



EDUCAÇÃO E **SAÚDE MENTAL** NAS ESCOLAS

Organizadores

ANTÔNIO VEIMAR DA SILVA | JOZADAKE PETRY FAUSTO
CARLA MICHELLE DA SILVA | HÉLIO COSTA E SILVA
WILLIAMES AZEVEDO DOS SANTOS | LUCIANO OLIVEIRA SANTOS



EDUCAÇÃO E SAÚDE MENTAL NAS ESCOLAS

Organizadores

ANTÔNIO VEIMAR DA SILVA | JOZADAKE PETRY FAUSTO
CARLA MICHELLE DA SILVA | HÉLIO COSTA E SILVA
WILLIAMES AZEVEDO DOS SANTOS | LUCIANO OLIVEIRA SANTOS

© 2026 – Editora MultiAtual

www.editoramultiatual.com.br

editoramultiatual@gmail.com

Organizadores

Antônio Veimar da Silva

Jozadake Petry Fausto

Carla Michelle da Silva

Hélio Costa e Silva

Williames Azevedo dos Santos

Luciano Oliveira Santos

Editor Chefe: Jader Luís da Silveira

Editoração e Arte: Resiane Paula da Silveira

Capa: Freepik/MultiAtual

Revisão: Respective autores dos artigos

Conselho Editorial

Ma. Heloisa Alves Braga, Secretaria de Estado de Educação de Minas Gerais, SEE-MG

Me. Ricardo Ferreira de Sousa, Universidade Federal do Tocantins, UFT

Me. Guilherme de Andrade Ruela, Universidade Federal de Juiz de Fora, UFJF

Esp. Rícael Spirandeli Rocha, Instituto Federal Minas Gerais, IFMG

Ma. Luana Ferreira dos Santos, Universidade Estadual de Santa Cruz, UESC

Ma. Ana Paula Cota Moreira, Fundação Comunitária Educacional e Cultural de João Monlevade, FUNCEC

Me. Camilla Mariane Menezes Souza, Universidade Federal do Paraná, UFPR

Ma. Jocilene dos Santos Pereira, Universidade Estadual de Santa Cruz, UESC

Ma. Tatiany Michelle Gonçalves da Silva, Secretaria de Estado do Distrito Federal, SEE-DF

Dra. Haiany Aparecida Ferreira, Universidade Federal de Lavras, UFLA

Me. Arthur Lima de Oliveira, Fundação Centro de Ciências e Educação Superior à Distância do Estado do RJ, CECIERJ

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

S586e Educação e saúde mental nas escolas
/ Antônio Veimar da Silva; Jozadake Petry Fausto; Carla Michelle da Silva;
et al (organizadores). – Formiga (MG): Editora MultiAtual, 2026. 251 p. : il.

Outros organizadores:
Hélio Costa e Silva; Williams Azevedo dos Santos; Luciano Oliveira Santos

Formato: PDF
Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader
Modo de acesso: World Wide Web
Inclui bibliografia
ISBN 978-65-6009-261-7
DOI: 10.29327/5890653

1. Educação e saúde mental. 2. Higiene e saúde / Alimentação / Nutrição.
I. Silva, Antônio Veimar da. II. Fausto, Jozadake Petry. III. Silva, Carla Michelle da.
IV. Título.

CDD: 372.37
CDU: 37

Os artigos, seus conteúdos, textos e contextos que participam da presente obra apresentam responsabilidade de seus autores.

Downloads podem ser feitos com créditos aos autores. São proibidas as modificações e os fins comerciais.

Proibido plágio e todas as formas de cópias.

Editora MultiAtual
CNPJ: 35.335.163/0001-00
Telefone: +55 (37) 99855-6001
www.editoramultiatual.com.br
editoramultiatual@gmail.com
Formiga - MG
Catálogo Geral: <https://editoras.grupomultiatual.com.br/>

Acesse a obra originalmente publicada em:
<https://www.editoramultiatual.com.br/2026/07/educacao-e-saude-mental-nas-escolas.html>



EDUCAÇÃO E SAÚDE MENTAL NAS ESCOLAS

Organizadores

Antônio Veimar da Silva

Jozadake Petry Fausto

Carla Michelle da Silva

Hélio Costa e Silva

Williames Azevedo dos Santos

Luciano Oliveira Santos

Autores

Ana Paula Sérvio Sousa

Antônio Veimar da Silva

Carla Michelle da Silva

Crystiane Oliveira Rego

Irene Maria Mendonça

Jozadake Petry Fausto

Larisa Fernanda Nunes da Conceição

Lucineia Miranda Cordeiro Rosa

Magda Rodrigues dos Apóstolos

Rosana Alves Sampaio

Willames Azevedo dos Santos

APRESENTAÇÃO

A saúde mental tem se consolidado como uma das temáticas mais relevantes e urgentes da sociedade contemporânea. Em um contexto marcado por rápidas transformações sociais, avanços tecnológicos, mudanças nas relações interpessoais, ampliação das demandas emocionais e desafios educacionais cada vez mais complexos, torna-se impossível pensar a educação sem considerar o bem-estar psicológico daqueles que vivenciam diariamente os espaços escolares. A escola, tradicionalmente reconhecida como ambiente de ensino e aprendizagem, passou também a assumir um papel fundamental na promoção da saúde mental, no acolhimento das vulnerabilidades humanas e na construção de relações que favoreçam o desenvolvimento integral dos indivíduos.

