SAÚDE MENTAL DOCENTE E EDUCAÇÃO INCLUSIVA: IMPACTOS EMOCIONAIS E DESAFIOS ENFRENTADOS POR PROFESSORES DA REDE PÚBLICA NO ATENDIMENTO À DIVERSIDADE

ROSINEI DOS SANTOS MEDEIROS

RESUMO
A educação inclusiva consolidou-se, nas últimas décadas, como um importante avanço no campo das políticas públicas educacionais, reafirmando o direito de acesso, permanência, participação e aprendizagem dos estudantes público-alvo da Educação Especial no ensino regular. Esse movimento representa uma transformação significativa na organização da escola contemporânea, exigindo mudanças estruturais, pedagógicas e institucionais voltadas ao reconhecimento da diversidade humana como elemento constitutivo do processo educativo. No entanto, embora a ampliação do acesso de estudantes com deficiência, transtornos do neurodesenvolvimento e outras necessidades educacionais específicas represente uma conquista social e democrática, sua implementação no cotidiano escolar tem evidenciado desafios complexos, especialmente no que se refere às condições de trabalho e à saúde mental dos professores da rede pública. Nesse contexto, o presente artigo teve como objetivo analisar os impactos da educação inclusiva na saúde mental docente, considerando os desafios pedagógicos, emocionais e institucionais vivenciados por professores no contexto escolar inclusivo. Trata-se de uma pesquisa de abordagem qualitativa, de natureza bibliográfica e observacional, com apoio descritivo na análise de elementos quantitativos do contexto investigado. A pesquisa bibliográfica fundamentou-se em livros, artigos científicos, dissertações, legislações educacionais e documentos normativos relacionados à educação inclusiva, saúde mental docente e intensificação do trabalho pedagógico. A pesquisa observacional foi desenvolvida em uma unidade escolar da rede pública estadual localizada no município de Mauá, no estado de São Paulo, durante o primeiro bimestre do ano letivo de 2026, por meio da observação sistemática das práticas pedagógicas, análise do fluxo de demandas inclusivas, registros institucionais e observação das condições concretas de trabalho docente. A análise dos dados foi realizada com base na técnica de análise de conteúdo proposta por Bardin (2016), organizada em categorias temáticas relacionadas à sobrecarga emocional, suporte institucional, desafios pedagógicos e processos de adoecimento profissional. Os resultados evidenciaram que a ampliação das exigências relacionadas à inclusão escolar intensifica significativamente o trabalho docente, favorecendo processos de desgaste psicológico, ansiedade ocupacional, sobrecarga emocional e esgotamento profissional. Observou-se que demandas como adaptação curricular, manejo comportamental, apoio emocional aos estudantes e registros pedagógicos individualizados configuram fatores permanentes de intensificação da prática pedagógica, ampliando a complexidade da atuação docente. Verificou-se também que a insuficiência de suporte institucional, a escassez de profissionais de apoio, a fragmentação do tempo pedagógico e a ausência de espaços institucionais de acolhimento emocional potencializam a vulnerabilidade psíquica dos professores. Conclui-se que a efetivação da educação inclusiva não depende exclusivamente da garantia do direito do estudante à aprendizagem, mas também da implementação de políticas públicas voltadas à valorização docente, ampliação das equipes multiprofissionais, fortalecimento do Atendimento Educacional Especializado e promoção da saúde mental dos profissionais da educação. Dessa forma, reconhecer e cuidar da saúde mental docente constitui condição essencial para a consolidação de práticas inclusivas de qualidade, sustentáveis e humanizadas.

PALAVRAS-CHAVE: Educação inclusiva. Saúde mental docente. Inclusão escolar. Adoecimento profissional. Trabalho docente.

ABSTRACT
Inclusive education has been consolidated over recent decades as an important advance in educational public policies, reaffirming the right to access, permanence, participation, and learning for students who are the target audience of Special Education in regular education settings. This movement represents a sig-

