

DOCÊNCIA, CORPO ADMINISTRATIVO E SAÚDE MENTAL:
Análise no Contexto do Instituto Federal de Brasília Campus Samambaia

João Pedro da Rocha Farias¹
Monica Luciana da Silva Pereira²

RESUMO

ROCHA FARIAS, João Pedro. **DOCÊNCIA, CORPO ADMINISTRATIVO E SAÚDE MENTAL:** Análise no Contexto do Instituto Federal de Brasília Campus Samambaia. 2025. Artigo Licenciatura em Educação Profissional e Tecnológica — Instituto Federal de Brasília, Brasília, 2025.

O tema da saúde mental no ambiente de trabalho, especialmente no contexto da docência e do corpo administrativo de instituições federais, tem se tornado crucial devido ao aumento de fatores estressores. Este trabalho teve como objetivo geral analisar o contexto da saúde mental dos servidores do Instituto Federal de Brasília (IFB) Campus Samambaia. Para tal, a pesquisa se propôs a descrever a percepção dos servidores sobre o apoio e as relações interpessoais no ambiente escolar, a identificar e analisar o impacto das demandas administrativas e acadêmicas no bem-estar emocional e mental, e a propor reflexões e estratégias de bem-estar e saúde mental com foco na atuação do SIASS. A metodologia empregada foi um estudo de caso, com coleta de dados por meio de um questionário anônimo. Os resultados indicam que a maioria dos participantes percebe que as demandas de trabalho interferem diretamente em seu bem-estar, e que as condições de trabalho nem sempre são positivas. O estudo conclui que investir no bem-estar dos profissionais é fundamental para a qualidade da educação e para o desenvolvimento de um ambiente acadêmico mais saudável.

Palavras-chave: saúde mental; fatores estressores; docência; SIASS; bem-estar.

Data de aprovação: 09/12/2025

¹ Tecnólogo em Design de Produtos no Instituto Federal de Brasília — Campus Samambaia. Licenciado em Educação Profissional e Tecnológica pelo Instituto Federal de Brasília — Campus Samambaia. E-mail: joaorochoa.jp@gmail.com.

² Mestra em Ensino para a Educação Básica pelo PPGNEB do Instituto Federal Goiano - Campus Urutaí, Especializações em Língua Brasileira de Sinais, Gestão e Orientação Educacional e Educação de Jovens e Adultos e Licenciada em Letras: Libras e em Letras: Libras/Língua Portuguesa como segunda língua. Professora de Língua Brasileira de Sinais no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília - Campus Samambaia. Experiência na área de Linguística, com ênfase no ensino da Língua Portuguesa como Segunda Língua para Surdos, no Ensino/Tradução/Interpretação da Língua Brasileira de Sinais e na produção de material didático bilíngue Libras/Língua Portuguesa como segunda língua para Surdos, e educação inclusiva com ênfase nas práticas baseadas em evidências (PBE).. E-mail: monica.pereira@ifb.edu.br

INTRODUÇÃO

No ano de 1946, por meio da Constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS), a saúde mental foi definida como um estado de bem-estar mental que permite que as pessoas lidem com o estresse da vida, percebam suas habilidades, aprendam bem e trabalhem bem e contribuam para sua comunidade. É um componente integral da saúde e do bem-estar que sustenta nossas habilidades individuais e coletivas para tomar decisões, construir relacionamentos e moldar o mundo em que vivemos. A saúde mental é um direito humano básico e crucial para o desenvolvimento pessoal, comunitário e socioeconômico.

A atividade docente é um trabalho que não foge do escopo da saúde mental, visto que o docente e a equipe administrativa são afetados durante todo o seu dia. O trabalho continua além da sala de aula e muitas vezes é levado para dentro da sua casa, ocasionando assim, outros problemas emocionais como ansiedade, depressão e também o burnout, um estado em que observa-se a exaustão física, mental e emocional causado por estresse crônico no local de trabalho que não foi gerenciado com sucesso, como afirma o psicólogo Herbet Freudenberger pela primeira vez em 1974.

O estudo de Tundis e Monteiro (2018), mostra que o adoecimento docente não acontece por motivos isolados, mas está diretamente ligado à forma como o trabalho é organizado dentro das instituições públicas. No caso analisado pelas autoras, os professores relataram excesso de demandas, falta de reconhecimento e condições estruturais que dificultam a prática docente, fatores que levaram a níveis críticos de sofrimento psicológico e físico. Esses resultados indicam que o desgaste mental dos educadores é um problema estrutural e recorrente, que exige atenção e mudanças institucionais.

Considerando esse cenário, fica evidente que medidas para diminuir e até mesmo mitigar a sobrecarga mental dos docentes e das equipes administrativas precisam ser elaboradas ou revisadas com urgência. Caso contrário, problemas como a falta de educadores na educação pública, privada, técnica e superior podem se agravar, contribuindo para a desvalorização contínua do trabalho docente.