Foi a partir dessa compreensão que surgiu a proposta desta obra intitulada *Educação e Saúde Mental nas Escolas*. O livro reúne reflexões, estudos e discussões que buscam contribuir para o fortalecimento do diálogo entre os campos da educação e da saúde mental, reconhecendo que ambos compartilham um objetivo comum: promover condições para que crianças, adolescentes, jovens e adultos possam desenvolver suas potencialidades de forma saudável, equilibrada e significativa.

Ao longo dos últimos anos, especialmente após os impactos provocados pela pandemia da COVID-19, tornou-se ainda mais evidente a necessidade de ampliar os debates sobre sofrimento emocional, ansiedade, estresse, depressão, inclusão, acolhimento e estratégias de promoção do bem-estar no ambiente escolar. Professores, gestores, estudantes e famílias passaram a enfrentar desafios que extrapolam os limites dos conteúdos curriculares e exigem novas formas de compreensão sobre os processos de ensino, aprendizagem e convivência humana. Nesse cenário, a saúde mental deixa de ser um tema complementar para ocupar posição central nas discussões sobre qualidade da educação e formação cidadã.

Esta obra foi construída com o propósito de oferecer subsídios teóricos e reflexivos capazes de auxiliar educadores, pesquisadores, estudantes, profissionais da saúde e demais interessados na compreensão das múltiplas interfaces existentes entre educação e saúde mental. Mais do que apresentar conceitos e evidências científicas, o livro busca estimular olhares sensíveis sobre a realidade escolar, valorizando práticas pedagógicas

humanizadas, relações interpessoais saudáveis e estratégias de cuidado que contribuam para a construção de ambientes educativos mais acolhedores e inclusivos.

Os capítulos que compõem esta publicação abordam diferentes dimensões da temática, iniciando pela discussão dos fundamentos que articulam educação e saúde mental e avançando para questões relacionadas à ansiedade, estresse, depressão, saúde mental docente, papel da família, práticas pedagógicas promotoras de bem-estar, escuta ativa, inclusão escolar, transtornos de aprendizagem, autorregulação emocional, políticas públicas e estratégias de prevenção e promoção da saúde mental. Essa diversidade temática permite uma compreensão ampla e integrada dos desafios e das possibilidades existentes no contexto educacional contemporâneo.

Ao abordar temas como acolhimento, empatia, vínculo, inclusão e cuidado, a obra reafirma a importância de compreender a escola como um espaço de formação humana. Aprender não se restringe à aquisição de conhecimentos acadêmicos; envolve também a construção de identidades, valores, relações sociais e competências emocionais que acompanharão os sujeitos ao longo de toda a vida. Dessa forma, investir em saúde mental significa investir em educação de qualidade, em cidadania e na construção de uma sociedade mais justa, solidária e comprometida com o desenvolvimento humano.

Espera-se que este livro contribua para ampliar reflexões, inspirar práticas pedagógicas e fortalecer ações voltadas à promoção da saúde mental nas instituições educacionais. Que suas páginas possam servir como instrumento de formação, sensibilização e transformação, auxiliando profissionais da educação e da saúde na construção de ambientes escolares cada vez mais acolhedores, inclusivos e comprometidos com o bem-estar de toda a comunidade.

Por fim, esta obra é também um convite à reflexão coletiva. Cuidar da saúde mental nas escolas não é responsabilidade exclusiva de um único profissional ou setor, mas um compromisso compartilhado entre educadores, famílias, gestores, profissionais da saúde, estudantes e sociedade. Somente por meio da colaboração, do diálogo e da valorização das relações humanas será possível construir espaços educativos capazes de promover não apenas aprendizagem, mas também esperança, pertencimento, dignidade e qualidade de vida.