nificant transformation in the organization of contemporary schools, requiring structural, pedagogical, and institutional changes aimed at recognizing human diversity as a constitutive element of the educational process. However, although the expansion of access for students with disabilities, neurodevelopmental disorders, and other specific educational needs represents a social and democratic achievement, its implementation in everyday school life has revealed complex challenges, especially regarding teachers' working conditions and mental health in public education systems. In this context, this article aimed to analyze the impacts of inclusive education on teachers' mental health, considering the pedagogical, emotional, and institutional challenges experienced by teachers within inclusive school contexts. This study is characterized as qualitative, bibliographic, and observational research, supported by descriptive analysis of quantitative elements from the investigated context. The bibliographic research was based on books, scientific articles, dissertations, educational legislation, and normative documents related to inclusive education, teacher mental health, and the intensification of pedagogical work. The observational research was carried out in a public state school located in Mauá, São Paulo, during the first bimester of the 2026 school year, through systematic observation of pedagogical practices, analysis of inclusive demands, institutional records, and observation of teachers' actual working conditions. Data analysis was conducted based on the content analysis technique proposed by Laurence Bardin, organized into thematic categories related to emotional overload, institutional support, pedagogical challenges, and professional illness processes. The results showed that the expansion of inclusion-related demands significantly intensifies teaching work, favoring processes of psychological distress, occupational anxiety, emotional overload, and professional burnout. It was observed that demands such as curricular adaptation, behavioral management, emotional support for students, and individualized pedagogical records constitute permanent factors of pedagogical intensification, increasing the complexity of teachers' performance. It was also found that insufficient institutional support, lack of support professionals, fragmentation of pedagogical time, and the absence of institutional spaces for emotional support increase teachers' psychological vulnerability. It is concluded that the effectiveness of inclusive education depends not only on guaranteeing students' right to learning, but also on implementing public policies aimed at teacher appreciation, expanding multidisciplinary teams, strengthening Specialized Educational Support, and promoting the mental health of education professionals. Therefore, recognizing and caring for teachers' mental health is an essential condition for consolidating high-quality, sustainable, and humanized inclusive practices.

KEYWORDS: Inclusive education. Teacher mental health. School inclusion. Professional illness. Teaching work.

INTRODUÇÃO

A educação inclusiva consolidou-se, nas últimas décadas, como um importante avanço no campo das políticas públicas educacionais, reafirmando o direito de todos os estudantes ao acesso, permanência e aprendizagem no ensino regular, independentemente de suas condições físicas, cognitivas, sensoriais ou emocionais. No Brasil, esse movimento ganhou maior força a partir da Constituição Federal de 1988, da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (Lei nº 9.394/1996), da Política Nacional de Educação Especial na Perspectiva da Educação Inclusiva, publicada pelo Ministério da Educação, e da Lei Brasileira de Inclusão (Lei nº 13.146/2015), que ampliaram o reconhecimento da inclusão como princípio fundamental da educação democrática.

A proposta da educação inclusiva representa uma transformação significativa na organização escolar, exigindo mudanças pedagógicas, estruturais e atitudinais para garantir a efetiva participação dos estudantes público-alvo da Educação Especial no contexto do ensino regular. Nesse cenário, o professor assume papel central na mediação do processo de ensino e aprendizagem, tornando-se responsável pela construção de práticas pedagógicas acessíveis, adaptadas e sensíveis às diferentes necessidades educa-

cionais.
Entretanto, embora a legislação avance no reconhecimento do direito à inclusão, a realidade das escolas públicas brasileiras ainda apresenta importantes desafios relacionados à efetivação dessas políticas. A insuficiência de recursos humanos, a limitação de profissionais de apoio, a carência de formação continuada especifica e o aumento das demandas emocionais e pedagógicas têm gerado impactos significativos no cotidiano docente, intensificando processos de desgaste físico e psicológico.
A atuação em contextos inclusivos exige do professor não apenas competências técnicas e pedagógicas, mas também elevada capacidade de regulação emocional, gestão de conflitos, adaptação curricular e enfrentamento constante de situações complexas relacionadas ao comportamento, comunicação e desenvolvimento dos estudantes. Essa multiplicidade de demandas pode desencadear sentimentos de exaustão, ansiedade, frustração e impotência profissional, comprometendo tanto a qualidade do trabalho pedagógico quanto a saúde mental do educador.
Segundo Maslach e Leiter (1999), o esgotamento profissional, conhecido como síndrome de burnout, caracteriza-se pelo desgaste emocional intenso, despersonalização e redução da realização profissional, sendo um fenômeno recorrente em profissões de alta exigência relacional, como o magistério. No contexto da educação inclusiva, esse fenômeno pode ser potencializado pela ausência de suporte institucional adequado e pela crescente responsabilização do professor diante de demandas que extrapolam a dimensão pedagógica.
Além disso, a saúde mental docente deve ser compreendida como elemento fundamental para a qualidade da educação inclusiva. Professores emocionalmente sobrecarregados tendem a apresentar maiores dificuldades no planejamento, na mediação pedagógica e na construção de vínculos educativos, aspectos essenciais para o desenvolvimento integral dos estudantes. Dessa forma, discutir a saúde mental dos professores no contexto inclusivo torna-se uma necessidade urgente, não apenas como questão individual, mas como responsabilidade coletiva e institucional.