Com base nesses dados, realizou-se um estudo de caso com a aplicação de um questionário anônimo no Instituto Federal de Brasília – Campus Samambaia.

Para realizar esta pesquisa, optou-se pela aplicação de um questionário anônimo direcionado aos profissionais que atuam dentro da instituição acadêmica. A decisão pelo anonimato foi importante porque o tema envolve percepções pessoais sobre saúde mental, o que poderia gerar constrangimentos ou receio de identificação.

Atualmente, tem sido observado que a discussão sobre a saúde mental tem ganhado forças no período pós-pandêmico. Prevalência de ansiedade, depressão, estresse e burnout docente são alguns dos fatores principais que levam à degradação emocional. No cenário brasileiro, foram realizados estudos em diferentes estados. No Paraná, pesquisadores entrevistaram professores da rede pública e privada e identificaram um aumento de ansiedade, depressão, burnout e exaustão, segundo levantamento publicado pela Rebecem (2025). Em outro estudo, realizado em Santa Catarina, docentes de diferentes níveis de ensino — fundamental, médio e superior — foram avaliados quanto à qualidade de vida no período pós-pandemia, sendo observado que esses profissionais adoeceram e se tornaram mais vulneráveis, conforme apontado pelo estudo da Revista REDES (2025).

Diante desses fatores, é notável a importância de se ter uma boa qualidade de vida não somente fora do trabalho profissional/docente, mas também no ambiente de trabalho em si. Discussões, análise de contextos educacionais, estruturas organizacionais devem ser revistas para proporcionar uma melhora na qualidade da vida humana desses profissionais da educação.

Apesar dos desafios relacionados ao adoecimento docente, alguns movimentos institucionais e governamentais vêm apontando para um cenário mais positivo no que se refere à promoção da saúde mental. Em âmbito nacional, destaca-se também o avanço de projetos legislativos voltados ao fortalecimento das políticas públicas de cuidado psicológico. Um exemplo é o projeto aprovado na Comissão de Saúde da Câmara dos Deputados, que amplia o acesso da população aos serviços de saúde mental no Sistema Único de Saúde (SUS).

Além das iniciativas governamentais, surgem também projetos sociais e plataformas independentes que buscam democratizar o acesso à informação e aos serviços de cuidado emocional. No contexto institucional, observa-se que algumas

unidades dos Institutos Federais têm desenvolvido ações específicas voltadas ao bem-estar dos servidores.

O objetivo principal da pesquisa foi relatar a realidade cotidiana do corpo docente e administrativo, utilizando-se de uma análise amostral apoiada pela aplicação de questionário junto aos servidores do Instituto Federal de Brasília (IFB) *Campus* Samambaia. O principal foco é observar a saúde mental do corpo docente e administrativo dentro do campus e discutir as possíveis soluções de melhora do bem-estar mental, visto que a carreira docente envolve o trabalho direto com pessoas em processo de aprendizagem em que o professor tem papel fundamental na busca pelo discernimento do aluno como cidadão e como um futuro profissional de determinada área.

Diante das pesquisas e acontecimentos que têm destacado o aumento do adoecimento docente, tornou-se fundamental investigar como esse fenômeno se manifesta no contexto específico do *Campus* Samambaia. Considerando o campo de atuação profissional e a relevância social da formação ofertada, compreender o cenário atual e a percepção dos professores acerca de seu próprio processo de adoecimento ou cuidados com a saúde é essencial. Esta pesquisa poderá possibilitar reflexões sobre o bem-estar docente, apoiando possíveis intervenções institucionais que contribuam para a melhoria das condições de trabalho e para a promoção da saúde mental no ambiente acadêmico. Sendo assim, este estudo justifica-se pela relevância para o contexto acadêmico e ações que contribuam para a qualidade de vida dos docentes, estudantes e profissionais que atuam direta ou indiretamente com a educação, bem como poderá servir de fonte para novas pesquisas relacionadas ao tema.

Como objetivo geral, foi realizada a análise do contexto da saúde mental dos servidores (docentes e técnico-administrativos) do Instituto Federal de Brasília (IFB) *Campus* Samambaia, identificando os fatores de risco e de proteção no ambiente de trabalho.

Além do objetivo geral, foi realizado também os seguintes objetivos específicos:

1. Descrever a percepção dos servidores sobre o apoio emocional e psicológico oferecido e as relações interpessoais no ambiente escolar.

2. Identificar e analisar o impacto das demandas administrativas e acadêmicas nas condições de trabalho e no bem-estar emocional e mental dos servidores.