Dr. Antônio Veimar da Silva

SUMÁRIO

Capítulo 1 EDUCAÇÃO E SAÚDE MENTAL: POR QUE ESSA CONVERSA NÃO PODE MAIS ESPERAR Jozadake Petry Fausto; Antônio Veimar da Silva; Lucineia Miranda Cordeiro Rosa; Carla Michelle da Silva	12
Capítulo 2 ANSIEDADE, ESTRESSE E DEPRESSÃO NO AMBIENTE ESCOLAR Ana Paula Sérvio Sousa; Carla Michelle da Silva; Antônio Veimar da Silva	27
Capítulo 3 BURNOUT DOCENTE: SINAIS, CAUSAS E CAMINHOS POSSÍVEIS Antônio Veimar da Silva; Carla Michelle da Silva	47
Capítulo 4 RELAÇÕES INTERPESSOAIS E CLIMA ESCOLAR SAUDÁVEL: Construindo Ambientes Saudáveis para Aprender e Conviver Irene Maria Mendonça; Antônio Veimar da Silva; Carla Michelle da Silva	67
Capítulo 5 O PAPEL DA FAMÍLIA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES Antônio Veimar da Silva; Willames Azevedo dos Santos; Carla Michelle da Silva	87
Capítulo 6 PRÁTICAS PEDAGÓGICAS QUE FAVORECEM O BEM-ESTAR EMOCIONAL Antônio Veimar da Silva; Magda Rodrigues dos Apóstolos; Carla Michelle da Silva	107
Capítulo 7 ESCUTA ATIVA E ACOLHIMENTO NA ESCOLA Antônio Veimar da Silva	128
Capítulo 8 INCLUSÃO ESCOLAR E SAÚDE MENTAL: DESAFIOS E ESTRATÉGIAS Antônio Veimar da Silva; Larisa Fernanda Nunes da Conceição; Carla Michelle da Silva	145
Capítulo 9 TRANSTORNOS DE APRENDIZAGEM E SOFRIMENTO EMOCIONAL Cristiane Oliveira Rego; Antônio Veimar da Silva	163
Capítulo 10 AUTOCUIDADO E AUTORREGULAÇÃO EMOCIONAL NO CONTEXTO ESCOLAR Antônio Veimar da Silva	184
Capítulo 11 POLÍTICAS PÚBLICAS E SAÚDE MENTAL NA EDUCAÇÃO BÁSICA Carla Michelle da Silva; Rosana Alves Sampaio; Antônio Veimar da Silva	204
Capítulo 12 ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NA ESCOLA Antônio Veimar da Silva; Carla Michelle da Silva; Luciano Oliveira Santos	225

Organizadores	245
Autores	248

EDUCAÇÃO E SAÚDE MENTAL: POR QUE ESSA CONVERSA NÃO PODE MAIS ESPERAR

Jozadake Petry Fausto

Antônio Veimar da Silva

Lucineia Miranda Cordeiro Rosa

Carla Michelle da Silva

1. Introdução

A discussão sobre saúde mental no contexto educacional deixou de ser uma temática periférica para ocupar posição central nos debates sobre a qualidade da educação e o desenvolvimento humano. Em um cenário marcado por transformações sociais aceleradas, ampliação das desigualdades, mudanças nas formas de interação social e novas demandas emocionais, a escola passou a lidar com desafios que ultrapassam os limites da aprendizagem formal. Cada vez mais, professores, gestores e famílias percebem que o bem-estar psicológico dos estudantes influencia diretamente sua participação, permanência e desempenho escolar (Salgueiro, 2021; Estanislau; Bressan, 2014).

A relação entre educação e saúde mental é complexa e envolve fatores individuais, familiares, sociais e institucionais. Crianças e adolescentes chegam diariamente às escolas trazendo experiências diversas, muitas vezes marcadas por vulnerabilidades sociais, conflitos familiares, dificuldades emocionais e situações de sofrimento psíquico que repercutem em seu processo de escolarização. Nesse sentido, compreender a saúde mental exige reconhecer que os processos educativos são atravessados por aspectos

afetivos, emocionais e relacionais que influenciam o desenvolvimento integral dos sujeitos (Carneiro; Coutinho, 2015; Souza; Panúncio-Pinto; Fiorati, 2019).

Nos últimos anos, estudos têm evidenciado que educadores vêm identificando um crescimento significativo de demandas relacionadas à saúde mental no ambiente escolar. Questões como dificuldades de socialização, alterações comportamentais, sofrimento emocional, insegurança, baixa autoestima e outros sinais de vulnerabilidade passaram a fazer parte do cotidiano das instituições de ensino. Entretanto, muitos profissionais ainda relatam limitações em sua formação para compreender e lidar adequadamente com essas situações, reforçando a necessidade de ampliar o diálogo entre os campos da educação e da saúde (Cid *et al.*, 2019; Silva; Jurdi, 2023).

A pandemia da COVID-19 tornou ainda mais visíveis desafios que já existiam antes da crise sanitária. O isolamento social, as perdas afetivas, as mudanças abruptas nas rotinas escolares e as incertezas vivenciadas por estudantes e educadores produziram impactos importantes sobre o equilíbrio emocional de diferentes grupos. Diversas pesquisas apontam que o período pandêmico intensificou sentimentos de ansiedade, medo, tristeza e insegurança, exigindo novas formas de acolhimento e cuidado dentro dos espaços educativos (Antúñez *et al.*, 2021; Fernandes *et al.*, 2023; Scorsolini-Comin, 2021).

Ao mesmo tempo, a literatura tem demonstrado que a promoção da saúde mental não deve estar associada apenas à prevenção ou ao tratamento de transtornos (Dias; Amarante, 2022). Trata-se de um processo que envolve a construção de ambientes acolhedores, relações saudáveis, fortalecimento de vínculos sociais e desenvolvimento de estratégias que favoreçam a participação, a autonomia e o sentimento de pertencimento. Sob essa perspectiva, a escola pode assumir papel estratégico na promoção da saúde mental ao desenvolver ações educativas, preventivas e formativas voltadas para toda a comunidade escolar (Silva *et al.*, 2019; Santos, 2023).