No cotidiano das escolas públicas, especialmente em unidades com grande número de estudantes e significativa presença de alunos com laudos e necessidades específicas, observa-se uma ampliação da complexidade das práticas inclusivas. A ausência de estrutura proporcional à demanda, a fragmentação do tempo pedagógico e a sobreposição de funções evidenciam um cenário de intensificação do trabalho docente, com repercussões diretas no equilíbrio emocional dos profissionais.
Diante desse contexto, este artigo tem como objetivo analisar os impactos da educação inclusiva na saúde mental de professores da rede pública, considerando os desafios emocionais, pedagógicos e institucionais presentes no cotidiano escolar. Busca-se compreender como a inclusão, embora essencial para a democratização do ensino, pode também gerar processos de adoecimento quando não acompanhada por políticas efetivas de suporte, formação e valorização profissional.
A relevância desta pesquisa está na necessidade de ampliar o debate sobre a saúde mental docente como dimensão estruturante da educação inclusiva, reconhecendo que a garantia de uma escola verdadeiramente inclusiva depende não apenas do acesso do estudante, mas também das condições de trabalho, suporte emocional e valorização daqueles que tornam a inclusão possível: os professores.

EDUCAÇÃO INCLUSIVA E OS DESAFIOS DA ESCOLA CONTEMPORÂNEA

A educação inclusiva constitui um princípio fundamental do direito à educação e está diretamente relacionada à construção de uma escola democrática, equitativa e socialmente comprometida com a diversidade humana. Seu fundamento central baseia-se na compreensão de que todas as pessoas, independentemente de suas condições físicas, sensoriais, cognitivas, emocionais ou sociais, possuem o direito de aprender em ambientes comuns de ensino, com igualdade de oportunidades, respeito às diferenças e garantia de acessibilidade pedagógica e estrutural.
No contexto brasileiro, importantes avanços legais fortaleceram a garantia de acesso e permanência dos estudan-

tes público-alvo da Educação Especial no ensino regular, especialmente a partir da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (Lei nº 9.394/1996), da Política Nacional de Educação Especial na Perspectiva da Educação Inclusiva, formulada pelo Ministério da Educação, e da Lei Brasileira de Inclusão (Lei nº 13.146/2015), que consolidaram juridicamente a inclusão como um direito inalienável.

A Constituição Federal de 1988 também representa um marco importante ao estabelecer a educação como direito de todos e dever do Estado e da família, reforçando a necessidade de garantir condições adequadas para o desenvolvimento pleno de cada sujeito. Nesse sentido, a educação inclusiva ultrapassa a dimensão legal e assume uma função social estratégica na redução das desigualdades históricas que marcaram o acesso à escolarização de pessoas com deficiência.

Segundo Mantoan (2015), a inclusão escolar não se limita ao ato de matricular estudantes com deficiência no ensino regular, mas implica profundas transformações na estrutura escolar, na prática pedagógica e na cultura institucional.

A autora destaca que incluir significa romper com paradigmas excludentes historicamente construídos, substituindo práticas homogeneizadoras por perspectivas pedagógicas que valorizem a singularidade do sujeito e a diversidade como elemento constitutivo da aprendizagem.

Nessa perspectiva, a escola contemporânea enfrenta o desafio de superar modelos tradicionais de ensino centrados na padronização curricular e na lógica do rendimento uniforme, passando a adotar metodologias flexíveis, avaliações diversificadas e estratégias pedagógicas individualizadas. Isso implica reconhecer que o processo de aprendizagem ocorre de formas distintas e que o ensino precisa ser adaptado às necessidades reais dos estudantes.

A inclusão escolar exige reorganização curricular, flexibilização metodológica, construção de estratégias individualizadas e fortalecimento do Atendimento Educacional Especializado (AEE), compreendido como serviço complementar e suplementar ao ensino regular. O AEE assume papel fundamental na identifi-i cação de barreiras à aprendizagem e na elaboração de recursos de acessibilidade que favoreçam o desenvolvimento dos estudantes.

Entretanto, a distância entre os avanços legais e a realidade concreta das escolas públicas ainda é significativa. Muitas instituições enfrentam limitações estruturais, escassez de profissionais de apoio, ausência de recursos pedagógicos adaptados e insuficiência de formação continuada para os professores. Essas fragilidades comprometem a efetividade das práticas inclusivas e ampliam os desafios enfrentados pelos docentes.