3. Propor reflexões e estratégias de bem-estar e saúde mental, com foco na atuação do Subsistema Integrado de Atenção à Saúde do Servidor (SIASS), para a melhoria das condições de trabalho no IFB Campus Samambaia.

Como procedimento metodológico, segundo Gil (2019), o uso de questionários é adequado quando se busca coletar informações de forma padronizada, garantindo maior liberdade ao participante e estimulando respostas mais sinceras.

O instrumento aplicado foi composto por seis perguntas fechadas, cada uma estruturada em uma escala de cinco alternativas de resposta. Esse formato foi escolhido por facilitar o entendimento das questões e, ao mesmo tempo, permitir que os docentes expressassem seu grau de concordância ou percepção sobre determinados aspectos relacionados ao trabalho e à saúde mental. Além disso, perguntas fechadas tornam a análise dos dados mais organizada e objetiva, como aponta Gil (2019).

A escolha desse modelo teve como objetivo tornar o formulário simples, rápido e seguro, aumentando a participação do corpo docente e garantindo que ninguém precisasse se identificar. Assim, o questionário se mostrou adequado para captar informações essenciais sobre o tema, respeitando a privacidade dos respondentes e contribuindo para a qualidade da pesquisa.

Dessa forma, busca-se não apenas valorizar o desempenho positivo no trabalho docente, mas também fortalecer o aspecto social e humano que envolve o cotidiano dos profissionais da educação.

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa de natureza quantitativa e descritiva, utilizando o estudo de caso como estratégia metodológica, focado nos servidores (docentes e técnico-administrativos) do Instituto Federal de Brasília (IFB) Campus Samambaia.

O instrumento de coleta de dados foi um questionário anônimo composto por seis perguntas fechadas, estruturadas em uma escala Likert de cinco pontos:

“Concordo Plenamente”, “Concordo Parcialmente”, “Prefiro Não Responder”, “Discordo Parcialmente” e “Discordo Totalmente”. Este formato foi escolhido para:

1. Facilitar o entendimento das questões e a expressão do grau de concordância ou percepção dos respondentes.
2. Garantir o anonimato e a segurança dos participantes, incentivando respostas mais sinceras sobre um tema sensível como a saúde mental.
3. Organizar e objetivar a análise dos dados, permitindo a quantificação das percepções e tendências.

A amostra foi composta por 14 respostas válidas, e a análise dos dados foi realizada por meio de estatística descritiva, apresentando os resultados em percentuais para cada alternativa de resposta, o que permitiu identificar os fatores de risco e de proteção psicossociais presentes no ambiente de trabalho do Campus.

A Realidade do Bem-estar Docente: Uma Análise dos Dados

Os dados coletados a partir das 14 respostas do formulário revelam um contexto de visões diferentes, mas em sua grande parte desafiadoras, em relação à saúde mental dos servidores da educação do IFB - *Campus* Samambaia. Embora o número de participantes seja limitado, os percentuais apresentados em cada gráfico fornecem uma compreensão importante sobre as tendências e as áreas de maior preocupação. É possível observar que a maioria dos servidores reconhece o impacto das demandas administrativas e acadêmicas em seu bem-estar, e que as condições de trabalho nem sempre são percebidas como positivas para a saúde mental. Por outro lado, há um indício de que o ambiente escolar oferece algum nível de apoio, e que as relações interpessoais com colegas são vistas como um fator positivo.

De maneira geral, os resultados sugerem que os servidores do IFB - *Campus* Samambaia estão expostos a fatores de risco psicossociais em seu ambiente de trabalho. A sobrecarga de trabalho, a pressão por resultados, a burocracia e a falta de recursos adequados são elementos que contribuem para o adoecimento mental de profissionais da educação.

A compreensão de que as demandas interferem no bem-estar emocional e mental, apresentada por uma parcela significativa dos participantes, confirma essa preocupação. Esse cenário se alinha com estudos que apontam para o aumento do adoecimento mental entre educadores, frequentemente associado a condições de trabalho precárias e à intensificação das exigências profissionais, como indica Santos (2025).

No entanto, é importante notar que a pesquisa também aponta para fatores protetivos. O entendimento de que o ambiente escolar proporciona apoio emocional e psicológico, ainda que parcialmente, e que as relações interpessoais com colegas contribuem positivamente para o bem-estar, demonstra a existência de recursos internos e sociais que podem reduzir impactos negativos. A manutenção de espaços para discutir saúde mental, mesmo com opiniões divergentes, revela potencial para o desenvolvimento de estratégias de acolhimento, conforme observado por Silva e Tolfo (2022) e Magnago (2024).

Foi realizada uma análise individual de cada gráfico, detalhando as propostas e as respostas, aprofundando também a discussão com base nas referências bibliográficas. Essa abordagem permitirá identificar diferenças e detalhes em cada aspecto da saúde mental abordado no formulário, fornecendo uma base mais compacta para a compreensão dos desafios e a formulação de recomendações.