Outro aspecto relevante refere-se à necessidade de articulação entre diferentes setores da sociedade. Experiências desenvolvidas nos campos da atenção psicossocial e da atenção básica à saúde demonstram que ações integradas tendem a produzir resultados mais efetivos no cuidado às pessoas em sofrimento emocional (Lima; Dimenstein, 2016). A construção de redes colaborativas envolvendo escola, família, serviços de saúde e comunidade amplia as possibilidades de identificação precoce de dificuldades e fortalece estratégias de acompanhamento e apoio aos estudantes (Arce; Sousa; Lima, 2011; Camatta; Tocantins; Schneider, 2016). Além das transformações

sociais presenciais, a crescente inserção das tecnologias digitais na vida cotidiana trouxe novos desafios para a promoção da saúde mental. A hiperconectividade, a exposição contínua às redes sociais e as mudanças nas formas de comunicação influenciam comportamentos, relações interpessoais e processos de aprendizagem, tornando indispensável a construção de práticas educativas que promovam o uso crítico, equilibrado e saudável das tecnologias (Wen, 2019).

Diante desse contexto, torna-se fundamental compreender a escola não apenas como um espaço de transmissão de conhecimentos, mas também como um ambiente de cuidado, acolhimento e desenvolvimento humano. Investir em ações voltadas para a saúde mental significa fortalecer as condições necessárias para que estudantes e profissionais da educação possam construir trajetórias mais saudáveis, participativas e significativas ao longo de sua formação (Pinheiro; Hypólito; Kantorski, 2019; Cotta *et al.*, 2025).

Este capítulo tem como objetivo discutir a relação entre educação e saúde mental, evidenciando a importância da escola como espaço de promoção do bem-estar emocional, prevenção do sofrimento psíquico e fortalecimento de práticas educativas voltadas para o desenvolvimento integral dos estudantes e de toda a comunidade escolar.

2. Compreendendo a saúde mental na contemporaneidade

A saúde mental constitui uma dimensão fundamental da existência humana e está diretamente relacionada à forma como as pessoas percebem a si mesmas, estabelecem relações sociais, enfrentam desafios cotidianos e participam da vida em sociedade. Durante muito tempo, a compreensão desse conceito esteve associada predominantemente à ausência de doenças ou transtornos mentais. Entretanto, as discussões contemporâneas ampliaram essa perspectiva, reconhecendo a saúde mental como um estado dinâmico que envolve bem-estar emocional, equilíbrio psicológico, participação social, autonomia e capacidade de adaptação às diferentes situações da vida (Vecchia; Martins, 2009).

Essa ampliação conceitual permitiu compreender que a saúde mental não pode ser analisada apenas sob uma ótica biológica ou individual. Aspectos sociais, econômicos, culturais, familiares e educacionais exercem influência significativa sobre a forma como as pessoas constroem sua saúde emocional ao longo da vida. Assim, experiências de exclusão, desigualdade, violência, preconceito e vulnerabilidade social podem impactar

negativamente o bem-estar psicológico, enquanto relações de apoio, pertencimento e acolhimento tendem a atuar como fatores de proteção (Arce; Sousa; Lima, 2011). Nesse contexto, o cuidado em saúde mental passou a ser compreendido como uma responsabilidade compartilhada entre diferentes setores da sociedade. A atenção às necessidades emocionais dos indivíduos não deve ocorrer exclusivamente nos serviços especializados de saúde, mas também em espaços comunitários, familiares e educacionais, onde grande parte das experiências humanas é construída. Essa perspectiva fortalece a compreensão de que a promoção da saúde mental depende de ações integradas que considerem a complexidade das relações humanas e dos contextos sociais nos quais as pessoas estão inseridas (Camatta; Tocantins; Schneider, 2016).

As transformações ocorridas nas últimas décadas também contribuíram para o fortalecimento desse debate. O avanço das tecnologias digitais, as mudanças nas relações de trabalho, a aceleração dos fluxos de informação e as novas formas de interação social produziram benefícios importantes para a sociedade, mas também trouxeram desafios relacionados ao equilíbrio emocional. O aumento das pressões cotidianas, da exposição permanente às redes digitais e das exigências sociais tem sido apontado como um dos fatores que contribuem para o crescimento de situações de sofrimento psíquico em diferentes faixas etárias (Wen, 2019). Além disso, a contemporaneidade é marcada por uma realidade cada vez mais complexa e instável, na qual indivíduos precisam lidar constantemente com mudanças rápidas e imprevisíveis. Nesse cenário, a saúde mental assume papel estratégico para a construção da resiliência, da capacidade de enfrentamento e da manutenção da qualidade de vida. Mais do que tratar doenças, torna-se necessário desenvolver competências emocionais que favoreçam a adaptação saudável aos desafios da vida cotidiana (Salgueiro, 2021).

As discussões atuais também destacam a importância do suporte social como elemento fundamental para a promoção do bem-estar psicológico. Relações interpessoais positivas, redes de apoio e espaços de escuta favorecem a construção de sentimentos de segurança, pertencimento e valorização pessoal. Quando os indivíduos encontram ambientes capazes de acolher suas dificuldades e reconhecer suas potencialidades, aumentam as possibilidades de desenvolvimento saudável e de enfrentamento das adversidades (Silva; Ximenes, 2022).

