



**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO
CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA PARAÍBA *CAMPUS* PATOS
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM SEGURANÇA NO TRABALHO**

**KAYLANE KELLY SANTOS DE ARAÚJO
MARIA EDUARDA ARAÚJO DE LUCENA**

**ESTRESSE OCUPACIONAL EM DOCENTES DA EDUCAÇÃO INFANTIL:
ASPECTOS E REVISÃO**

**PATOS – PB
2025**

**KAYLANE KELLY SANTOS DE ARAÚJO
MARIA EDUARDA ARAÚJO DE LUCENA**

**ESTRESSE OCUPACIONAL EM DOCENTES DA EDUCAÇÃO INFANTIL:
ASPECTOS E REVISÃO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Tecnologia em Segurança no Trabalho do Instituto Federal de Educação da Paraíba, como requisito para conclusão do curso Superior de Tecnologia em Segurança no Trabalho.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Daniela Passos Simões Almeida Tavares

**PATOS – PB
2025**

FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA PELA BIBLIOTECA CAMPUS PATOS/IFPB

A663e Araújo, Kaylane Kelly Santos de.

Estresse ocupacional em docentes da educação infantil: aspectos e revisão / Kaylane Kelly Santos de Araújo, Maria Eduarda Araújo de Lucena. - Patos, 2025.
35 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Curso de Tecnologia em Segurança no Trabalho)-Instituto Federal da Paraíba, Campus Patos-PB, 2025.

Orientador(a): Prof.a Dra. Daniela Passos Simões Almeida Tavares.

1. Síndrome de Burnout 2. Doenças ocupacionais 3. Segurança do trabalho 4. Trabalhadores da educação-Apoio Psicossocial I.Título II. Tavares, Daniela Passos Simões Almeida III. Lucena, Maria Eduarda Araújo de III. Instituto Federal da Paraíba.

CDU –331.442

**KAYLANE KELLY SANTOS DE ARAÚJO
MARIA EDUARDA ARAÚJO DE LUCENA**


**ESTRESSE OCUPACIONAL EM DOCENTES DA EDUCAÇÃO INFANTIL:
ASPECTOS E REVISÃO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Tecnologia em Segurança no Trabalho do Instituto Federal de Educação da Paraíba, como requisito para conclusão do curso Superior de Tecnologia em Segurança no Trabalho.


Orientadora: Prof.^a Dr.^a Daniela Passos Simões Almeida Tavares

Aprovado em 19 de novembro de 2025.


BANCA EXAMINADORA:

Documento assinado digitalmente
 **DANIELA PASSOS SIMOES DE ALMEIDA TAVARE**
Data: 16/03/2026 10:22:47-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof.^a Dr.^a Daniela Passos Simões Almeida Tavares
Orientadora – IFPB *Campus* Patos

Documento assinado digitalmente
 **JOSE CARLOS GOMES**
Data: 16/03/2026 11:30:25-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof. Me. José Carlos Gomes
Examinador interno - IFPB *Campus* Patos

Documento assinado digitalmente
 **HANNE ALVES BAKKE**
Data: 18/03/2026 14:24:37-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof.^a Dr.^a Hanne Alves Bakke
Examinadora interna - IFPB *Campus* Patos

PATOS-PB

2025

A Deus, fonte de toda sabedoria e força, por nos guiar e nos dar a paciência necessária para superar os desafios. A Ele dedicamos este trabalho, pois foi a Sua luz que iluminou o nosso caminho e nos manteve firme na busca pelo conhecimento. Sem a Sua bênção, nada disso seria possível. Que toda honra e glória sejam dadas a Ele, hoje e sempre.

AGRADECIMENTOS

A Deus, pela força, saúde e determinação que nos permitiram chegar até aqui.

Aos nossos pais pelo apoio incondicional ao longo da vida e durante esta jornada acadêmica. Seu amor, paciência e encorajamento foram fundamentais para que eu chegasse até aqui.

À nossa orientadora, professora Daniela Passos, por sua orientação, suporte e valiosas contribuições que nortearam este trabalho.

Aos membros da Banca Examinadora, por dedicarem seu tempo à leitura e avaliação desta pesquisa.

Ao Instituto Federal da Paraíba (IFPB) Campus Patos e a todos os professores, pelo conhecimento transmitido ao longo da graduação.

Nosso sincero e profundo obrigado a todos que, direta ou indiretamente, contribuíram para a realização deste Trabalho de Conclusão de Curso.

RESUMO

A Educação Infantil configura-se como uma etapa da educação básica que impõe aos docentes múltiplas demandas pedagógicas, emocionais e relacionais, podendo influenciar diretamente suas condições de trabalho e saúde ocupacional. Nesse contexto, o presente estudo teve como objetivo analisar, por meio de uma revisão narrativa da literatura, os principais fatores associados ao estresse ocupacional em docentes da Educação Infantil, bem como suas repercussões na saúde mental dos profissionais e na qualidade do processo educativo. A pesquisa foi realizada nas bases de dados SciELO e ERIC, contemplando publicações no período de 2020 a 2025. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 15 estudos compuseram a amostra final de análise. Os resultados evidenciaram que o estresse ocupacional e a *Síndrome de Burnout* em professores da Educação Infantil estão relacionados à interação de fatores individuais, organizacionais e socioculturais. Entre os principais fatores identificados destacam-se a sobrecarga de trabalho, condições inadequadas de infraestrutura, desvalorização profissional, insuficiência de suporte emocional e institucional, além da intensificação das demandas laborais associadas a estereótipos de gênero. Observou-se ainda que o estresse docente exerce impacto direto na qualidade das interações pedagógicas, no planejamento educacional e no clima escolar. A predominância feminina na área também evidencia desigualdades estruturais que contribuem para o aumento do desgaste físico e emocional das profissionais. A análise dos achados demonstra que o adoecimento docente transcende a esfera individual, configurando-se como uma problemática de natureza coletiva e institucional. Dessa forma, políticas públicas voltadas à valorização profissional, à melhoria das condições de trabalho e à implementação de programas de apoio psicológico mostram-se fundamentais para a redução do estresse ocupacional e para a promoção do bem-estar docente. Conclui-se que a compreensão do estresse ocupacional em docentes da Educação Infantil é essencial tanto para a preservação da saúde do trabalhador quanto para a garantia da qualidade da educação, tornando imprescindível o investimento em estratégias institucionais de cuidado e valorização profissional.

Palavras-chave: *Síndrome de Burnout*; Sobrecarga de Trabalho Docente; Saúde Ocupacional; Apoio Psicossocial; Políticas Educacionais.

ABSTRACT

Early Childhood Education represents a stage of basic education that imposes multiple pedagogical, emotional, and relational demands on teachers, which may directly influence their working conditions and occupational health. In this context, the present study aimed to analyze, through an integrative literature review, the main factors associated with occupational stress among Early Childhood Education teachers, as well as its implications for professionals' mental health and the quality of the educational process. The research was conducted using the SciELO and ERIC databases, including publications from 2020 to 2025. After applying the inclusion and exclusion criteria, 15 studies were selected for the final analysis. The findings indicated that occupational stress and *Burnout Syndrome* among Early Childhood Education teachers are related to the interaction of individual, organizational, and sociocultural factors. The most recurrent factors identified include work overload, inadequate infrastructure conditions, professional devaluation, lack of emotional and institutional support, and increased work demands associated with gender stereotypes. The results also demonstrated that teacher stress directly impacts the quality of pedagogical interactions, educational planning, and school climate. The predominance of women in this professional field highlights structural inequalities that contribute to increased physical and emotional exhaustion among teachers. The discussion of findings reveals that teacher illness goes beyond the individual dimension, constituting a collective and institutional issue. Therefore, public policies focused on professional appreciation, improvement of working conditions, and implementation of psychological support programs are essential to reduce occupational stress and promote teacher well-being. It is concluded that understanding occupational stress among Early Childhood Education teachers is fundamental both for preserving workers' health and ensuring educational quality, making investment in institutional care and professional valorization strategies indispensable.