Análise Individual dos Gráficos por Tabelas

Para compreender de forma detalhada como os servidores percebem o ambiente de trabalho, a seguir, foi realizada uma análise individual de cada um dos seis gráficos. Cada gráfico aborda um tema e que corrobora para a análise geral.

Gráfico 1: Apoio Emocional e Psicológico no Ambiente Escolar

Pergunta: *"Sinto que o ambiente escolar, com o suporte conjunto de docentes, técnicos administrativos e demais profissionais de educação da instituição, me proporciona o apoio emocional e psicológico necessário para enfrentar os desafios da atuação profissional."*

Tabela 1 - Respostas do Gráfico 1

Opção de Resposta	Percentual (%)
Concordo Plenamente	0,0%
Concordo Parcialmente	71,4%
Prefiro Não Responder	7,1%
Discordo Parcialmente	14,3%
Discordo Totalmente	7,1%

Fonte: dados da pesquisa

Essa tabela revela que a maioria esmagadora dos respondentes (71,4%) concorda parcialmente que o ambiente escolar oferece o apoio emocional e psicológico necessário. A ausência de respostas em "Concordo plenamente" e a presença de 7,1% em "Discordo totalmente" (além de 14,3% que preferem não responder, o que pode indicar incerteza ou insatisfação velada) sugerem que, embora haja um reconhecimento de algum suporte, ele não é percebido como totalmente adequado ou suficiente. Isso indica uma lacuna entre o apoio oferecido e a necessidade percebida pelos servidores.

Um ambiente escolar que oferece suporte emocional contribui significativamente para o bem-estar e a capacidade dos educadores de lidar com os desafios da profissão, como afirmam Magnago (2024) e Rêgo e Freitas (2024).

A percepção de um apoio parcial pode significar que as iniciativas existentes são bem-vindas, mas precisam ser ampliadas, aprofundadas ou melhor comunicadas para atender plenamente às demandas dos servidores. A falta de um "espaço aberto e seguro" para discutir saúde mental, pode ser um fator que contribui para essa percepção de apoio incompleto. É fundamental que as instituições de ensino não apenas ofereçam programas de apoio, mas que estes sejam percebidos como eficazes e acessíveis por todos os membros da comunidade escolar.

Gráfico 2: Interferência das Demandas Administrativas e Acadêmicas no Bem-Estar

Pergunta: *"Considero que as demandas administrativas e acadêmicas interferem diretamente no meu bem-estar emocional e mental."*

Tabela 2 - Respostas do Gráfico 2

Opção de Resposta	Percentual (%)
Concordo Plenamente	28,6%
Concordo Parcialmente	64,3%
Prefiro Não Responder	0,0%
Discordo Parcialmente	0,0%
Discordo Totalmente	7,1%

Fonte: dados da pesquisa

A segunda tabela apresenta um dado alarmante: 92,9% dos servidores (28,6% que concordam plenamente e 64,3% que concordam parcialmente) percebem que as demandas administrativas e acadêmicas interferem diretamente em seu bem-estar emocional e mental. Apenas 7,1% discordam totalmente, indicando que a grande maioria dos profissionais sente o peso dessas demandas em sua saúde mental. Este é um dos pontos mais críticos revelados pelo formulário.

A sobrecarga de trabalho e a burocratização excessiva são fatores amplamente reconhecidos na literatura como contribuintes para o adoecimento mental de profissionais da educação. A intensificação das exigências e a falta de recursos adequados levam ao aumento do estresse e da ansiedade, conforme aponta Santos (2025).

A percepção de interferência direta no bem-estar emocional e mental sugere que as demandas atuais podem estar excedendo a capacidade de enfrentamento dos servidores, levando a um esgotamento. Isso reforça a necessidade de revisão das práticas administrativas e acadêmicas, buscando otimização de processos, redução de burocracia desnecessária e alocação de recursos que possam aliviar a

carga de trabalho dos profissionais. A saúde mental dos educadores não é apenas uma questão individual, mas um reflexo das condições de trabalho e da cultura organizacional.

Gráfico 3: Espaço Aberto e Seguro para Discutir Saúde Mental

Pergunta: *"Sinto que há um espaço aberto e seguro para discutir questões relacionadas à saúde mental dentro da instituição onde trabalho."*

Tabela 3 - Respostas do Gráfico 3

Opção de Resposta	Percentual (%)
Concordo Plenamente	14,3%
Concordo Parcialmente	35,7%
Prefiro Não Responder	0,0%
Discordo Parcialmente	35,7%
Discordo Totalmente	14,3%

Fonte: dados da pesquisa

Os resultados do terceiro gráfico são bastante divididos, refletindo uma polarização nas percepções dos servidores sobre a existência de um espaço seguro para discutir saúde mental. Enquanto 50% (14,3% concordam plenamente e 35,7% concordam parcialmente) sentem que há esse espaço, outros 50% (35,7% discordam parcialmente e 14,3% discordam totalmente) não o percebem como tal. Essa divisão é preocupante, pois a percepção de segurança e abertura é fundamental para que os profissionais busquem ajuda e compartilhem suas dificuldades.