Outro aspecto relevante refere-se à necessidade de superar estigmas historicamente associados às questões de saúde mental. Durante muitos anos, o

sofrimento emocional foi tratado como sinal de fragilidade individual ou incapacidade pessoal. Atualmente, compreende-se que dificuldades emocionais fazem parte da experiência humana e podem ser influenciadas por múltiplos fatores contextuais. Essa mudança de perspectiva tem favorecido o desenvolvimento de práticas mais humanizadas, centradas no cuidado, na escuta e no respeito às singularidades de cada indivíduo (Dias; Amarante, 2022).

A pandemia da COVID-19 representou um marco importante nesse processo de conscientização social. Os impactos emocionais provocados pelo isolamento social, pelas perdas humanas e pelas incertezas coletivas evidenciaram a importância da saúde mental como componente essencial da qualidade de vida. O período pandêmico ampliou debates sobre sofrimento psíquico, autocuidado, suporte social e promoção do bem-estar, tornando o tema ainda mais presente em diferentes espaços sociais, inclusive nas instituições educacionais (Antúnez et al., 2021; Scorsolini-Comin, 2021). Diante desse panorama, torna-se evidente que compreender a saúde mental na contemporaneidade exige uma visão ampla e interdisciplinar. Não se trata apenas de identificar transtornos ou oferecer intervenções terapêuticas, mas de construir condições que favoreçam o desenvolvimento humano em sua integralidade. Essa compreensão amplia as possibilidades de atuação de diferentes instituições sociais, entre elas a escola, que ocupa posição privilegiada na promoção do bem-estar e na formação de sujeitos capazes de enfrentar os desafios do mundo atual de forma saudável e consciente (Pinheiro; Hypólito; Kantorski, 2019).

3. Educação e saúde mental: interfaces necessárias para o desenvolvimento humano

A relação entre educação e saúde mental tem ganhado crescente relevância nas últimas décadas, especialmente diante da compreensão de que o processo educativo envolve muito mais do que a transmissão de conhecimentos. Aprender é uma experiência profundamente humana, permeada por emoções, relações sociais, expectativas, desafios e vivências que influenciam diretamente a forma como cada indivíduo se desenvolve. Nesse sentido, educação e saúde mental constituem áreas interdependentes, cuja articulação é fundamental para a promoção do desenvolvimento integral dos sujeitos (Salgueiro, 2021).

Historicamente, a escola foi concebida como um espaço voltado prioritariamente para a construção do conhecimento acadêmico. Entretanto, as transformações sociais e os avanços nas pesquisas sobre desenvolvimento humano evidenciaram que aspectos emocionais, afetivos e relacionais desempenham papel decisivo na aprendizagem. Quando estudantes vivenciam situações de sofrimento emocional, insegurança ou vulnerabilidade, suas capacidades de concentração, interação social e participação escolar podem ser significativamente afetadas, demonstrando que saúde mental e aprendizagem caminham lado a lado (Estanislau; Bressan, 2014).

A literatura aponta que a promoção da saúde mental no contexto educacional deve ser compreendida como uma estratégia voltada ao fortalecimento das potencialidades dos indivíduos e à construção de ambientes favoráveis ao desenvolvimento humano. Isso significa que as ações educativas precisam considerar não apenas os resultados acadêmicos, mas também o bem-estar emocional, a formação de vínculos saudáveis, o respeito às diferenças e o desenvolvimento de competências socioemocionais que auxiliem estudantes a enfrentar os desafios da vida cotidiana (Dias; Amarante, 2022; Cotta *et al.*, 2025; Cid *et al.*, 2019). Nesse cenário, a escola assume uma função social ampliada. Além de promover o acesso ao conhecimento científico e cultural, passa a contribuir para a formação de sujeitos capazes de compreender suas emoções, desenvolver autonomia, construir relações saudáveis e participar ativamente da vida em sociedade. Essa perspectiva reforça a importância de práticas pedagógicas que valorizem o diálogo, a escuta, a cooperação e o acolhimento como elementos constitutivos do processo educativo (Estanislau; Bressan, 2014).

Outro aspecto relevante refere-se ao papel dos educadores na identificação de sinais de sofrimento emocional. Embora a escola não tenha função terapêutica, os profissionais da educação convivem diariamente com os estudantes e frequentemente são os primeiros a perceber alterações comportamentais, dificuldades de interação ou mudanças significativas no desempenho escolar. Essa proximidade permite que a instituição atue como importante espaço de observação, acolhimento e encaminhamento quando necessário (Cid *et al.*, 2019). A aproximação entre os campos da educação e da saúde também favorece a construção de práticas mais humanizadas e integradas. Estudos têm demonstrado que ações desenvolvidas de forma colaborativa entre profissionais da educação, da saúde e das famílias ampliam as possibilidades de cuidado e fortalecem as redes de apoio disponíveis para crianças e adolescentes. Essa articulação contribui para a

construção de respostas mais efetivas diante das demandas emocionais presentes no cotidiano escolar (Silva; Jurdi, 2023).

Além dos benefícios individuais, a integração entre educação e saúde mental produz impactos positivos para toda a comunidade escolar. Ambientes que valorizam o respeito, a empatia e o cuidado tendem a apresentar melhores relações interpessoais, redução de conflitos e maior engajamento dos estudantes nas atividades educacionais. Dessa forma, promover saúde mental não significa apenas cuidar daqueles que apresentam sofrimento psíquico, mas fortalecer as condições necessárias para que todos possam aprender e conviver de maneira mais saudável (Silva *et al.*, 2019).