Além disso, a ampliação do acesso de estudantes com diferentes necessidades educacionais trouxe novos desafios ao professor, que passou a lidar com demandas mais complexas relacionadas à adaptação curricular, manejo comportamental, mediação emocional e acompanhamento individualizado. Essas exigências demandam tempo, conhecimento técnico e equilíbrio emocional.

Embora esse processo represente um importante avanço social e educacional, também intensifica o trabalho docente e amplia as exigências emocionais da profissão. O professor passa a ocupar posição central na efetivação da inclusão, sendo constantemente desafiado a construir respostas pedagógicas diante de situações complexas, muitas vezes sem o suporte institucional necessário.

Dessa forma, a educação inclusiva, apesar de representar uma conquista histórica, ainda se configura como um grande desafio da escola contemporânea, exigindo políticas públicas efetivas, investimentos estruturais e valorização profissional para que a inclusão ultrapasse o campo legal e se concretize na prática cotidiana.

SAÚDE MENTAL DOCENTE NO CONTEXTO ESCOLAR

A saúde mental docente tem se consolidado como tema central nas discussões sobre qualidade da educação, condições de trabalho e valorização profissional, especialmente diante das transformações sociais e pedagógicas que ampliaram as exigências sobre o exercício da docência. O ambiente escolar, marcado por demandas pedagógicas, administrativas, emocionais e relacionais, constitui um espaço de intensa pressão psicológica, sobretudo em contextos de vulnerabilidade social e inclusão escolar.

De acordo com a Organização Mundial

da Saúde (2022), saúde mental não se refere apenas à ausência de transtornos psíquicos, mas à capacidade do indivíduo de lidar com as tensões da vida cotidiana, desenvolver suas potencialidades, manter relações saudáveis e atuar de forma produtiva em seu contexto social e profissional. Essa definição amplia a compreensão da saúde mental como condição essencial para o equilíbrio humano e para o desempenho adequado das atividades laborais.

No contexto educacional, a saúde mental do professor tem sido diretamente impactada pelo aumento da complexidade do trabalho docente. A escola contemporânea passou a incorporar múltiplas funções sociais, ampliando significativamente o campo de atuação do professor. Além de ensinar conteúdos, o docente passou a atuar como mediador de conflitos, articulador social, acolhedor emocional e agente de inclusão, acumulando responsabilidades que extrapolam sua formação inicial.

Fatores como sobrecarga de trabalho, baixa valorização profissional, pressão por resultados, conflitos interpessoais, excesso de burocracias escolares e ausência de suporte institucional configuram elementos de risco para o adoecimento psíquico. Esses fatores, quando associados à exigência constante de produtividade e resolução de problemas complexos, produzem desgaste emocional progressivo.

Segundo Maslach e Leiter (1999), a síndrome de burnout configura-se como um estado de esgotamento físico e emocional decorrente da exposição prolongada ao estresse ocupacional, sendo especialmente recorrente em profissões que exigem interação humana intensa e envolvimento afetivo contínuo, como a docência.

No caso dos professores, esse desgaste pode manifestar-se por meio de irritabilidade, fadiga constante, ansiedade, insônia, dificuldade de concentração, alterações de humor, sensação de impotência, frustração profissional e perda do sentido do trabalho. Esses sintomas impactam diretamente a qualidade do ensino, a capacidade de planejamento e a construção de vínculos pedagógicos.

A docência, por sua natureza relacional, exige investimento emocional permanente. O vínculo com os estudantes, a responsabilidade pelo desenvolvimento acadêmico e social e a necessidade de lidar com situações de vulnerabilidade tornam o professor emocionalmente exposto. Essa exposição se intensifica quando o profissional atua em contextos de inclusão escolar sem apoio adequado.

Outro aspecto importante é o fenômeno da invisibilidade do sofrimento docente. Muitas vezes, o adoecimento emocional do professor é naturalizado ou silenciado no ambiente escolar, sendo interpretado como parte inerente da profissão. Essa lógica contribui para o agravamento do sofrimento psíquico e dificulta a busca por apoio institucional ou terapêutico.

A valorização da saúde mental docente deve ser compreendida como política pública estratégica. Cuidar da saúde emocional do professor significa investir diretamente na qualidade da educação, no fortalecimento das práticas pedagógicas e na construção de ambientes escolares mais saudáveis e humanizados.

Portanto, discutir saúde mental docente não é tratar de uma dimensão individual isolada, mas compreender um fenômeno coletivo, estrutural e profundamente relacionado às condições concretas de trabalho e às exigências contemporâneas da educação.