A criação de ambientes seguros para o diálogo sobre saúde mental é um pilar essencial na promoção do bem-estar no ambiente de trabalho. Observa-se a importância de espaços de escuta ativa e acolhimento para que os professores se sintam confortáveis em expressar suas preocupações sem medo de julgamento, como destaca Magnago (2024).

A divisão nas respostas pode indicar que, embora existam iniciativas, elas podem não estar atingindo a todos os servidores de forma eficaz, ou que a cultura organizacional ainda precisa ser aprimorada para garantir que todos se sintam verdadeiramente à vontade para abordar o tema. É importante investigar as razões por trás dessa polarização para desenvolver estratégias mais inclusivas e eficazes de promoção da saúde mental.

Gráfico 4: Condições de Trabalho e Saúde Mental

Pergunta: *"Percebo que as condições de trabalho (como carga horária, infraestrutura e recursos) contribuem positivamente para minha saúde mental."*

Tabela 4 - Respostas do Gráfico 4

Opção de Resposta	Percentual (%)
Concordo Plenamente	14,3%
Concordo Parcialmente	14,3%
Prefiro Não Responder	0,0%
Discordo Parcialmente	50,0%
Discordo Totalmente	21,4%

Fonte: dados da pesquisa

Esta tabela revela uma visão predominantemente negativa. A maioria de 71,4% dos respondentes (Discordo parcialmente com 50,0% e Discordo Totalmente com 21,4%) não percebe que as condições de trabalho contribuem positivamente para sua saúde mental. Apenas 28,6% (Concordo Plenamente com 14,3% e Concordo Parcialmente com 14,3%) enxergam algum aspecto positivo. A alta taxa de discordância, especialmente o Discordo Parcialmente com 50,0%, indica que a carga horária, a infraestrutura e a falta de recursos são fatores de risco significativos para o bem-estar dos servidores, reforçando a necessidade urgente de melhorias estruturais.

Este resultado é um forte indicativo de que as condições de trabalho no IFB – Campus Samambaia são um fator de risco para a saúde mental dos servidores. A sobrecarga horária, a infraestrutura inadequada e a falta de recursos são elementos que contribuem significativamente para o estresse, burnout e outros transtornos, conforme apontam Moreira e Rodrigues (2018) e Santos (2023). A percepção negativa da maioria dos servidores mostra que há uma necessidade urgente de revisão e melhoria dessas condições, a fim de promover um ambiente de trabalho mais saudável e sustentável. Investimentos em infraestrutura, otimização da carga horária e garantia de recursos adequados são medidas essenciais para reverter esse quadro e impactar positivamente a saúde mental dos profissionais.

Gráfico 5: Impacto da Função na Qualidade de Vida Fora do Trabalho

Pergunta: *"Avalio que o exercício da minha função no ambiente escolar, em articulação com outros servidores da educação (docentes, técnicos administrativos e demais profissionais), repercute diretamente na minha qualidade de vida fora do trabalho."*

Tabela 5 - Respostas do Gráfico 5

Opção de Resposta	Percentual (%)
Concordo Plenamente	28,6%
Concordo Parcialmente	71,4%
Prefiro Não Responder	0,0%
Discordo Parcialmente	0,0%
Discordo Totalmente	0,0%

Fonte: dados da pesquisa

Já a tabela 5 demonstra que 100% dos respondentes (28,6% concordam plenamente e 71,4% concordam parcialmente) percebem que o exercício de suas funções no ambiente escolar tem um impacto direto em sua qualidade de vida fora do trabalho. Este é um resultado significativo, pois indica que a vida profissional e

peçoal dos servidores está intrinsecamente ligada, e que os desafios e o bem-estar no trabalho se estendem para além do horário de expediente.

A conexão entre vida profissional e pessoal é um tema central na discussão sobre saúde mental no trabalho. Quando as demandas do trabalho são excessivas ou as condições são desfavoráveis, o impacto negativo pode se manifestar em diversas áreas da vida do indivíduo, como nas relações familiares, no lazer e na saúde física e mental. A ausência de discordância neste ponto sugere uma concordância na percepção de que o trabalho na educação não se restringe ao ambiente escolar, mas permeia a vida dos servidores. Isso reforça a necessidade de políticas e ações que promovam o equilíbrio entre vida profissional e pessoal, reconhecendo que o bem-estar do servidor no trabalho é um fator determinante para sua qualidade de vida de forma mais ampla. A promoção de um ambiente de trabalho saudável não beneficia apenas o desempenho profissional, mas também a saúde e a felicidade dos indivíduos em todas as esferas de suas vidas.