As experiências desenvolvidas em diferentes contextos educacionais evidenciam que estratégias como rodas de conversa, espaços de escuta, atividades colaborativas e ações voltadas para o fortalecimento dos vínculos podem contribuir significativamente para o bem-estar dos participantes. Essas iniciativas favorecem a expressão de sentimentos, o compartilhamento de experiências e a construção de relações mais solidárias, elementos fundamentais para a promoção da saúde mental nos ambientes educativos (Antúñez *et al.*, 2021; Cotta *et al.*, 2025).

Diante dessas reflexões, torna-se evidente que educação e saúde mental não devem ser compreendidas como áreas separadas, mas como dimensões complementares do desenvolvimento humano. Reconhecer essa interdependência representa um passo essencial para a construção de escolas mais inclusivas, acolhedoras e comprometidas com a formação integral dos estudantes, preparando-os não apenas para os desafios acadêmicos, mas também para a vida em sociedade.

4. A saúde mental de crianças e adolescentes no contexto escolar

A infância e a adolescência representam fases fundamentais para a formação da identidade, o desenvolvimento das habilidades socioemocionais e a construção das relações interpessoais. Durante esses períodos, crianças e adolescentes vivenciam intensas transformações cognitivas, emocionais, físicas e sociais, que influenciam diretamente sua forma de compreender o mundo e de se relacionar com as pessoas ao seu redor. Nesse processo, a escola ocupa lugar privilegiado por constituir um dos principais espaços de convivência, socialização e desenvolvimento humano (Carneiro; Coutinho, 2015).

Nas últimas décadas, tem-se observado um aumento significativo das discussões relacionadas à saúde mental infantojuvenil. Diversos fatores têm contribuído para esse cenário, incluindo mudanças nas estruturas familiares, ampliação das desigualdades sociais, exposição a situações de violência, pressões acadêmicas e desafios decorrentes das transformações tecnológicas e culturais. Como resultado, questões relacionadas ao sofrimento emocional passaram a ser identificadas com maior frequência no cotidiano escolar (Silva; Jurdi, 2023).

A escola frequentemente se torna o primeiro espaço institucional onde sinais de dificuldades emocionais são percebidos. Alterações de comportamento, isolamento social, irritabilidade, dificuldades de aprendizagem, baixa participação nas atividades escolares e problemas de relacionamento podem indicar a necessidade de atenção e acompanhamento mais cuidadoso. Muitas vezes, esses sinais são interpretados apenas como problemas disciplinares ou dificuldades acadêmicas, quando, na realidade, podem estar associados a demandas emocionais mais complexas (Cid *et al.*, 2019). As chamadas "queixas escolares" ilustram bem essa realidade. Problemas relacionados ao desempenho acadêmico, dificuldades de adaptação, comportamentos considerados inadequados ou conflitos interpessoais frequentemente chegam aos serviços de saúde mental como demandas educacionais. Entretanto, estudos demonstram que essas situações geralmente envolvem múltiplos fatores que extrapolam o ambiente escolar, exigindo análises mais amplas sobre as condições de vida, as relações familiares e os contextos sociais vivenciados pelos estudantes (Carneiro; Coutinho, 2015).

Outro aspecto relevante refere-se às situações de vulnerabilidade social enfrentadas por muitas crianças e adolescentes. A exposição à pobreza, à insegurança alimentar, à violência doméstica, à exclusão social e à fragilidade das redes de apoio pode comprometer significativamente o bem-estar psicológico e o desenvolvimento saudável. Nesses contextos, a escola frequentemente assume papel ainda mais importante como espaço de proteção, acolhimento e fortalecimento de vínculos sociais (Souza; Panúncio-Pinto; Fiorati, 2019). Além dos fatores externos, as próprias demandas inerentes ao processo de crescimento podem gerar desafios emocionais significativos. A busca por pertencimento, a construção da autoestima, as mudanças corporais, as expectativas familiares e escolares, bem como as relações com os pares, constituem experiências que podem provocar inseguranças, conflitos internos e sofrimento emocional. Quando não encontram espaços adequados de escuta e apoio, esses desafios podem repercutir

negativamente na trajetória escolar e no desenvolvimento integral dos estudantes (Estanislau; Bressan, 2014).

A pandemia da COVID-19 evidenciou ainda mais a vulnerabilidade emocional de crianças e adolescentes. O afastamento das atividades presenciais, a interrupção das rotinas escolares, o isolamento social e as incertezas vivenciadas durante esse período produziram impactos importantes sobre o desenvolvimento emocional dos estudantes. Professores da educação básica relataram aumento de comportamentos relacionados à ansiedade, insegurança, dificuldades de socialização e alterações emocionais após o retorno às atividades presenciais (Fernandes *et al.*, 2023). Diante desse cenário, torna-se fundamental que as instituições educacionais desenvolvam uma visão ampliada sobre a saúde mental infantojuvenil. Isso implica reconhecer que o desempenho escolar não pode ser analisado isoladamente, mas deve ser compreendido em articulação com os aspectos emocionais, familiares e sociais que influenciam o desenvolvimento dos estudantes. Uma abordagem sensível e humanizada permite que a escola identifique necessidades, fortaleça fatores de proteção e contribua para a construção de trajetórias educacionais mais saudáveis (Cid *et al.*, 2019).