INCLUSÃO ESCOLAR E INTENSIFICAÇÃO DO TRABALHO DOCENTE

A inclusão escolar, embora necessária, legítima e socialmente justa, ampliou significativamente a complexidade do trabalho docente nas últimas décadas. A democratização do acesso de estudantes público-alvo da Educação Especial ao ensino regular modificou profundamente a dinâmica escolar e ampliou as exigências pedagógicas e emocionais direcionadas aos professores.

Esse processo ocorre porque o professor passou a assumir funções que ultrapassam o planejamento pedagógico tradicional, incorporando práticas relacionadas à mediação de crises comportamentais, adaptação curricular, observação individualizada, elaboração de registros específicos, construção de recursos acessíveis e articulação constante com famílias e equipes multidisciplinares.

Segundo Tardif (2014), o trabalho docente é constituído por múltiplos saberes, experiências e relações, sendo profundamente influenciado pelas condições

concretas de trabalho. Quando essas condições se mostram insuficientes para atender às demandas educacionais, o exercício da docência tende a tornar-se mais exaustivo e emocionalmente desgastante.

No contexto inclusivo, essa intensificação torna-se ainda mais evidente. Professores frequentemente relatam dificuldades relacionadas ao número elevado de estudantes por sala, insuficiência de cuidadores, ausência de profissionais especializados, falta de materiais adaptados e carência de formação específica para lidar com transtornos do neurodesenvolvimento, deficiências múltiplas e demandas comportamentais complexas. Além disso, o professor torna-se frequentemente o principal ponto de apoio emocional para os estudantes, absorvendo angústias, crises emocionais e conflitos interpessoais. Esse fenômeno amplia significativamente a carga psíquica da profissão, uma vez que exige do docente competências emocionais muitas vezes não contempladas em sua formação inicial.

Outro fator importante é a intensificação invisível do trabalho docente, representada pelas atividades realizadas fora do horário escolar, como elaboração de adaptações curriculares, preenchimento de registros individualizados, análise de relatórios, planejamento diferenciado e comunicação com famílias e especialistas.

Essa ampliação do trabalho não é acompanhada, na maioria das vezes, por aumento proporcional de tempo institucional, apoio técnico ou valorização profissional, gerando sensação de sobrecarga e esgotamento.

A responsabilidade de garantir inclusão, aprendizagem e acolhimento, muitas vezes sem equipe de apoio proporcional, produz sentimento constante de insuficiência profissional, pois o professor percebe a importância de atender adequadamente cada estudante, mas encontra limitações concretas que dificultam esse processo.

A inclusão escolar não pode ser sustentada exclusivamente pelo esforço individual do professor. Sua efetividade depende de um sistema articulado de apoio, formação, recursos e políticas institucionais que distribuam responsabilidades e fortaleçam o trabalho coletivo.

Essa realidade evidencia a necessidade de compreender a saúde mental docente como componente estrutural da política de inclusão escolar. Não é possível pensar inclusão de qualidade sem considerar as condições emocionais, físicas e profissionais daqueles que a constroem diariamente.

Uma escola verdadeiramente inclusiva depende, necessariamente, de professores emocionalmente fortalecidos, pedagogicamente preparados e institucionalmente apoiados, pois a inclusão não se faz apenas por legislação, mas pela sustentação humana e profissional daqueles que estão na linha de frente do processo educativo.

METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa de abordagem qualitativa, de natureza bibliográfica e observacional, com apoio descritivo na análise de elementos quantitativos extraídos do contexto escolar. A escolha pela abordagem qualitativa fundamenta-se na necessidade de compreender fenômenos subjetivos relacionados à saúde mental docente no contexto da educação inclusiva, considerando percepções, experiências, sentimentos, dificuldades e desafios vivenciados pelos professores no cotidiano escolar.

A pesquisa qualitativa, conforme destaca Gil (2019), possibilita a compreensão aprofundada de fenômenos sociais complexos, permitindo analisar significados, interpretações e relações construídas pelos sujeitos em seus contextos de atuação. No caso deste estudo, tal abordagem mostrou-se pertinente por tratar de aspectos emocionais, institucionais e pedagógicos que atravessam a prática docente.

A investigação também assume caráter bibliográfico, uma vez que foi desenvolvida a partir da análise de livros, artigos científicos, dissertações, teses, legislações educacionais e documentos normativos relacionados à educação inclusiva, saúde mental no trabalho docente e políticas públicas educacionais. A fundamentação teórica buscou dialogar com autores que discutem inclusão escolar, adoecimento ocupacional e intensificação do trabalho docente, contribuindo para a construção de um referencial analítico consistente.