Keywords: *Burnout Syndrome*; Teacher Work Overload; Occupational Health; Psychosocial Support; Educational Policies.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	11
1.1 OBJETIVOS	13
1.1.1 OBJETIVO GERAL	13
1.1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	13
2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	14
2.1 ESTRESSE OCUPACIONAL: CONCEITOS E ABORDAGENS	14
2.2 ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO DOCENTE NA EDUCAÇÃO INFANTIL E SEUS DESAFIOS PROFISSIONAIS	16
2.3 FATORES CONTRIBUINTES E CONSEQUÊNCIAS DO ESTRESSE EM PROFESSORES DA EDUCAÇÃO INFANTIL	18
3 METODOLOGIA	21
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	23
4.1 FATORES INDIVIDUAIS E EMOCIONAIS ASSOCIADOS AO ESTRESSE DOCENTE	26
4.2 FATORES ORGANIZACIONAIS E CONDIÇÕES DE TRABALHO	27
4.3 FATORES SOCIAIS E CONTEXTUAIS	18
4.4 <i>SÍNDROME DE BURNOUT</i> E MEDIDAS MITIGATÓRIAS NO CONTEXTO DA EDUCAÇÃO INFANTIL	29
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	31
REFERÊNCIAS	32

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Fluxograma das etapas metodológicas da pesquisa.....	22
---	-----------

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Características dos artigos incluídos neste estudo, de acordo com autor(es)/ano de publicação, objetivos, método empregado e principais resultados	23
Quadro 2 – Categorização temática dos artigos incluídos na revisão, segundo os principais focos de análise.....	25

1 INTRODUÇÃO

A Educação Infantil é a primeira etapa da educação básica e possui papel estratégico no desenvolvimento humano, pois nela se consolidam aprendizagens essenciais para a vida escolar e social da criança. O docente que atua nesse segmento assume funções que extrapolam a simples transmissão de conteúdos, uma vez que sua prática está profundamente ligada ao cuidado, à socialização e à formação de vínculos afetivos. No entanto, essa atuação, marcada por intensas demandas emocionais e cognitivas, coloca os professores diante de condições que frequentemente favorecem o surgimento de estresse ocupacional (Garcia; Ramos; Silva, 2018).

O estresse ocupacional, de acordo com a literatura em saúde do trabalhador, refere-se ao desgaste físico e psicológico resultante do desequilíbrio entre as exigências laborais e os recursos disponíveis para enfrentá-las (Lipp, 2016). Entre professores da Educação Infantil, esse fenômeno manifesta-se em função de uma série de fatores, como a sobrecarga de turmas numerosas, a escassez de recursos materiais e pedagógicos, a pressão por resultados, a indisciplina e o excesso de burocracias, além da baixa valorização profissional. Quando persistente, o estresse pode desencadear quadros de exaustão emocional, fadiga, ansiedade e *Síndrome de Burnout*, comprometendo tanto a saúde do professor quanto a qualidade do ensino ofertado (Xu; Jiang; Chen, 2023).

Estudos internacionais vêm evidenciando a relevância do tema. He *et al.* (2024) apontam que as habilidades sociais e o suporte institucional são fatores-chave no enfrentamento do estresse e na prevenção da *Síndrome de Burnout* entre docentes da pré-escola. De forma semelhante, Chen *et al.* (2023) identificaram que o comprometimento emocional excessivo pode levar à chamada “fadiga por compaixão”, uma condição que reduz a motivação, afeta o envolvimento pedagógico e amplia a probabilidade de abandono da carreira. Esses achados reforçam a necessidade de analisar o estresse docente não apenas como um problema individual, mas também como um desafio organizacional e social.

No contexto brasileiro, a situação é igualmente preocupante. Rezende Neto (2025) demonstrou, em estudo recente, que professores da Educação Infantil e do Ensino Fundamental I apresentam elevados índices de sintomas relacionados à ansiedade, depressão e exaustão. Entre os fatores contribuintes, destacam-se a precarização das condições de trabalho, a instabilidade de vínculos empregatícios, a dupla jornada e o acúmulo de funções. Tais condições de trabalho expõem os docentes a uma carga emocional desproporcional, resultando em adoecimento físico e mental.

A análise bibliométrica realizada por Garcia, Ramos e Silva (2018) também revela que, embora o tema venha ganhando espaço na produção científica brasileira, ainda há lacunas importantes, especialmente no que se refere a estratégias institucionais para prevenção e intervenção. Esse dado sinaliza que, embora o problema seja reconhecido, sua resolução ainda encontra barreiras, seja pela ausência de políticas públicas consistentes, seja pela falta de investimento em saúde do trabalhador na área da educação.

É importante ressaltar que o estresse ocupacional docente não afeta apenas o professor. Diversos estudos (Gu *et al.*, 2022) destacam que a saúde mental comprometida dos docentes repercute diretamente na qualidade da interação com os alunos, no planejamento das atividades pedagógicas e no ambiente escolar como um todo. Crianças em idade pré-escolar necessitam de um ambiente seguro, acolhedor e estável para que seu processo de desenvolvimento seja pleno. Quando o professor se encontra fragilizado por sobrecarga emocional e falta de suporte, a construção desse ambiente pode ser prejudicada, afetando de forma significativa o processo de aprendizagem e socialização das crianças.

Dessa forma, o estresse ocupacional em professores da Educação Infantil emerge como um problema que transcende a esfera individual, atingindo o coletivo escolar, as famílias e, em última instância, a sociedade. Essa constatação amplia a relevância do tema, justificando a necessidade de pesquisas que busquem compreender os fatores contribuintes e suas consequências, de modo a subsidiar ações de prevenção e promoção da saúde no trabalho.

A problemática que orienta este estudo pode ser assim formulada: *quais os efeitos físicos para a saúde do professor?*

A justificativa para a realização desta pesquisa reside na necessidade de aprofundar a compreensão sobre o adoecimento docente, particularmente em uma etapa tão sensível da educação básica. A análise dos fatores estressores permitirá não apenas mapear os riscos ocupacionais enfrentados por esses profissionais, mas também contribuir para a formulação de estratégias e políticas públicas voltadas à promoção de ambientes escolares mais saudáveis, à valorização da carreira docente e à melhoria da qualidade educacional.

Além disso, por fim, ao reconhecer que o estresse ocupacional é um fenômeno multidimensional envolvendo fatores organizacionais, individuais e sociais este trabalho se insere no campo da Saúde e Segurança do Trabalho, oferecendo subsídios teóricos e práticos para intervenções que visem o bem-estar do trabalhador e o fortalecimento da educação infantil como espaço formativo e humanizado.

1.1 OBJETIVOS

1.1.1 OBJETIVO GERAL

Analisar, por meio de uma revisão de literatura, os fatores individuais, organizacionais e sociais associados ao estresse ocupacional em docentes da Educação Infantil, bem como suas implicações para a saúde do trabalhador.

1.1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Identificar, na produção científica recente, os fatores individuais, organizacionais e sociais relacionados ao estresse ocupacional em professores da Educação Infantil.
- ✓ Analisar os impactos do estresse ocupacional na saúde física e mental dos docentes da Educação Infantil.
- ✓ Refletir sobre estratégias de prevenção e enfrentamento do estresse ocupacional descritas na literatura, visando subsidiar ações voltadas à promoção de ambientes de trabalho mais saudáveis e humanizados.
- ✓ Propor medidas mitigatórias para a prevenção e redução do estresse ocupacional no contexto da Educação Infantil.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 ESTRESSE OCUPACIONAL: CONCEITOS E ABORDAGENS

O estresse ocupacional é compreendido como um processo resultante da interação entre as demandas do trabalho e a capacidade do indivíduo de enfrentá-las. De acordo com o modelo transacional do estresse proposto por Lazarus e Folkman (1984), o fenômeno ocorre quando as exigências ambientais são percebidas como superiores aos recursos pessoais disponíveis, desencadeando respostas físicas, emocionais e psicológicas. No contexto laboral, o estresse relaciona-se diretamente às condições organizacionais, às exigências profissionais e ao suporte oferecido ao trabalhador.

Entre os modelos explicativos do estresse no trabalho, destaca-se o Modelo Demanda–Controle, desenvolvido por Karasek (1979), segundo o qual o adoecimento ocupacional tende a ocorrer quando elevadas demandas psicológicas estão associadas à baixa autonomia e reduzido controle sobre as atividades desempenhadas. Posteriormente, o modelo passou a incorporar o suporte social como elemento protetivo, evidenciando que ambientes com baixo apoio institucional aumentam a vulnerabilidade ao estresse ocupacional.

Complementarmente, o Modelo Demanda–Recursos do Trabalho (Job Demands–Resources – JD-R), proposto por Bakker e Demerouti (2007), amplia essa compreensão ao estabelecer que o equilíbrio entre demandas laborais e recursos disponíveis influencia diretamente o bem-estar do trabalhador. Nesse modelo, demandas excessivas, como sobrecarga de trabalho, pressão emocional e múltiplas responsabilidades favorecem o desgaste psicológico, enquanto recursos organizacionais, como apoio institucional, reconhecimento profissional e condições adequadas de trabalho, atuam como fatores de proteção à saúde ocupacional.

No contexto educacional, especialmente na Educação Infantil, tais condições tornam-se mais evidentes devido à complexidade das funções docentes, que envolvem simultaneamente responsabilidades pedagógicas, emocionais e relacionais. Segundo Xu, Jiang e Chen (2023), a exposição contínua a elevadas demandas emocionais contribui para o desenvolvimento da *Síndrome de Burnout*, definida por Maslach e Jackson (1981) como uma resposta ao estresse ocupacional crônico, caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional.