Nesse contexto, a promoção da saúde mental de crianças e adolescentes não deve ser entendida apenas como uma ação voltada à prevenção de transtornos, mas como um compromisso permanente com a construção de ambientes seguros, acolhedores e inclusivos. Ao reconhecer as singularidades dos estudantes e valorizar seu bem-estar emocional, a escola fortalece sua função social e contribui para o desenvolvimento integral daqueles que nela constroem suas experiências de aprendizagem e convivência (Silva; Jurdi, 2023; Souza; Panúncio-Pinto; Fiorati, 2019).

5. Os impactos das transformações sociais, digitais e da pandemia na saúde mental escolar

As transformações sociais ocorridas nas últimas décadas modificaram significativamente a forma como crianças, adolescentes e adultos se relacionam com o mundo, influenciando diretamente sua saúde mental. O avanço tecnológico, a globalização, as mudanças nas estruturas familiares e o aumento das exigências sociais criaram novos desafios para o desenvolvimento humano e para os processos educativos. Nesse cenário, a escola passou a conviver com demandas emocionais cada vez mais

complexas, exigindo dos profissionais da educação novas formas de compreensão e intervenção diante das necessidades dos estudantes (Salgueiro, 2021; Wen, 2019).

O ambiente digital ocupa papel central nessas transformações. As tecnologias da informação e comunicação ampliaram o acesso ao conhecimento, facilitaram a interação social e possibilitaram novas formas de aprendizagem. Entretanto, também trouxeram desafios relacionados à hiperconectividade, à exposição excessiva às redes sociais, à circulação acelerada de informações e ao aumento das pressões por desempenho e aceitação social. Essas mudanças têm influenciado diretamente a forma como crianças e adolescentes constroem sua identidade, suas relações interpessoais e sua percepção sobre si mesmos (Wen, 2019; Silva; Ximenes, 2022).

A presença constante das tecnologias digitais também alterou as dinâmicas escolares e familiares. Muitos estudantes passaram a vivenciar parte significativa de suas experiências sociais em ambientes virtuais, o que pode favorecer tanto oportunidades de interação quanto situações de isolamento, conflitos e vulnerabilidades emocionais. Diante dessa realidade, torna-se fundamental que a escola desenvolva ações educativas voltadas para o uso consciente e saudável das tecnologias, promovendo reflexões sobre cidadania digital, equilíbrio emocional e convivência respeitosa nos espaços virtuais (Wen, 2019; Santos, 2023). Paralelamente às transformações tecnológicas, a sociedade contemporânea tem sido marcada pelo aumento das incertezas, da competitividade e das exigências relacionadas ao desempenho acadêmico e social. Crianças e adolescentes são frequentemente expostos a expectativas elevadas em relação ao sucesso escolar, à produtividade e à construção de projetos de vida cada vez mais precoces. Essas pressões podem gerar sentimentos de insegurança, medo do fracasso e sofrimento emocional, impactando negativamente o processo de aprendizagem e o bem-estar psicológico dos estudantes (Estanislau; Bressan, 2014; Souza; Panúncio-Pinto; Fiorati, 2019).

A pandemia da COVID-19 intensificou muitos desses desafios e produziu impactos sem precedentes sobre a saúde mental da comunidade escolar. O fechamento das instituições de ensino, o distanciamento social e a necessidade de adaptação ao ensino remoto alteraram profundamente as rotinas de estudantes, professores e famílias. Além das dificuldades pedagógicas, surgiram preocupações relacionadas ao isolamento, às perdas afetivas, às incertezas econômicas e aos medos associados à crise sanitária (Antúñez *et al.*, 2021; Fernandes *et al.*, 2023). Os efeitos emocionais desse período foram observados em diferentes níveis de ensino. Professores relataram aumento de

comportamentos relacionados à ansiedade, tristeza, irritabilidade, insegurança e dificuldades de interação social entre crianças e adolescentes. Muitos estudantes retornaram às atividades presenciais apresentando dificuldades para reconstruir vínculos, retomar rotinas e lidar com as demandas acadêmicas após longos períodos de afastamento da convivência escolar (Fernandes *et al.*, 2023; Antúñez *et al.*, 2021).

Ao mesmo tempo, a pandemia evidenciou a importância das relações sociais e das redes de apoio para a manutenção da saúde mental. O período de isolamento demonstrou que a escola exerce funções que vão além da aprendizagem formal, atuando como espaço de convivência, acolhimento, proteção e construção de vínculos. A ausência dessas experiências reforçou a necessidade de valorizar práticas educativas que promovam o diálogo, a escuta e o fortalecimento das relações humanas no cotidiano escolar (Scorsolini-Comin, 2021; Antúñez *et al.*, 2021).