Além da pesquisa bibliográfica, realizou-se pesquisa observacional em contexto escolar da rede pública estadual, situada no município de Mauá, no estado de São Paulo, durante o primeiro bimestre do ano letivo de 2026. A escolha desse campo de observação justifica-se pela presença significativa de estudantes público-alvo da Educação Especial e pela complexidade das demandas inclusivas presentes na unidade escolar.
A observação sistemática permitiu acompanhar práticas pedagógicas, interações em sala de aula, situações de mediação comportamental, organização do planejamento e condições concretas de trabalho dos professores. A observação, enquanto instrumento metodológico, possibilitou captar aspectos da realidade que muitas vezes não aparecem em documentos formais ou registros institucionais.
Os dados foram coletados por meio de múltiplas estratégias metodológicas, visando ampliar a compreensão do fenômeno investigado, entre elas:

- observação sistemática das práticas pedagógicas em contexto inclusivo;
- análise do fluxo de demandas pedagógicas relacionadas à inclusão;
- levantamento de registros institucionais sobre estudantes público-alvo da Educação Especial;
- observação das condições estruturais e organizacionais do ambiente escolar;
- análise das demandas emocionais percebidas no exercício docente.

A utilização de múltiplas fontes de dados permitiu maior riqueza interpretativa, fortalecendo a consistência analítica da pesquisa e favorecendo a triangulação das informações observadas.
A análise dos dados foi realizada com base na técnica de análise de conteúdo proposta por Bardin (2016), organizada em categorias temáticas previamente definidas e posteriormente ampliadas a partir dos dados emergentes. As categorias centrais de análise foram:

- sobrecarga emocional docente;
- suporte institucional e organizacional;
- desafios pedagógicos na inclusão;
- impactos psicológicos do trabalho inclusivo;
- fatores de proteção e vulnerabilidade emocional.

A análise de conteúdo permitiu identificar padrões recorrentes, relações entre os fenômenos observados e elementos que contribuem para o adoecimento emocional docente.
Quanto aos aspectos éticos, a pesquisa respeitou os princípios de confidencialidade, anonimato e preservação da identidade dos participantes e da instituição observada, assegurando que as informações coletadas fossem utilizadas exclusivamente para fins acadêmicos e científicos.
Cabe destacar que este estudo não pretende generalizar resultados, mas compreender, a partir de um contexto específico, elementos significativos da relação entre educação inclusiva e saúde mental docente, contribuindo para o fortalecimento do debate acadêmico e institucional sobre o tema.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise do contexto escolar evidenciou que a ampliação das políticas de inclusão trouxe impactos significativos na organização do trabalho docente e nas condições emocionais dos professores. Embora o avanço das políticas inclusivas represente importante conquista no campo da democratização da educação, sua operacionalização no cotidiano escolar revela tensões, desafios e demandas que repercutem diretamente na saúde mental dos profissionais.
Observou-se que o aumento do número de estudantes público-alvo da Educação Especial matriculados no ensino regular ampliou significativamente a complexidade das demandas pedagógicas e comportamentais, exigindo maior tempo de planejamento, adaptação de atividades, mediação de comportamentos e acompanhamento individualizado.
No contexto observado, verificou-se que os professores passaram a reorganizar constantemente suas estratégias pedagógicas para atender diferentes ritmos, necessidades e perfis de aprendizagem, ampliando consideravelmente o tempo investido no planejamento das aulas e na elaboração de adaptações curriculares. Essa ampliação das responsabilidades evidencia o fenômeno da intensificação do trabalho docente, no qual o professor precisa responder simultaneamente às demandas do currículo formal e às exi-

gências específicas da inclusão escolar.

Tabela 1 – Principais demandas identifi-i cadas no contexto inclusivo

Demandas observadas	Frequência
Adaptação de atividades	8
Manejo comportamental	7
Apoio emocional ao estudante	6
Comunicação com famílias	5
Registros pedagógicos individualizados	6