Estudos recentes apontam níveis expressivos de estresse ocupacional entre professores da Educação Infantil. Rezende Neto (2025) identifica elevada ocorrência de sintomas relacionados à exaustão emocional, ansiedade e sofrimento psicológico, demonstrando que o fenômeno ultrapassa fatores individuais e encontra-se associado às condições estruturais de

trabalho, como sobrecarga laboral, insuficiência de reconhecimento profissional e limitações institucionais.

A literatura evidencia que a relação entre demandas laborais e recursos disponíveis constitui elemento central para a compreensão do estresse ocupacional docente. He *et al.* (2024) observam que a ausência de apoio organizacional intensifica o desgaste emocional e favorece o desenvolvimento da *Síndrome de Burnout*. De modo semelhante, Xu, Jiang e Chen (2023) verificam que professores com baixo suporte institucional e recursos pedagógicos limitados apresentam maiores níveis de esgotamento emocional.

Outro conceito relevante discutido na literatura refere-se à fadiga por compaixão, definida por Figley (1995) como o esgotamento emocional decorrente do envolvimento contínuo com o sofrimento e as necessidades de cuidado de outras pessoas. No ambiente escolar, especialmente na Educação Infantil, o contato permanente com demandas afetivas e sociais das crianças pode favorecer a internalização de tensões emocionais, contribuindo para o adoecimento psicológico docente (Chen *et al.*, 2023).

No contexto brasileiro, Garcia, Ramos e Silva (2018) identificaram lacunas na implementação de estratégias institucionais voltadas à prevenção do estresse em professores da Educação Infantil, destacando que a ausência de programas sistemáticos de apoio limita a capacidade das instituições educacionais em enfrentar o adoecimento relacionado ao trabalho e prevenir a *Síndrome de Burnout*.

Gu, Tian, Yang e Wang (2024) reforçam que intervenções institucionais, como identificação precoce de fatores de risco, fortalecimento do suporte organizacional e programas de acompanhamento psicológico, apresentam impacto significativo na redução do estresse ocupacional. Assim, o fenômeno passa a ser compreendido como resultado da interação dinâmica entre demandas profissionais, recursos organizacionais e características individuais, conforme proposto pelo modelo JD-R.

A intensidade das respostas ao estresse pode variar conforme a percepção individual e os mecanismos de enfrentamento disponíveis. Xu, Jiang e Chen (2023) destacam que ambientes com recursos limitados e baixo apoio institucional favorecem o esgotamento emocional, a redução da satisfação profissional e o desenvolvimento da *Síndrome de Burnout*, evidenciando a importância de estratégias preventivas voltadas à promoção da saúde do trabalhador docente.

Dessa forma, compreender o estresse ocupacional em docentes da Educação Infantil exige a articulação entre modelos teóricos explicativos e evidências empíricas, possibilitando a construção de intervenções institucionais capazes de promover ambientes laborais mais saudáveis e sustentáveis.

2.2 ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO DOCENTE NA EDUCAÇÃO INFANTIL E SEUS DESAFIOS PROFISSIONAIS

O trabalho docente na Educação Infantil apresenta características singulares, que combinam dimensões pedagógicas, afetivas e de cuidado. Para além da função de transmitir conhecimentos, os professores são responsáveis por criar vínculos afetivos e oferecer suporte integral ao desenvolvimento físico, emocional e cognitivo das crianças. Essa multiplicidade de funções amplia as exigências laborais e, conseqüentemente, os riscos de desgaste psicossocial. Segundo Moura e Santos (2022), a docência nesse nível demanda uma postura holística, em que afeto e ensino são indissociáveis, tornando o cotidiano profissional especialmente complexo.

As demandas emocionais se destacam como um dos maiores desafios do exercício docente na Educação Infantil. Professores lidam diariamente com as necessidades de crianças em fase de desenvolvimento intenso, o que exige paciência, empatia e regulação emocional constante. Um estudo de Pereira e Ramos (2020) demonstra que a carga afetiva, somada à responsabilidade de responder a diferentes ritmos de aprendizagem, está diretamente associada a sintomas de estresse e ansiedade entre educadores. Essa realidade confirma que o trabalho pedagógico não pode ser dissociado de um elevado investimento emocional.

Outro aspecto fundamental refere-se às demandas cognitivas. O planejamento de atividades, a mediação de conflitos e a constante necessidade de criatividade para manter o engajamento infantil exigem alto nível de preparo e energia mental. De acordo com Tadeu e Lopes (2025), a intensidade dessas exigências compromete a capacidade de recuperação psicológica, contribuindo para a exaustão emocional que frequentemente acomete esses profissionais. Assim, a docência na Educação Infantil se configura como uma atividade de alta demanda cognitiva e emocional, com repercussões diretas na saúde do trabalhador.

No Brasil, o trabalho docente nessa etapa da educação básica é marcado por condições de precarização e desvalorização social. A baixa remuneração, a sobrecarga de atividades extraclasse e a carência de recursos pedagógicos impactam negativamente a motivação e a qualidade de vida dos professores. Silva *et al.*, (2021) ressaltam que a ausência de políticas de valorização profissional tem consolidado um cenário de vulnerabilidade laboral, no qual a docência se torna cada vez menos atrativa. Esse quadro amplia os riscos de estresse ocupacional e de afastamento por adoecimento mental.

A precarização também se manifesta na falta de infraestrutura adequada e no acúmulo de funções. Muitos professores da Educação Infantil, além de ensinar, precisam desempenhar

tarefas de cuidado físico, como alimentação e higiene, sem suporte institucional suficiente. Conforme aponta Rezende Neto (2025), a sobreposição de funções pedagógicas e assistenciais intensifica a sensação de esgotamento e limita a dedicação ao planejamento pedagógico, reduzindo a qualidade do processo educativo.

Estudos recentes têm evidenciado que o contexto brasileiro de vulnerabilidade docente não se restringe ao campo econômico, mas se estende à desvalorização simbólica da profissão. Segundo Gomes e Araújo (2022), à docência na Educação Infantil ainda é vista como uma extensão do cuidado materno, o que contribui para a sua menor valorização social e profissional. Essa percepção, além de reforçar estereótipos de gênero, fragiliza o reconhecimento da complexidade técnica e científica da profissão docente.

A pandemia da Doença do Coronavírus 2019 - COVID-19 - agravou ainda mais essas vulnerabilidades. Professores da Educação Infantil tiveram que adaptar suas práticas a contextos remotos ou híbridos, muitas vezes sem preparo ou recursos tecnológicos adequados. Ramos et al. (2023) identificaram um aumento significativo nos relatos de exaustão emocional e dificuldades de engajamento durante o período pandêmico, sobretudo entre docentes de creches e pré-escolas. Essa conjuntura reforça a necessidade de suporte institucional e de investimentos em políticas públicas de saúde ocupacional.

Outro fator crítico é a discrepância entre as demandas impostas pela legislação educacional e a ausência de condições práticas para cumpri-las. De acordo com Carvalho e Pinheiro (2021), os documentos normativos da Educação Infantil no Brasil estabelecem objetivos amplos e complexos, mas não garantem os recursos e formações necessários para sua efetivação. Essa dissonância aumenta a sensação de impotência dos docentes e contribui para a intensificação do estresse ocupacional.

Nesse cenário, a literatura contemporânea tem destacado a importância de políticas públicas voltadas para o bem-estar docente. Tang, Raffone e Wong (2025) argumentam que medidas institucionais de suporte emocional, como acompanhamento psicológico, formação continuada e melhoria das condições de trabalho, são fundamentais para reduzir os riscos psicossociais e fortalecer a resiliência dos professores. Essas ações não apenas preservam a saúde ocupacional, mas também qualificam o processo pedagógico.

Dessa forma, compreender as especificidades do trabalho docente na Educação Infantil é essencial para explicar o estresse ocupacional vivenciado por esses profissionais. A articulação entre múltiplas funções, demandas cognitivas e emocionais intensas, precarização estrutural e desvalorização social cria um ambiente propício ao adoecimento. Portanto, investir em melhores condições de trabalho e em políticas de valorização não é apenas uma medida de

justiça social, mas também um requisito para assegurar a qualidade da educação oferecida às crianças e para preservar a saúde e o bem-estar dos educadores (PEREIRA; RAMOS, 2020).

2.3 FATORES CONTRIBUINTES E CONSEQUÊNCIAS DO ESTRESSE EM PROFESSORES DA EDUCAÇÃO INFANTIL

O estresse ocupacional em professores da educação infantil tem se tornado uma preocupação central no campo educacional e na saúde do trabalhador. Essa etapa de ensino, apesar de fundamental para o desenvolvimento cognitivo, emocional e social das crianças, apresenta características que expõem os docentes a elevados níveis de pressão. A literatura aponta que a sobrecarga de trabalho, a indisciplina das crianças, a falta de recursos materiais e pedagógicos, bem como a baixa valorização social da profissão, configuram-se como fatores contribuintes significativos para o aumento do estresse entre esses profissionais (Rezende Neto, 2025).

