº 1 – Disposições Gerais e Gerenciamento de Riscos Ocupacionais. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 28 ago. 2024. Seção 1, p.133.

GADOTTI, **Boniteza de um sonho**: ensinar e aprender com sentido. Novo Hamburgo, Feevale, 2003.

GASPARINI, Sandra Maria, **Educação e Pesquisa**: O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre a sua saúde. São Paulo, Ática, 2005.

GRIGORIO, E. L. G. A., **Saúde mental dos professores**: desafios e estratégias para o bem-estar docente. Belo Horizonte, 2025.

LIPP, Marilda Emmanuel Novaes (org). **O stress do professor**. 2. ed. Campinas: Papirus, 2003.

MEDEIROS, A. L., **Síndrome de Burnout em professores brasileiros**: construção de uma agenda de pesquisa. São Paulo, Scielo, 2023.

SILVA, A. K. A., **Síndrome de Burnout em professores e suas causas**: uma revisão integrativa. Revista Baiana de Saúde Pública, Salvador, v.48, nº 2, 2024.