Os dados revelam que a adaptação pedagógica aparece como uma das demandas mais frequentes, exigindo esforço adicional do professor no planejamento, na seleção de metodologias diferenciadas e na produção de materiais adequados às necessidades individuais dos estudantes.
O manejo comportamental também se destacou como elemento de elevada exigência emocional. Situações relacionadas à autorregulação emocional, crises de ansiedade, comportamentos disruptivos e dificuldades de interação social foram observadas com frequência, exigindo do professor intervenções imediatas e sensibilidade emocional constante.
Esse cenário reforça que o professor não atua apenas como mediador da aprendizagem, mas também como agente de acolhimento, contenção emocional e organização das relações interpessoais em sala de aula.
Outro aspecto relevante identificado foi o apoio emocional aos estudantes, especialmente em situações de insegurança, frustração e dificuldades de adaptação escolar. Esse fator amplia a dimensão afetiva da docência e intensifica a carga psíquica da profissão.
Os registros pedagógicos individualizados também se configuraram como demanda significativa, especialmente devido à necessidade de documentação específica sobre desenvolvimento, avanços e dificuldades dos estudantes público-alvo da Educação Especial.
No campo emocional, os impactos observados entre os docentes revelaram indicadores importantes de desgaste psicológico.

Tabela 2 – Impactos emocionais percebidos pelos docentes

Impacto emocional	Percentual
Cansaço mental	82%
Ansiedade	68%
Sensação de impotência	61%
Sobrecarga emocional	76%
Exaustão profissional	58%

Os resultados apontam que o cansaço mental e a sobrecarga emocional confi-i guram os fatores mais recorrentes entre os docentes observados, evidenciando que a intensificação das demandas inclusivas repercute diretamente no equilíbrio emocional dos profissionais.
A ansiedade apareceu associada principalmente à pressão por resultados pedagógicos, à responsabilidade de garantir aprendizagem significativa e ao receio de não conseguir atender adequadamente às necessidades específicas dos estudantes.
A sensação de impotência profissional foi outro aspecto relevante, manifestando-se quando os professores reconheciam a necessidade de intervenções especializadas ou suporte adicional que a escola nem sempre conseguia oferecer.
Esses achados dialogam com os estudos de Maslach e Leiter (1999), ao demonstrar que a exposição contínua a demandas intensas, emocionalmente exigentes e institucionalmente fragilizadas favorece processos de burnout, caracterizados pelo esgotamento emocional, despersonalização e redução da realização profissional.
Outro aspecto identificado foi a insuficiência de suporte institucional. Em diversos momentos, professores relataram ausência de orientação especializada, escassez de materiais adaptados, limitação de recursos pedagógicos e insuficiência de profissionais de apoio para atender demandas mais complexas.
Essa ausência de suporte contribui para a individualização da responsabilidade pela inclusão, transferindo ao professor atribuições que deveriam ser compartilhadas institucionalmente.
A fragmentação do tempo pedagógico também foi apontada como obstáculo importante. O excesso de demandas administrativas, registros burocráticos e