A sobrecarga aparece como um dos elementos mais críticos, visto que o trabalho do professor de educação infantil ultrapassa as atividades em sala de aula. Além do cuidado direto com as crianças, que exige atenção constante, o docente acumula funções administrativas, relatórios, planejamentos e reuniões pedagógicas. Esses múltiplos papéis resultam em jornadas extenuantes e pouco equilibradas, que, em muitos casos, extrapolam o horário escolar. Pesquisas recentes destacam que esse acúmulo está diretamente associado a altos níveis de estresse e ao desenvolvimento de *Síndrome de Burnout* (Xu; Jiang; Chen, 2023).

De acordo com Carvalho (2017), outro fator identificado é a indisciplina ou, de maneira mais ampla, os desafios relacionados ao manejo do comportamento infantil. Professores da educação infantil precisam lidar com manifestações emocionais intensas, dificuldades de socialização e conflitos frequentes entre as crianças. A necessidade de responder de forma imediata e contínua a essas demandas, muitas vezes sem apoio suficiente, eleva a carga emocional do trabalho, aumentando a exaustão e reduzindo a capacidade de o professor oferecer respostas sensíveis e consistentes.

Para o mesmo autor, a carência de recursos também se mostra um fator determinante para o aumento do estresse docente. A falta de materiais didáticos adequados, espaços físicos apropriados e suporte pedagógico impacta diretamente o planejamento e a execução de atividades educativas. Quando o professor não dispõe dos meios necessários para desempenhar sua função com qualidade, surgem sentimentos de frustração e impotência, que contribuem para a insatisfação profissional e para o desgaste emocional (Carvalho, 2017).

De acordo com Viegas (2022), soma-se a esses fatores a baixa valorização social e econômica da profissão docente. A percepção de desvalorização por parte da sociedade, associada à remuneração insuficiente, reforça um ciclo de desmotivação e descontentamento, o que leva muitos professores a considerar o abandono da carreira. Estudos recentes evidenciam que essa falta de reconhecimento social constitui não apenas uma fonte de estresse, mas também um dos principais motivos para a alta rotatividade entre profissionais da educação infantil.

As consequências do estresse vão além do ambiente profissional, atingindo de maneira significativa a saúde física e mental dos docentes. Pesquisas mostram que professores submetidos a altos níveis de estresse apresentam sintomas físicos como cefaleias, distúrbios do sono, problemas gastrointestinais e fadiga crônica. Em níveis mais avançados, o estresse crônico contribui para alterações hormonais, processos inflamatórios e distúrbios de voz, comuns em profissionais que fazem uso constante da fala (Santos; Oliveira, 2024).

No campo da saúde mental, os impactos mais relatados são ansiedade, depressão, exaustão emocional e *Síndrome de Burnout*. A *Síndrome de Burnout*, caracterizada pela sensação de esgotamento físico e emocional, pela despersonalização e pela redução da realização profissional, aparece com frequência em estudos sobre professores da educação infantil. Além disso, a literatura também aponta para a fadiga por compaixão, condição que se desenvolve quando o docente, constantemente exposto às demandas emocionais das crianças, passa a vivenciar sentimentos de desgaste afetivo e dificuldade em manter vínculos empáticos (Santos; Oliveira, 2024).

Esses impactos repercutem diretamente na prática pedagógica e na qualidade da educação oferecida. Professores estressados tendem a apresentar menor capacidade de responder de forma acolhedora e sensível às necessidades emocionais das crianças, reduzindo a qualidade do suporte socioemocional em sala. Além disso, o clima da sala de aula pode se tornar mais rígido e menos democrático, limitando a criatividade, a autonomia infantil e o desenvolvimento de relações positivas (Buettner *et al.*, 2016).

De acordo com Silva; Pereira e Costa (2023) ponto de vista pedagógico, o estresse compromete a motivação, a inovação no planejamento e a capacidade de mediação dos conteúdos, resultando em um ensino menos eficaz. Também aumenta as chances de afastamentos, absenteísmo e rotatividade docente, que prejudicam a continuidade dos vínculos estabelecidos com as crianças. Essa instabilidade, por sua vez, pode afetar negativamente a aprendizagem e o desenvolvimento socioemocional infantil, visto que a relação afetiva com o professor constitui base essencial no processo educativo.

Diante disto, pode - se salientar que o estresse docente na educação infantil não deve ser compreendido apenas como um problema individual, mas como uma questão estrutural, que impacta simultaneamente à saúde dos profissionais, a qualidade do ensino e, conseqüentemente, o desenvolvimento integral das crianças. O reconhecimento dos fatores contribuintes e das conseqüências associadas é um passo fundamental para a formulação de políticas públicas e estratégias institucionais que promovam melhores condições de trabalho, valorização profissional e apoio psicossocial aos docentes (Silva; Pereira; Costa, 2023).

O panorama apresentado evidencia que o estresse ocupacional entre professores da Educação Infantil está diretamente associado às demandas emocionais, cognitivas e estruturais que permeiam a prática docente. Não se trata apenas de um fenômeno individual, mas de uma questão multifatorial que reflete as condições de trabalho e a insuficiência de políticas de suporte adequadas (Xu; Jiang; Chen, 2023). Assim, torna-se imprescindível reconhecer que a saúde do professor e a qualidade da educação caminham juntas.

Além disso, os estudos analisados apontam que a precarização do trabalho docente, somada à desvalorização social e à ausência de infraestrutura, agrava significativamente os níveis de estresse e *Síndrome de Burnout*. A docência na Educação Infantil exige uma dedicação que extrapola os limites da sala de aula, alcançando o cuidado integral com as crianças, o que reforça ainda mais a sobrecarga enfrentada por esses profissionais (Santos; Silva, 2024)

Os impactos desse processo não recaem apenas sobre os professores, mas reverberam diretamente no ambiente escolar e no desenvolvimento infantil. Crianças expostas a contextos educativos marcados por desgaste docente podem ter sua aprendizagem e seu desenvolvimento socioemocional prejudicados, o que revela a dimensão coletiva e social do problema. Portanto, investir no bem-estar do professor é, também, investir na qualidade da educação oferecida às novas gerações (He *et al.*, 2024;).

Dessa forma, compreender as raízes e conseqüências do estresse ocupacional em professores da Educação Infantil é um passo essencial para a formulação de estratégias efetivas de prevenção e intervenção. Políticas públicas de valorização, suporte institucional e programas de saúde ocupacional podem se configurar como caminhos promissores para reduzir a vulnerabilidade desses profissionais e fortalecer tanto a prática docente quanto o sistema educacional como um todo (Gu *et al.*, 2024).

3 METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão narrativa da literatura, com abordagem qualitativa e caráter descritivo-analítico, desenvolvida com o objetivo de reunir, analisar e discutir produções científicas relacionadas ao estresse ocupacional em docentes da Educação Infantil. Esse tipo de revisão possibilita a análise crítica do conhecimento já produzido sobre determinado fenômeno, permitindo a identificação de tendências teóricas, lacunas científicas e contribuições relevantes para futuras investigações (Broome, 2017).

A condução do estudo ocorreu por meio de etapas sistematizadas, compreendendo: definição do tema e da questão norteadora da pesquisa, escolha das bases de dados, estabelecimento dos descritores e dos critérios de inclusão e exclusão, realização da busca bibliográfica, seleção dos estudos, extração das informações relevantes e síntese analítica dos achados, conforme recomendações metodológicas descritas por Lockwood et al. (2017). Embora não se configure como revisão sistemática ou integrativa, buscou-se garantir rigor metodológico e transparência na descrição das etapas realizadas.

A busca bibliográfica foi realizada nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Education Resources Information Center (ERIC), selecionadas em virtude de sua relevância para as áreas da educação e da saúde do trabalhador. Foram utilizados descritores em português e inglês, combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR, incluindo: “estresse ocupacional”, “professores”, “educação infantil”, “saúde do trabalhador”, “*Síndrome de Burnout*” e “trabalho docente”, bem como seus correspondentes em língua inglesa (*occupational stress, teachers, early childhood education, occupational health e Burnout syndrome*).

Como critérios de inclusão, foram considerados:

- a) artigos científicos publicados entre 2020 e 2025;
- b) estudos disponíveis na íntegra;
- c) publicações nos idiomas português ou inglês;
- d) pesquisas que abordassem o estresse ocupacional ou a Síndrome de Burnout em docentes da Educação Infantil.

Foram excluídos estudos duplicados, trabalhos que não apresentavam relação direta com o tema investigado, pesquisas voltadas a outros níveis de ensino e publicações cujo texto completo não estava disponível para análise.

Inicialmente, foram identificados 30 estudos, sendo 18 provenientes da base SciELO e 12 da ERIC. Após a remoção de três registros duplicados, permaneceram 27 artigos para a etapa

de triagem por meio da leitura de títulos e resumos. Nessa fase, sete estudos foram excluídos por não atenderem ao escopo temático da pesquisa, resultando em 20 artigos selecionados para leitura na íntegra. Após análise completa, cinco estudos foram excluídos por não atenderem aos critérios estabelecidos, totalizando 15 artigos incluídos na síntese final.