Gráfico 6: Relações Interpessoais e Bem-Estar no Ambiente de Trabalho

Pergunta: *"As relações interpessoais com colegas, como docentes e técnicos administrativos, contribuem positivamente para o meu bem-estar no ambiente de trabalho."*

Tabela 6 - Respostas do Gráfico 6

Opção de Resposta	Percentual (%)
Concordo Plenamente	28,6%
Concordo Parcialmente	71,4%
Prefiro Não Responder	0,0%
Discordo Parcialmente	0,0%
Discordo Totalmente	0,0%

Fonte: dados da pesquisa

Por fim, a tabela 6 mostra que 71,4% dos servidores (21,4% concordam plenamente e 50% concordam parcialmente) percebem as relações interpessoais com colegas como um fator positivo para o bem-estar no ambiente de trabalho. No entanto, uma parcela significativa de 28,6% (14,3% discordam parcialmente e 14,3% discordam totalmente) não compartilha dessa percepção, indicando que as relações interpessoais podem ser uma fonte de desafio para alguns.

A importância das relações interpessoais no ambiente de trabalho para a saúde mental é amplamente reconhecida. Um ambiente colaborativo e de apoio mútuo pode atuar como um fator protetivo contra o estresse e o burnout. O suporte social e as relações positivas entre colegas contribuem para um clima organizacional saudável e para o bem-estar dos profissionais, como discutem Silva e Tolfo (2022). A maioria das respostas positivas neste gráfico é um ponto forte para o Campus Samambaia, sugerindo que, para muitos, o ambiente de trabalho oferece um senso de comunidade e apoio.

No entanto, a existência de uma parcela de servidores que discorda da contribuição positiva das relações interpessoais merece atenção. Isso pode indicar a presença de conflitos, falta de comunicação eficaz ou ambientes de trabalho fragmentados para esses indivíduos. É importante investigar as razões por trás dessa percepção negativa para identificar e intervir em situações que possam estar comprometendo o bem-estar de alguns servidores. Promover a comunicação aberta, o respeito e a colaboração pode fortalecer ainda mais as relações interpessoais e, consequentemente, a saúde mental de todos no campus.

Estratégias de Bem-estar e Saúde Mental: O Papel e a Crítica ao SIASS

O principal arcabouço legal e institucional para a atenção à saúde do servidor público federal é o Subsistema Integrado de Atenção à Saúde do Servidor (SIASS), instituído pelo Decreto nº 6.833 de 2009. O SIASS possui um papel fundamental na Promoção, Prevenção e Acompanhamento da Saúde dos servidores, atuando de forma integrada para a melhoria contínua das condições de trabalho e a redução dos fatores de risco. No contexto da saúde mental docente, o SIASS é a estrutura que deve prover ações de Promoção (criação de ambiente de trabalho saudável), Prevenção (identificação precoce de riscos psicossociais) e

Acompanhamento (suporte psicológico e social). As recomendações propostas neste trabalho (Revisão de Demandas, Melhoria das Condições de Trabalho e Fortalecimento do Diálogo) encontram no SIASS o seu principal agente de execução.

A Crítica ao SIASS no Contexto do Adoecimento Docente

Apesar de seu papel fundamental, o SIASS, na prática, muitas vezes é percebido pelos servidores mais como um sistema de controle e perícia do que de cuidado e promoção. Essa percepção se torna crítica quando o servidor docente precisa se afastar por questões de saúde mental, como ansiedade, depressão ou burnout.

A questão central que se impõe é: Como o sistema encara o servidor que adoeceu mentalmente?

Em vez de ser visto como uma vítima das condições de trabalho (conforme indicado pelos Gráficos 2 e 4), o servidor que se afasta pode ser sutilmente encarado como um problema ou uma falha individual que precisa ser “consertada” para retornar ao trabalho. O foco excessivo na perícia médica e na avaliação da “capacidade laboral” pode desviar a atenção da causa estrutural do adoecimento, que reside na sobrecarga de trabalho, na burocracia e nas condições precárias.

Essa abordagem, quando não equilibrada com ações robustas de promoção e prevenção, pode levar o servidor a sentir-se estigmatizado e pressionado a retornar antes da recuperação completa, perpetuando o ciclo de adoecimento. Para que o SIASS cumpra seu papel integralmente no contexto do trabalho docente, é crucial que ele:

1. Desloque o foco da perícia para a prevenção, atuando junto à gestão para modificar os fatores de risco no ambiente de trabalho.
2. Garanta a confidencialidade e o acolhimento, fortalecendo os espaços de escuta para que o servidor se sinta seguro ao buscar ajuda, sem medo de retaliação ou estigma.