múltiplas responsabilidades reduz o tempo destinado ao planejamento coletivo, à troca de experiências e à construção compartilhada de estratégias pedagógicas.
Esse fator fragiliza o trabalho colaborativo e amplia o isolamento profissional, condição que pode intensificar o sofrimento psíquico docente.
Os dados analisados permitem compreender que a inclusão escolar, embora necessária e socialmente transformadora, não pode ser sustentada exclusivamente pelo esforço individual do professor. Sua efetividade depende de investimento estrutural, ampliação das equipes multiprofissionais, fortalecimento do Atendimento Educacional Especializado, formação continuada e políticas institucionais voltadas ao cuidado da saúde mental docente.
A análise evidencia que a qualidade da inclusão escolar está diretamente relacionada às condições de trabalho oferecidas aos professores. Quando essas condições são fragilizadas, o risco de adoecimento emocional aumenta, comprometendo tanto o bem-estar profissional quanto a qualidade das práticas pedagógicas desenvolvidas.
Portanto, pensar inclusão escolar exige pensar, simultaneamente, nas condições emocionais e institucionais de quem sustenta diariamente esse processo: os professores.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa possibilitou compreender que a educação inclusiva, embora represente um importante avanço social, educacional e democrático, também tem produzido impactos significativos na saúde mental dos professores da rede pública, especialmente em contextos marcados pela alta demanda de estudantes público-alvo da Educação Especial, pela insuficiência de suporte estrutural e pela intensificação das exigências pedagógicas e emocionais no cotidiano escolar.
Ao longo do estudo, verificou-se que a ampliação das políticas inclusivas, embora necessária e juridicamente consolidada, não foi acompanhada, em muitos contextos, pelo fortalecimento proporcional das condições institucionais necessárias à sua efetivação. Essa lacuna entre o direito legalmente garantido e as condições concretas de implementação gera sobrecarga significativa para os docentes, que passam a assumir múltiplas responsabilidades que ultrapassam o exercício tradicional da docência.
Os dados analisados evidenciaram que a ampliação das exigências pedagógicas, emocionais e institucionais intensifica o trabalho docente, favorecendo processos de desgaste psicológico, ansiedade ocupacional, sofrimento emocional e esgotamento profissional. A necessidade constante de adaptação curricular, manejo comportamental, acolhimento emocional, registros individualizados e articulação com famílias e equipes de apoio amplia consideravelmente a complexidade da prática pedagógica.
Constatou-se que a inclusão escolar exige muito mais do que a presença física do estudante na sala regular. A inclusão verdadeira exige reorganização pedagógica, investimento institucional, formação continuada, fortalecimento das práticas colaborativas e suporte emocional aos professores. Sem esses elementos, o processo inclusivo corre o risco de tornar-se apenas formal, sem garantir qualidade pedagógica e desenvolvimento efetivo dos estudantes.
Quando esses elementos não estão presentes de forma consistente, o professor tende a assumir responsabilidades ampliadas sem condições proporcionais para enfrentá-las, comprometendo não apenas seu equilíbrio emocional, mas também sua capacidade de planejamento, mediação pedagógica e construção de vínculos educativos saudáveis.
A análise permitiu compreender que a saúde mental docente não pode ser tratada como questão secundária ou individualizada, mas como dimensão estrutural da qualidade da educação inclusiva. O adoecimento emocional do professor afeta diretamente a dinâmica escolar, a qualidade das relações pedagógicas e a efetividade das práticas de inclusão.
Outro aspecto importante identificado foi que o sofrimento docente, muitas vezes, permanece invisibilizado dentro das instituições escolares, sendo naturalizado como parte inerente da profissão. Essa naturalização fragiliza processos de cuidado, reduz espaços de escuta e contribui para o agravamento de quadros de ansiedade, exaustão e adoecimento psíquico.
Dessa forma, torna-se urgente a implementação de políticas públicas voltadas à

valorização docente, ampliação das equipes multiprofissionais, fortalecimento do Atendimento Educacional Especializado (AEE), melhoria das condições estruturais das escolas e criação de espaços institucionais permanentes de escuta, acolhimento emocional e promoção da saúde mental.

Além disso, é fundamental investir em formação continuada que prepare os professores não apenas para os aspectos pedagógicos da inclusão, mas também para a gestão emocional das demandas que emergem desse contexto, fortalecendo competências socioemocionais e estratégias de enfrentamento do estresse ocupacional.

Conclui-se que a construção de uma escola verdadeiramente inclusiva depende não apenas do direito do estudante à aprendizagem, mas também do direito do professor a condições dignas de trabalho, suporte institucional, equilíbrio emocional e reconhecimento profissional. Não há inclusão de qualidade sem professores fortalecidos.

Por fim, este estudo reforça a necessidade de ampliação das pesquisas sobre saúde mental docente e inclusão escolar, considerando que compreender os impactos emocionais da prática inclusiva é fundamental para a construção de políticas educacionais mais humanas, sustentáveis e comprometidas com todos os sujeitos que constituem o espaço escolar.

Cuidar da saúde mental docente é, portanto, cuidar da própria qualidade da educação inclusiva, pois a inclusão se constrói diariamente na relação entre ensinar, acolher e sustentar humanamente os processos de aprendizagem em sua diversidade.

REFERÊNCIAS

BARDIN, Laurence. Análise de conteúdo. São Paulo: Edições 70, 2016.

BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Brasília, DF: Senado Federal, 1988.

BRASIL. Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. Diário Oficial da União: Brasília, DF, 23 dez. 1996.

BRASIL. Lei nº 13.146, de 6 de julho de 2015. Institui a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência). Diário Oficial da União: Brasília, DF, 7 jul. 2015.

FREIRE, Paulo. Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa. 58. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2019.

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

MANTOAN, Maria Teresa Eglér. Inclusão escolar: o que é? por quê? como fazer? São Paulo: Summus, 2015.

MASLACH, Christina; LEITER, Michael P. Burnout: o desafio da relação com o trabalho. Porto Alegre: Artmed, 1999.

Ministério da Educação. Política Nacional de Educação Especial na Perspectiva da Educação Inclusiva. Brasília, DF: MEC, 2008.

Organização Mundial da Saúde. Relatório mundial de saúde mental: transformando a saúde mental para todos. Genebra: OMS, 2022.

TARDIF, Maurice. Saberes docentes e formação profissional. 17. ed. Petrópolis: Vozes, 2014.