O gerenciamento das referências foi realizado com o auxílio do software EndNote, utilizado para organização dos registros e identificação de duplicidades. A extração dos dados contemplou informações referentes aos autores, ano de publicação, objetivos, delineamento metodológico, fatores associados ao estresse ocupacional, impactos identificados e estratégias de enfrentamento descritas. Posteriormente, os achados foram organizados por similaridade temática e agrupados nas dimensões individuais, organizacionais e sociais, possibilitando a análise crítica e a interpretação dos resultados apresentados neste estudo.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A presente revisão teve como finalidade reunir e analisar estudos científicos publicados no período de 2020 a 2025 que investigam o estresse ocupacional, a *Síndrome de Burnout* e os fatores psicossociais associados ao trabalho docente na Educação Infantil, buscando compreender seus principais fatores desencadeantes, manifestações e estratégias de enfrentamento descritas na literatura.

O Quadro 1 apresenta a caracterização dos estudos incluídos na revisão, contemplando autores, ano de publicação, objetivos, delineamento metodológico e principais resultados identificados. Essa sistematização possibilita a visualização das evidências científicas recentes relacionadas ao estresse ocupacional docente, contribuindo para a análise comparativa dos achados e para a discussão das principais tendências observadas na produção científica sobre o tema.

Quadro 1 – Características dos artigos incluídos neste estudo, de acordo com autor(es)/ano de publicação, objetivos, método empregado e principais resultados

Autor(es)/Ano da Publicação	Objetivos	Método Empregado	Principais Resultados
Raviv; Cohen; Levy, (2024)	Avaliar a influência da supervisão e do apoio institucional na prevenção do <i>Burnout</i> .	Estudo experimental.	Suporte organizacional reduz significativamente o esgotamento e aumenta a resiliência docente.
Jeon et al. (2024)	Investigar estresse, <i>Burnout</i> e sintomas depressivos em professores de Educação Infantil.	Estudo comparativo com escalas padronizadas.	O <i>Burnout</i> apresentou correlação significativa com sintomas depressivos e intenção de desistência da carreira.
Diehl (2024)	Compreender os principais estressores ocupacionais percebidos por docentes.	Pesquisa qualitativa com entrevistas semiestruturadas.	Sobrecarga de tarefas, turmas numerosas e conflitos interpessoais são os principais estressores relatados.
Trauernicht et al. (2023)	Avaliar a exaustão emocional de educadores e a qualidade do atendimento.	Estudo longitudinal com observações de centros educacionais.	A exaustão docente impacta negativamente a qualidade das interações com as crianças.
Ntim et al. (2023)	Examinar a relação entre trabalho emocional e <i>Burnout</i> .	Estudo quantitativo em contexto internacional.	A expressão emocional constante sem apoio institucional amplia o risco de <i>Burnout</i>
Ramos et al. (2023)	Analisar fatores associados à Síndrome de <i>Burnout</i> em professores da educação básica.	Estudo transversal com questionário validado.	Identificou alta prevalência de exaustão emocional e despersonalização entre docentes da Educação Infantil.

Pinheiro; Pereira, (2023)	Investigar a intensificação laboral e as questões de gênero em professoras da Educação Infantil.	Estudo de caso qualitativo.	A intensificação das tarefas e a sobrecarga emocional são reforçadas por estereótipos de gênero e falta de apoio institucional.
Pinho et al. (2023)	Analisar a relação entre gênero e saúde mental entre professores.	Levantamento quantitativo nacional.	As mulheres, maioria na Educação Infantil, apresentaram maior vulnerabilidade ao estresse ocupacional.
Fernandes et al. (2022)	Compreender a relação entre trabalho docente e saúde de professoras da Educação Infantil.	Pesquisa qualitativa com entrevistas.	Aponta desgaste físico e emocional como reflexo de condições precárias e carga horária excessiva.
Souza; Lima (2022)	Analisar condições de trabalho docente na Educação Infantil durante a pandemia.	Estudo documental e entrevistas.	Evidenciou o agravamento do estresse e ansiedade devido ao ensino remoto e às novas demandas digitais.
Stein et al. (2022)	Relacionar estresse docente e qualidade do cuidado na Educação Infantil.	Revisão de literatura internacional.	Altos níveis de estresse docente reduzem a sensibilidade pedagógica e a qualidade do cuidado infantil.
Silva et al. (2021)	Comparar o <i>Burnout</i> entre professores da rede pública e privada.	Estudo comparativo.	Professores da rede pública apresentaram maior incidência de <i>Burnout</i> devido à sobrecarga e à falta de recursos.
Pereira; Ramos (2020)	Relacionar <i>Burnout</i> e autoeficácia em professoras da Educação Infantil.	Estudo transversal com escala MBI-ES.	Menor percepção de autoeficácia esteve associada a maior exaustão emocional e sentimentos de sobrecarga profissional.
Lourenço (2020)	Avaliar a relação entre presenteísmo, <i>Burnout</i> e fatores organizacionais.	Estudo de abordagem mista.	O presenteísmo está associado ao aumento dos sintomas de <i>Burnout</i> e à redução da autoeficácia docente.
Deffaveri (2020)	Investigar sintomas de ansiedade e estresse em professores brasileiros.	Estudo quantitativo correlacional.	Professores da Educação Infantil apresentaram maiores níveis de estresse e ansiedade em comparação a outros níveis de ensino.

Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

A análise dos estudos selecionados evidencia que a sobrecarga de trabalho, a insuficiência de reconhecimento profissional, as condições inadequadas de infraestrutura, a dupla jornada laboral e a limitada oferta de apoio psicológico e institucional configuram fatores recorrentes associados ao estresse ocupacional e ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout entre docentes da Educação Infantil. Além disso, investigações recentes destacam a influência

das questões de gênero nesse contexto, considerando que a docência na Educação Infantil é exercida predominantemente por mulheres, o que contribui para o acúmulo de responsabilidades profissionais e domésticas, ampliando o desgaste físico e emocional dessas profissionais (Pinheiro; Pereira, 2023; Pinho et al., 2023).

Tais características não emergem de forma isolada, mas estão relacionadas ao processo histórico e social de constituição do trabalho docente na Educação Infantil. Tradicionalmente associada ao cuidado e à maternagem, essa etapa educacional foi socialmente vinculada a atributos considerados femininos, como afetividade, dedicação e cuidado, o que contribuiu para a naturalização da sobrecarga laboral e para a menor valorização profissional da categoria.

Esse processo histórico repercute na organização atual do trabalho docente, marcada pela ampliação de funções que extrapolam o ensino, incluindo responsabilidades assistenciais, emocionais e administrativas, frequentemente desempenhadas sem suporte institucional adequado. Como consequência, observa-se a intensificação das demandas ocupacionais e o aumento da vulnerabilidade ao estresse ocupacional e à *Síndrome de Burnout*.

Para aprofundar a compreensão dos achados, os artigos analisados foram organizados em categorias temáticas (Quadro 2), com o objetivo de evidenciar os principais enfoques presentes na literatura recente e possibilitar uma análise sistematizada dos fatores associados ao estresse ocupacional docente.

Quadro 2 – Categorização temática dos artigos incluídos na revisão, segundo os principais focos de análise

Categoria Temática	Artigos Correspondentes	Descrição
1. Fatores individuais e emocionais associados ao estresse docente	Pereira; Ramos (2020); Pinho <i>et al.</i> (2023); Diehl (2024); Jeon <i>et al.</i> (2024)	Investigam aspectos pessoais e emocionais que influenciam a vulnerabilidade ao estresse, como autoeficácia, gênero e sintomas depressivos.
2. Fatores organizacionais e condições de trabalho	Ramos <i>et al.</i> (2023); Lourenço (2020); Fernandes <i>et al.</i> (2022); Silva <i>et al.</i> (2021); Souza; Lima (2022)	Enfatizam sobrecarga laboral, falta de recursos, precarização das condições de trabalho e impacto da pandemia.
3. Fatores sociais e contextuais	Pinheiro; Pereira (2023); Ntim <i>et al.</i> (2023); Trauernicht <i>et al.</i> (2023); Raviv <i>et al.</i> (2024); Stein <i>et al.</i> (2022)	Discutem o papel do reconhecimento social, das relações interpessoais e do suporte institucional na manutenção do bem-estar docente.

Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

A análise das produções científicas selecionadas permitiu identificar diferentes perspectivas sobre o estresse ocupacional e a *Síndrome de Burnout* entre docentes da Educação Infantil, revelando a complexidade e a multidimensionalidade do fenômeno. Observou-se que,

embora os estudos abordem contextos socioculturais e metodológicos variados, há consenso quanto ao impacto significativo das condições de trabalho, das demandas emocionais e da ausência de suporte institucional sobre a saúde mental dos professores. A docência na primeira infância, por envolver intenso investimento afetivo e constante interação interpessoal, emerge como uma das áreas mais suscetíveis ao desgaste emocional e ao adoecimento psíquico.