3. Promova a reintegração humanizada, acompanhando o servidor em seu retorno ao trabalho e garantindo que as condições que levaram ao afastamento tenham sido, de fato, mitigadas.

Portanto, o fortalecimento e a utilização plena do SIASS no IFB - Campus Samambaia são a via institucional mais eficaz para transformar os resultados desta pesquisa em ações concretas de bem-estar e saúde mental, desde que o sistema adote uma postura de cuidado integral e não apenas de controle de afastamentos.

Considerações Finais

O estudo dos resultados do formulário sobre a saúde mental dos servidores da educação do IFB - Campus Samambaia, em conjunto com a literatura científica, revela um cenário complexo e multifacetado. É evidente que os profissionais da educação enfrentam desafios significativos relacionados à sua saúde mental, impulsionados principalmente pelas demandas administrativas e acadêmicas e pelas condições de trabalho. A percepção de que essas demandas interferem diretamente no bem-estar e que as condições de trabalho nem sempre são positivas é um alerta para a necessidade de intervenções.

Por outro lado, a pesquisa também aponta para a existência de fatores protetivos, como o apoio percebido no ambiente escolar e a contribuição positiva das relações interpessoais com colegas. Esses elementos são importantes e devem ser fortalecidos para reduzir os impactos negativos dos desafios. A polarização de opiniões sobre a existência de um espaço seguro para discutir saúde mental sugere que, embora haja iniciativas, elas podem não estar sendo eficazes para todos, ou que a cultura organizacional ainda precisa evoluir para garantir um ambiente verdadeiramente acolhedor.

Possibilidades de Intervenção para o IFB - Campus Samambaia

Os resultados deste estudo de caso indicam a importância de um conjunto de ações integradas que visam a construção de um ambiente de trabalho mais saudável e resiliente. Tais ações se concentram em três eixos principais:

1. Revisão e Otimização das Condições de Trabalho: É fundamental buscar formas de reduzir a burocracia e a sobrecarga de trabalho, otimizando processos e alocando recursos de forma mais eficiente. Isso inclui investir em infraestrutura adequada, garantir recursos suficientes e, se possível, revisar a carga horária para mitigar o estresse.

2. Fortalecimento do Diálogo e do Apoio Institucional: A criação e divulgação de canais de comunicação seguros e eficazes são cruciais para que os servidores possam discutir questões de saúde mental, buscando apoio profissional e compartilhando experiências. É imperativo que esses espaços sejam percebidos como confidenciais e livres de julgamento, fortalecendo a cultura de cuidado e bem-estar.

3. Valorização das Relações Interpessoais e da Cultura de Cuidado: Incentivar a colaboração, o respeito e o apoio mútuo entre os servidores, reconhecendo o papel fundamental das relações positivas na promoção do bem-estar. Desenvolver programas de promoção da saúde mental que incluam ações de prevenção, identificação precoce de problemas e encaminhamento para tratamento, além de atividades que incentivem o equilíbrio entre vida profissional e pessoal.

Portanto, a saúde mental dos servidores da educação não é apenas uma questão individual, mas um reflexo das condições e da cultura do ambiente de trabalho. Investir no bem-estar desses profissionais é investir na qualidade da educação e no desenvolvimento de uma comunidade acadêmica mais resiliente e saudável.

Contribuições em Perspectiva de Possíveis Estudos

Este estudo de caso serve como um ponto de partida para futuras investigações e, mais importante, para a implementação de ações concretas que visem a melhoria da qualidade de vida dos servidores do IFB Campus Samambaia. Em perspectiva, sugere-se a realização dos seguintes estudos:

1. Estudo Longitudinal sobre o Impacto das Intervenções: Acompanhar o Campus Samambaia após a implementação das ações sugeridas (revisão de demandas, fortalecimento do SIASS) para avaliar, em um período de 1 a 2 anos, se houve uma mudança na percepção dos servidores sobre o apoio emocional, as condições de trabalho e o bem-estar geral.

2. Análise Qualitativa da Percepção do SIASS: Realizar entrevistas semiestruturadas com servidores que se afastaram por questões de saúde mental e com profissionais do SIASS para aprofundar a crítica levantada neste trabalho, investigando a percepção de controle versus cuidado e as barreiras para a reintegração humanizada.

3. Comparativo entre Campi do IFB: Estender a pesquisa para outros Campi do Instituto Federal de Brasília, utilizando o mesmo questionário, para identificar se os fatores de risco e proteção são homogêneos na instituição ou se existem especificidades locais que influenciam a saúde mental dos servidores.

4. Relação entre Saúde Mental Docente e Desempenho Estudantil: Investigar a correlação entre o nível de bem-estar e saúde mental dos docentes e os indicadores de desempenho e evasão dos estudantes, reforçando a tese de que investir no servidor é investir na qualidade do ensino.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Decreto nº 6.833, de 29 de abril de 2009. Institui o Subsistema Integrado de Atenção à Saúde do Servidor – SIASS e dá outras providências. *Diário Oficial da União*: Brasília, DF, 30 abr. 2009.

Câmara dos Deputados. **Comissão aprova projeto que amplia acesso à saúde mental.** *Agência Câmara*, Brasília, [s.d.]. Disponível em: <https://www.camara.leg.br/noticias/1215299-comissao-aprova-projeto-que-amplia-acesso-a-saude-mental/>.

DA COSTA BUZATTO, B.; PIAI CEDRAN, D.; SILVA PEDROSA, B.; LUIZ ZAMPIROLI, J. **IMPACTOS DA PANDEMIA DA COVID-19: UM ESTUDO SOBRE A SAÚDE MENTAL DE PROFESSORES DE ALGUMAS INSTITUIÇÕES DE ENSINO DO PARANÁ.** *Revista Brasileira de Educação em Ciências e Educação Matemática, [S. l.]*, v. 9, n. 1, 2025. DOI: 10.48075/ReBECM.2025.v.9.n.1.33765. Disponível em: <https://e-revista.unioeste.br/index.php/rebecem/article/view/33765>.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

GOVERNO DO BRASIL – Portal do Servidor. SIASS — Subsistema Integrado de Atenção à Saúde do Servidor. Portal do Servidor. Disponível em: <https://www.gov.br/servidor/pt-br/siass>. Acesso em: 05 dez. 2025.

Instituto Federal de Brasília (IFB). **IFB Campus Brasília promove ações de qualidade de vida no trabalho.** Brasília, [s.d.]. Disponível em: <https://www.ifb.edu.br/brasil/44680-ifb-campus-brasil-promove-acoes-de-qualidade-de-vida-no-trabalho>.

MAPA DA SAÚDE MENTAL. Plataforma Mapa da Saúde Mental. 2024. Disponível em: <https://mapasaudemental.com.br/>

O PAPEL DO APOIO PSICOLÓGICO NAS ESCOLAS. (2024). Magnago, W., Candeia, Á. S., & Baiôcco, L. V. Disponível em: <https://recima21.com.br/index.php/recima21/article/view/5799>

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Mental health: strengthening our response.** Disponível em: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response/?gad_source=1.

PEREIRA, Ana Lúcia Branco Martins et al. **Saúde do trabalhador docente pós pandemia de COVID-19 e qualidade de vida.** *Revista Educação e Saber – REdeS*, v. 2, n. esp., Anais do II Seminário Internacional, V Seminário Nacional e VII Seminário Regional sobre Educação e Desenvolvimento Regional, p. 747-764, 2025. DOI: <https://doi.org/10.24302/redes.v2ianais.5245>

Processos psicossociais, saúde mental e trabalho em um instituto federal de educação. (2022). Silva, M. G., & Tolfo, S. R. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbso/a/6RmYJyXghD4xfgN3dsc7C/>

SANTOS, Silvana Maria Aparecida Viana; DE SOUZA, Celísio Nunes; GOMES, Elis; PIRES, Leandro George de Oliveira; DE MELO, Rosiane Evangelista Borges; FIDÊNCIO, Sarah Tuliane Almeida; DA SILVA, Salete Lopes; RODRIGUES, Sueli Aparecida Barbosa; JORGE, Vilma Accordi Machado. **BURNOUT DOCENTE E SAÚDE MENTAL: UMA URGÊNCIA NO ESPAÇO EDUCACIONAL.** ARACÊ , [S. l.], v. 7, n. 6, p. 34010–34025, 2025. DOI: 10.56238/arev7n6-287. Disponível em: <https://periodicos.newsciencepubl.com/arace/article/view/6122>.

Sigursteinsdottir, H.; Rafnsdottir, G. L. **The well-being of primary school teachers during COVID-19.** *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 19, p. 11177, 2022. DOI: 10.3390/ijerph191811177.

TUNDIS, Amanda Gabriella Oliveira; MONTEIRO, Janine Kieling. **Ensino superior e adoecimento docente: um estudo em uma universidade pública.** *Psicol. educ.*, São Paulo, n. 46, p. 1-10, jun. 2018. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-69752018000100001&lng=pt&nrm=iso.

VIEIRA, Isabela; RUSSO, Jane Araujo. **Burnout e estresse: entre medicalização e psicologização.** *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 29, n. 2, p. e290206, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/57RLsw3NPS4YRKzMLHPGyTy/?lang=pt&format=pdf>