Os resultados também evidenciam que o estresse docente não se restringe a aspectos individuais, mas reflete uma rede de fatores estruturais, sociais e organizacionais que influenciam diretamente o bem-estar e a qualidade do exercício profissional. A precarização das condições de trabalho, a sobrecarga de tarefas e o reconhecimento insuficiente configuram-se como elementos recorrentes, reforçando a necessidade de políticas educacionais que contemplem o cuidado integral com a saúde do trabalhador da educação. Nesse sentido, compreender as causas e manifestações do estresse ocupacional entre docentes da Educação Infantil é fundamental para o delineamento de estratégias preventivas e de promoção da saúde mental no ambiente escolar.

A categorização temática apresentada no Quadro 2 possibilitou organizar a discussão dos resultados em três eixos analíticos interdependentes: (1) fatores individuais e emocionais associados ao estresse docente, (2) fatores organizacionais e condições de trabalho, e (3) fatores sociais e contextuais. Essa divisão busca favorecer uma compreensão integrada do fenômeno, evidenciando as múltiplas dimensões que atravessam o cotidiano docente e suas implicações para a qualidade do ensino e para o bem-estar psicológico dos profissionais. A seguir, são discutidas as principais contribuições de cada categoria, com base nos estudos analisados e na literatura recente sobre o tema.

4.1 Fatores individuais e emocionais associados ao estresse docente

Os fatores individuais e emocionais exercem papel central na compreensão do estresse ocupacional entre docentes da Educação Infantil, uma vez que as demandas afetivas e relacionais da prática pedagógica se somam às pressões institucionais e sociais. Estudos recentes apontam que o estresse docente é influenciado por variáveis intrínsecas, como autoeficácia, traços de personalidade e estratégias de enfrentamento (Pereira; Ramos, 2020; Jeon *et al.*, 2024). Segundo Diehl (2024), a percepção de sobrecarga e a dificuldade em lidar com situações de conflito no ambiente escolar contribuem significativamente para o desgaste emocional e para o sentimento de ineficácia profissional.

A pesquisa de Pinho *et al.* (2023) evidencia que as mulheres, que compõem a maioria da força de trabalho na Educação Infantil, demonstram maior vulnerabilidade ao estresse e à

Síndrome de Burnout devido à sobreposição de papéis sociais e profissionais. Esse dado reforça o caráter de gênero do adoecimento docente, uma vez que o exercício da docência infantil é frequentemente associado a expectativas de cuidado, paciência e abnegação. Jeon *et al.* (2024) corroboram essa perspectiva ao demonstrarem que a combinação de exaustão emocional e sintomas depressivos está associada à intenção de abandonar a carreira, revelando uma tendência preocupante de evasão profissional motivada pelo sofrimento psíquico.

A dimensão emocional da docência na Educação Infantil é amplamente marcada pela necessidade de gerir emoções intensas no convívio diário com as crianças e suas famílias. Nesse sentido, Pereira e Ramos (2020) destacam que baixos níveis de autoeficácia estão fortemente correlacionados à exaustão emocional e à sensação de impotência diante das adversidades. Esse achado reforça a importância de programas institucionais voltados ao fortalecimento da confiança profissional e ao desenvolvimento de competências socioemocionais entre docentes.

De forma convergente, Diehl (2024) aponta que o reconhecimento das próprias limitações e o investimento em práticas de autocuidado podem reduzir o impacto dos estressores ocupacionais, ainda que tais estratégias dependam de condições organizacionais favoráveis. Assim, observa-se que o estresse docente não é apenas uma consequência de fatores externos, mas também de vulnerabilidades emocionais e identitárias que atravessam o exercício da profissão. Em síntese, os fatores individuais e emocionais configuram-se como dimensões essenciais para a compreensão do adoecimento psíquico docente, exigindo intervenções integradas que contemplem tanto o suporte institucional quanto o desenvolvimento pessoal.

4.2 Fatores organizacionais e condições de trabalho

A literatura recente evidencia que os fatores organizacionais são determinantes na gênese e na manutenção do estresse ocupacional e do *Burnout* docente. A sobrecarga de trabalho, as condições precárias de infraestrutura e a ausência de apoio institucional emergem como elementos recorrentes nos estudos analisados (Ramos *et al.*, 2023; Fernandes *et al.*, 2022; Silva *et al.*, 2021). Segundo Lourenço (2020), a intensificação do ritmo de trabalho e a pressão por resultados geram o fenômeno do presenteísmo, caracterizado pela presença física do professor, mas com redução significativa do engajamento e da produtividade.

Durante a pandemia de COVID - 19, a precarização das condições de trabalho foi agravada, sobretudo pela transição repentina para o ensino remoto. Souza e Lima (2022) destacam que o acúmulo de novas demandas tecnológicas, aliado à ausência de suporte técnico e emocional, resultou em níveis elevados de ansiedade, insegurança e exaustão. Essa conjuntura

revelou as fragilidades estruturais do sistema educacional, especialmente nas redes públicas, onde a falta de recursos tecnológicos e humanos acentuou o sofrimento docente.

Silva *et al.* (2021) reforçam que professores da rede pública apresentam maior prevalência de *Burnout* em comparação à rede privada, devido à sobrecarga administrativa e ao número elevado de alunos por turma. Fernandes *et al.* (2022) acrescentam que o desgaste físico e emocional também é intensificado por jornadas duplas e pela carência de espaços adequados para planejamento pedagógico e descanso. Tais condições de trabalho desfavoráveis comprometem não apenas a saúde mental do professor, mas também a qualidade do ensino ofertado às crianças.

Os estudos analisados convergem para a compreensão de que o adoecimento docente não é um fenômeno individual, mas um produto das relações de trabalho e da estrutura institucional que organiza o cotidiano escolar. Assim, políticas públicas voltadas à valorização profissional, à redução da carga horária e ao fortalecimento do suporte organizacional são medidas fundamentais para prevenir o *Burnout* e promover o bem-estar docente. O ambiente de trabalho, portanto, configura-se como uma dimensão estratégica na promoção da saúde mental dos profissionais da Educação Infantil.

4.3 Fatores sociais e contextuais

A análise dos fatores sociais e contextuais amplia a compreensão do estresse ocupacional docente, evidenciando que o adoecimento é também um fenômeno coletivo e relacional. As interações entre colegas, gestores, famílias e comunidade exercem influência significativa sobre o bem-estar emocional dos professores (Raviv *et al.*, 2024; Ntim *et al.*, 2023). Estudos recentes apontam que a ausência de reconhecimento social e a falta de suporte institucional reforçam sentimentos de desvalorização e isolamento entre educadores (Pinheiro; Pereira, 2023; Trauernicht *et al.*, 2023).

Segundo Ntim *et al.* (2023), a necessidade constante de expressar emoções positivas, mesmo em contextos de adversidade, caracteriza um tipo de “trabalho emocional” que, quando não acompanhado de suporte institucional, aumenta o risco de *Burnout*. Raviv, Cohen e Levy (2024) confirmam que o suporte organizacional efetivo, por meio da supervisão, feedback construtivo e redes de apoio, atua como fator protetor contra a exaustão emocional, fortalecendo o senso de pertencimento e resiliência docente.

A pesquisa de Trauernicht *et al.* (2023) demonstra que a exaustão emocional impacta diretamente a qualidade das interações pedagógicas, reduzindo a sensibilidade e o engajamento dos professores com as crianças. De forma semelhante, Stein *et al.* (2022) evidenciam que altos

níveis de estresse comprometem o cuidado afetivo, prejudicando o desenvolvimento infantil e a relação pedagógica. Esses achados reforçam a interdependência entre o bem-estar docente e a qualidade educacional.

Pinheiro e Pereira (2023) enfatizam ainda que o contexto social e de gênero influencia a percepção do trabalho docente, uma vez que a profissão é historicamente marcada pela feminização e pela naturalização do cuidado como extensão do papel materno. Essa condição sociocultural contribui para a invisibilização do sofrimento docente e para a sobrecarga emocional das professoras. Assim, os fatores sociais e contextuais configuram-se como dimensões estruturantes do estresse ocupacional, exigindo abordagens institucionais e políticas públicas que reconheçam o valor social da docência e promovam ambientes escolares mais saudáveis, colaborativos e humanizados.

De modo geral, os resultados apresentados reafirmam que o estresse ocupacional e a *Síndrome de Burnout* entre docentes da Educação Infantil constituem fenômenos complexos, interligando dimensões pessoais, institucionais e socioculturais. As evidências reunidas nesta revisão demonstram que o sofrimento psíquico docente é resultado de uma combinação de fatores, como sobrecarga laboral, demandas emocionais intensas, falta de reconhecimento e precarização das condições de trabalho, que comprometem o equilíbrio entre as exigências da profissão e a capacidade de enfrentamento dos professores.

A literatura recente aponta ainda que a docência na primeira infância exige não apenas preparo técnico, mas também um suporte emocional e organizacional contínuo, capaz de sustentar práticas pedagógicas saudáveis e significativas. Assim, compreender o estresse docente nessa etapa da educação básica é reconhecer que a qualidade do ensino está diretamente vinculada à saúde mental e ao bem-estar dos profissionais que o constroem cotidianamente.

4.4 Síndrome de Burnout e medidas mitigatórias no contexto da Educação Infantil

A análise das evidências científicas destaca a necessidade de discutir de forma específica a *Síndrome de Burnout* como uma das principais consequências do estresse ocupacional crônico entre docentes da Educação Infantil. Caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional, essa síndrome constitui um importante indicador de adoecimento relacionado ao trabalho, afetando diretamente o desempenho profissional, as relações pedagógicas e a permanência na carreira docente (Maslach; Jackson; Leiter, 2001; Carlotto, 2011).

No contexto da Educação Infantil, a *Síndrome de Burnout* tende a manifestar-se de maneira progressiva em decorrência da exposição contínua a elevadas demandas emocionais, sobrecarga laboral e insuficiência de recursos institucionais. A necessidade constante de atenção, cuidado e regulação emocional no trabalho com crianças pequenas intensifica o desgaste psicológico, especialmente quando associada à ausência de reconhecimento profissional e ao suporte organizacional limitado (Carlotto; Câmara, 2019). Estudos recentes apontam que professores acometidos por níveis elevados de exaustão emocional apresentam redução do engajamento pedagógico, dificuldades na gestão de sala de aula e maior propensão ao afastamento laboral (Pinho et al., 2023; Pinheiro; Pereira, 2023).

Diante desse cenário, a literatura enfatiza a importância da implementação de medidas mitigatórias, compreendidas como estratégias voltadas à prevenção e redução dos impactos do estresse ocupacional e da *Síndrome de Burnout*. Entre as principais ações destacam-se a promoção de programas institucionais de apoio psicológico, a oferta de formação continuada voltada ao desenvolvimento de competências socioemocionais, a melhoria das condições de trabalho e a criação de espaços coletivos de escuta e apoio entre docentes (Tardif; Lessard, 2014; Oliveira; Vieira, 2012).

Além das intervenções organizacionais, medidas individuais também são apontadas como relevantes, incluindo práticas de autocuidado, fortalecimento da resiliência emocional e desenvolvimento de estratégias de enfrentamento saudáveis. Contudo, estudos indicam que tais iniciativas somente produzem efeitos sustentáveis quando acompanhadas por políticas institucionais e educacionais que promovam valorização profissional, condições adequadas de trabalho e suporte organizacional contínuo (Bakker; Demerouti, 2017; Carlotto, 2011).

Assim, a prevenção da *Síndrome de Burnout* no contexto da Educação Infantil demanda uma abordagem integrada, envolvendo gestores escolares, sistemas educacionais e políticas públicas voltadas à saúde do trabalhador docente. Investir no bem-estar profissional configura-se como estratégia essencial não apenas para a proteção da saúde mental dos professores, mas também para a garantia da qualidade das práticas pedagógicas e do desenvolvimento integral das crianças (Maslach; Leiter, 2016; Bakker; Demerouti, 2017).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo teve como objetivo geral analisar, por meio de uma revisão de literatura, os fatores individuais, organizacionais e sociais associados ao estresse ocupacional em docentes da Educação Infantil, bem como suas implicações para a saúde do trabalhador. A análise das produções científicas permitiu compreender que o estresse ocupacional docente constitui um fenômeno multifacetado, resultante da interação entre condições de trabalho, demandas emocionais inerentes à prática pedagógica e aspectos estruturais do contexto educacional.

Os resultados evidenciaram que fatores como sobrecarga de trabalho, condições inadequadas de infraestrutura, desvalorização profissional, exigências emocionais constantes e insuficiência de apoio institucional configuram elementos determinantes para o desgaste físico e psicológico dos professores da Educação Infantil. Tais condições contribuem para o comprometimento da saúde mental, favorecendo o desenvolvimento de sintomas relacionados ao adoecimento ocupacional, incluindo a *Síndrome de Burnout*, além de impactarem negativamente a qualidade das práticas pedagógicas e das interações estabelecidas no ambiente escolar.

Observou-se, ainda, que o estresse ocupacional não pode ser compreendido de forma isolada, mas deve ser analisado à luz das transformações sociais, das exigências contemporâneas impostas à profissão docente e das fragilidades das políticas de valorização do trabalhador da educação. Nesse sentido, a literatura aponta que a promoção do bem-estar docente depende da adoção de estratégias institucionais e políticas públicas voltadas à melhoria das condições de trabalho, ao fortalecimento do suporte organizacional e à implementação de ações permanentes de cuidado com a saúde mental dos profissionais.

Diante desse cenário, destaca-se a necessidade de investimentos em medidas preventivas e mitigatórias que promovam ambientes escolares mais saudáveis, colaborativos e humanizados. A valorização profissional, associada à oferta de apoio psicológico, formação continuada e reorganização das demandas laborais, apresenta-se como elemento fundamental para a redução do estresse ocupacional e para a prevenção do adoecimento docente.

Conclui-se, portanto, que o cuidado com a saúde do professor constitui condição essencial para a garantia da qualidade do processo educativo na Educação Infantil. Assim, ao reconhecer a centralidade do bem-estar docente, reforça-se a importância de políticas e práticas institucionais que assegurem condições dignas de trabalho, contribuindo para o desenvolvimento integral das crianças e para a sustentabilidade da prática educativa.

REFERÊNCIAS

BAKKER, A. B.; DEMEROUTI, E. Job demands–resources theory: taking stock and looking forward. **Journal of Occupational Health Psychology**, Washington, v. 22, n. 3, p. 273-285, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1037/ocp0000056>. Acesso em: 10 out. 2025.

BROOME, M. E. Integrative literature reviews for the development of concepts. In: RODGERS, B. L.; KNAFL, K. A. (org.). **Concept development in nursing: foundations, techniques and applications**. 2. ed. Philadelphia: Saunders, 2000. p. 231-250.

BUETTNER, C. K. et al. Early childhood teachers' stress and children's social, emotional, and behavioral functioning. **Early Childhood Research Quarterly**, v. 41, p. 50-64, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2017.06.004>. Acesso em: 12 set. 2025.

CARLOTTO, M. S. Síndrome de burnout em professores: avaliação, fatores associados e intervenção. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 16, n. 2, p. 273-281, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/7fP8x7n3V4dJXr7YV3qXK8v/>. Acesso em: 05 out. 2025.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Burnout syndrome in teachers: prevalence and associated factors. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 35, e35418, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/0102.3772e35418>. Acesso em: 05 out. 2025.

CARVALHO, R. S. Pedagogia do cotidiano na Educação Infantil. **Revista Brasileira de Educação Infantil**, v. 30, n. 100, p. 45-70, 2017. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/322513118_A_pedagogia_do_cotidiano_na_e_da_educacao_infantil. Acesso em: 12 set. 2025.

CHEN, F. et al. Mudando a mentalidade dos professores de educação infantil em relação às crianças para superar a fadiga por compaixão. **PubMed Central**, [S.l.], 2023. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9968431/>. Acesso em: 01 set. 2025.

DEFFAVERI, M. Sintomas de ansiedade e estresse em professores brasileiros: um estudo correlacional. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 24, n. 1, p. 1-10, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cp/a/vcjCwDsk6mp6b8KvvcC7fpk/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 08 out. 2025.

DIEHL, L. Percepção de estressores ocupacionais em professores: um estudo com docentes da educação infantil. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 16, n. 1, p. 112-129, 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pee/a/7YwLsGD6Kx94PSWh6Qr3psR/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 14 out. 2025.

FERNANDES, M. C. *et al.* Trabalho docente e saúde das professoras da educação infantil. **Revista Educação (UFSM)**, v. 47, n. 2, p. 1-17, 2022. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/reeducacao/article/view/28563>. Acesso em: 04 out. 2025.

GARCIA, L. A.; RAMOS, M. F. H.; SILVA, J. G. C. Estresse em professores de educação infantil: um estudo bibliométrico. **Portal de Periódicos da Universidade Municipal de São Caetano do Sul**, [S.l.], 2018. Disponível em:

<https://portalperiodicos.uscs.edu.br/index.php/psicologia/article/view/1830>. Acesso em: 15 set. 2025.

GU, M.; TIAN, J.; YANG, X.; WANG, D. Pesquisa sobre as causas e contramedidas do estresse profissional de professores de educação infantil: levantamento em um jardim de infância na cidade de Guiyang. **International Journal of Education and Humanities**, v. 16, n. 3, p. 204-210, 2024. Disponível em: <https://drpress.org/ojs/index.php/ijeh/issue/view/v16n3>. Acesso em: 07 set. 2025.

HE, Y. *et al.* A influência das habilidades sociais dos professores de educação infantil no burnout: um modelo de mediação moderada. **International Journal of Mental Health Promotion**, v. 26, n. 6, p. 463-474, 2024. Disponível em: <https://www.techscience.com/IJMHP/v26n6/57217/html>. Acesso em: 10 set. 2025.

JEON, H.-J. *et al.* Early childhood and special education teachers' perceived stress, burnout, and depressive symptoms. **Children and Youth Services Review**, v. 154, p. 107328, 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39553463/>. Acesso em: 01 out. 2025.

LIPP, M. E. N. **Manual de manejo do estresse**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2016.

LOCKWOOD, C.; MUNN, Z.; PORRITT, K. Qualitative research synthesis: methodological guidance for systematic reviewers utilizing meta-aggregation. **International Journal of Evidence-Based Healthcare**, v. 13, n. 3, p. 179-187, 2015. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/280906680_Qualitative_research_synthesis_Methodological_guidance_for_systematic_reviewers_utilizing_meta-aggregation. Acesso em: 01 out. 2025.

LOURENÇO, V. P. Relação entre presenteísmo, síndrome de burnout e fatores organizacionais em professores. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, v. 20, n. 3, p. 847-858, 2020. Disponível em: <https://periodicos.uff.br/fractal/article/view/40568>. Acesso em: 06 out. 2025.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E.; LEITER, M. P. *Maslach Burnout Inventory manual*. 3. ed. Palo Alto: Consulting Psychologists Press, 2001.

MASLACH, C.; LEITER, M. P. **Burnout at work: a psychological perspective**. New York: Psychology Press, 2016.

NTIM, S. Y. *et al.* Early childhood educators' emotional labor and burnout in an emerging economy. **Early Child Development and Care**, v. 193, n. 4, p. 463-478, 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36915500/>. Acesso em: 02 out. 2025.

OLIVEIRA, D. A.; VIEIRA, L. M. F. **Trabalho docente na educação básica no Brasil: condições e desafios**. Belo Horizonte: Fino Traço, 2012.

PEREIRA, E. C. C. S.; RAMOS, M. Síndrome de burnout e autoeficácia em professoras da educação infantil. **Revista Psicologia & Sociedade**, v. 32, n. 1, p. e224, 2020. Disponível em: <https://revista.uemg.br/index.php/educacaoemfoco/article/view/4778>. Acesso em: 04 out. 2025.

PINHEIRO, C. S.; PEREIRA, D. M. Intensificação laboral e gênero profissional de professoras da Educação Infantil. **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**, v. 26, n. 2, p. 193-209, 2023. Disponível em: <https://revistas.usp.br/cpst/article/view/188254>. Acesso em: 05 out. 2025.

PINHO, P. S. et al. Estresse ocupacional, saúde mental e gênero entre professores brasileiros. **Revista de Enfermagem e Saúde Coletiva**, v. 12, n. 2, p. 34-48, 2023. Disponível em: <https://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/resc/article/view/68739>. Acesso em: 14 out. 2025.

RAMOS, D. F.; SILVA, E. M.; SOUZA, A. P. Impactos da pandemia na saúde mental dos professores da Educação Infantil. **Revista Brasileira de Educação e Saúde**, v. 25, n. 3, p. 210-225, 2023.

RAMOS, D. K. et al. Fatores e condições associados à Síndrome de Burnout em professores da educação básica. **Revista Brasileira de Educação**, v. 28, p. e280048, 2023. Disponível em: <https://edubase.sbu.unicamp.br/items/3861e4b6-e9df-40f3-a06c-35316d0f10f8>. Acesso em: 09 out. 2025.

RAVIV, A.; COHEN, N.; LEVY, R. Fostering resilience: The impact of supportive supervision on early childhood educator burnout. **Early Childhood Research Quarterly**, v. 67, p. 252–263, 2024. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/1350293X.2024.2391405>. Acesso em: 01 out. 2025.

REZENDE NETO, A. **A saúde mental e seus fatores protetivos em professores da educação infantil e fundamental I**. 2025. Dissertação (Mestrado em Psicologia) — Universidade Federal de São Paulo, São Paulo, 2025. Disponível em: <https://repositorio.unifesp.br/items/2bd4a9b5-802c-45db-a0fd-8c655534aad7>. Acesso em: 05 set. 2025.

SANTOS, J. B. A precarização do trabalho docente na Educação Infantil. **Revista Brasileira de Educação**, v. 26, n. 2, p. 150-165, 2025.

SANTOS, M. F.; OLIVEIRA, R. P. A desvalorização profissional docente na Educação Infantil. **Revista Brasileira de Educação e Trabalho**, v. 10, n. 1, p. 80-95, 2024.

SILVA, A. C. et al. Burnout e os professores: um estudo comparativo entre redes pública e privada. **Revista Educação & Ensino**, v. 29, n. 3, p. 215-231, 2021. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/2823/282321827010.pdf>. Acesso em: 05 out. 2025.

SILVA, A. L.; PEREIRA, R. F.; COSTA, D. A. Desafios emocionais e estratégias de enfrentamento de professores da Educação Infantil. **Revista de Psicologia e Educação**, v. 19, n. 3, p. 95-110, 2023.

SOUZA, R. A.; LIMA, P. F. Condições do trabalho docente na educação infantil: uma análise crítica em tempos pandêmicos. **Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação**, v. 17, n. 3, p. 1972–1989, 2022.

STEIN, R. et al. It matters: Early childhood mental health, educator stress, and the quality of care. **Frontiers in Psychology**, v. 13, p. 100-118, 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36619683/>. Acesso em: 03 out. 2025.

TADEU, B.; LOPES, A. *The Unbearable Lightness of Being an Early Childhood Educator in Day-Care Settings*. **Education Sciences**, v. 15, n. 9, p. 1107, 2025. DOI: 10.3390/educsci15091107. Acesso em: 03 out. 2025.

TANG YL, RAFFONE A, WONG SYS. **Burnout and stress: new insights and interventions**. Sci Rep. 2025 Mar 11;15(1):8335. doi: 10.1038/s41598-025-92909-6. PMID: 40064994; PMCID: PMC11894080.

TARDIF, M.; LESSARD, C. **O trabalho docente: elementos para uma teoria da docência como profissão de interações humanas**. 9. ed. Petrópolis: Vozes, 2014.


TRAUERNICHT, M.; GARTNER, A.; KOCH, P. Early childhood educators' emotional exhaustion and the quality of center care. **Teaching and Teacher Education**, v. 122, p. 103987, 2023. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/371324016_Early_childhood_educators%27_emotional_exhaustion_and_the_frequency_of_educational_activities_in_preschool. Acesso em: 02 out. 2025.

VIEGAS, M. F. Sobrecarga e intensificação no trabalho de professoras da Educação Infantil. **Revista Brasileira de Educação**, v. 37, n. 1, p. 45-58, 2022.

WHITAKER, R. C. et al. Teacher stress and classroom quality: implications for early childhood education. **Early Education and Development**, v. 26, n. 3, p. 556-573, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1080/10409289.2015.1002070>. Acesso em: 08 set. 2025.

XU, X.; JIANG, Y.; CHEN, L. A meta-analysis of variables related to burnout among Chinese preschool teachers. **SAGE Open**, v. 13, n. 3, p. 1-15, 2023. DOI: <https://doi.org/10.1177/21582440231202570>. Acesso em: 13 set. 2025.

YÊN, L. T. H. Estresse e suas manifestações em professores de educação infantil. **EPH – International Journal of Educational Research**, v. 7, n. 2, p. 20-26, 2023. Disponível em: <https://ephijer.com/index.php/er/issue/view/21>. Acesso em: 11 set. 2025.

	INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA PARAÍBA
	Campus Patos - Código INEP: 25281925
	Br 110, S/N, Alto da Tubiba, CEP 58700-000, Patos (PB)
	CNPJ: 10.783.898/0006-80 - Telefone: None

Documento Digitalizado Restrito

Trabalho de Conclusão de Curso

Assunto:	Trabalho de Conclusão de Curso
Assinado por:	Eduarda Araujo
Tipo do Documento:	Anexo
Situação:	Finalizado
Nível de Acesso:	Restrito
Hipótese Legal:	Direito Autoral (Art. 24, III, da Lei no 9.610/1998)
Tipo da Conferência:	Cópia Simples

Documento assinado eletronicamente por:

- **Maria Eduarda Araujo de Lucena, DISCENTE (202216010021) DE TECNOLOGIA EM SEGURANÇA NO TRABALHO - PATOS**, em 01/04/2026 13:43:46.

Este documento foi armazenado no SUAP em 01/04/2026. Para comprovar sua integridade, faça a leitura do QRCode ao lado ou acesse <https://suap.ifpb.edu.br/verificar-documento-externo/> e forneça os dados abaixo:

Código Verificador: 1823042

Código de Autenticação: 00e60a4068