Outro aspecto relevante refere-se ao impacto emocional vivenciado pelos próprios profissionais da educação. Professores e gestores precisaram adaptar rapidamente suas práticas pedagógicas, lidar com novas tecnologias e enfrentar desafios relacionados ao cuidado com os estudantes em um contexto de grande instabilidade social. Essas experiências evidenciaram que a promoção da saúde mental deve contemplar toda a comunidade escolar, e não apenas os estudantes, fortalecendo ações de cuidado coletivo e apoio mútuo (Pinheiro; Hypólito; Kantorski, 2019; Silva; Ximenes, 2022).

Diante desse panorama, torna-se evidente que as transformações sociais, digitais e os efeitos da pandemia redefiniram os desafios da educação contemporânea. Compreender essas mudanças é essencial para que as escolas desenvolvam estratégias capazes de responder às novas demandas emocionais da comunidade escolar, promovendo ambientes mais acolhedores, resilientes e preparados para contribuir com o desenvolvimento integral dos sujeitos em uma sociedade em constante transformação (Salgueiro, 2021; Dias; Amarante, 2022).

6. Considerações Finais

A saúde mental tem se consolidado como uma das questões mais relevantes para a educação contemporânea, uma vez que influencia diretamente o desenvolvimento humano, as relações interpessoais e os processos de aprendizagem. Ao longo deste capítulo, foi possível compreender que o bem-estar emocional não pode ser dissociado da

experiência educativa, pois estudantes, professores, famílias e gestores constroem suas trajetórias escolares a partir de vivências que envolvem dimensões cognitivas, afetivas, sociais e culturais de forma integrada.

As discussões apresentadas evidenciaram que a compreensão da saúde mental ultrapassa a perspectiva centrada apenas na ausência de transtornos psicológicos. Trata-se de um fenômeno complexo, influenciado por fatores individuais, familiares, comunitários e institucionais, que exige uma abordagem ampla e interdisciplinar. Nesse sentido, promover saúde mental significa criar condições para que os sujeitos desenvolvam autonomia, vínculos saudáveis, participação social e capacidade de enfrentamento diante dos desafios da vida cotidiana.

Também foi possível observar que a escola ocupa posição estratégica nesse processo. Por ser um dos principais espaços de socialização durante a infância e a adolescência, a instituição escolar possui potencial significativo para identificar vulnerabilidades, fortalecer fatores de proteção e promover experiências que favoreçam o desenvolvimento integral dos estudantes. Quando o ambiente escolar valoriza o acolhimento, o respeito às diferenças, a escuta qualificada e a construção de relações positivas, amplia-se a possibilidade de formação de sujeitos mais seguros, participativos e emocionalmente saudáveis.

Outro aspecto destacado refere-se às profundas transformações sociais vivenciadas nas últimas décadas. As mudanças tecnológicas, a intensificação das demandas sociais e os impactos provocados pela pandemia da COVID-19 contribuíram para ampliar desafios relacionados ao equilíbrio emocional de crianças, adolescentes e profissionais da educação. Esses fenômenos evidenciaram a necessidade de fortalecer estratégias de cuidado que considerem as novas realidades vivenciadas pela comunidade escolar e promovam respostas mais sensíveis às demandas emergentes. Além disso, ficou evidente que a promoção da saúde mental não é responsabilidade exclusiva da escola. O enfrentamento das dificuldades emocionais exige ações articuladas entre educação, saúde, família e comunidade, fortalecendo redes de apoio capazes de oferecer acolhimento, orientação e acompanhamento aos indivíduos em diferentes contextos de vida. A construção dessas parcerias amplia as possibilidades de prevenção, cuidado e promoção do bem-estar coletivo.

Assim, discutir saúde mental no contexto educacional significa reconhecer que ensinar e aprender são processos profundamente humanos. Antes de serem estudantes,

professores ou gestores, os sujeitos que compõem a escola são pessoas que carregam histórias, emoções, expectativas, desafios e potencialidades. Assim, investir na promoção da saúde mental representa investir em uma educação mais inclusiva, humanizada e comprometida com a formação integral dos indivíduos. Essa compreensão torna-se essencial para a construção de ambientes escolares capazes de responder aos desafios do presente e contribuir para uma sociedade mais saudável, empática e socialmente responsável.

Referências

- ANTÚNEZ, A. E. A. et al. Rodas de conversa na universidade pública durante a pandemia covid-19: educação e saúde mental. **Construção psicopedagógica**, v. 30, n. 31, p. 6-18, 2021.
- ARCE, V. A. R.; SOUSA, M. F. de; LIMA, M. da G. A práxis da Saúde Mental no âmbito da Estratégia Saúde da Família: contribuições para a construção de um cuidado integrado. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 21, p. 541-560, 2011.
- CAMATTA, M. W.; TOCANTINS, F.; SCHNEIDER, J. F. Ações de saúde mental na Estratégia Saúde da Família: Expectativas de familiares. **Escola Anna Nery**, v. 20, p. 281-288, 2016.
- CARNEIRO, C.; COUTINHO, L. G. Infância e adolescência: como chegam as queixas escolares à saúde mental?. **Educar em revista**, p. 181-192, 2015.
- CID, M. F. B. et al. Saúde mental infantil e contexto escolar: as percepções dos educadores. **Pro-posições**, v. 30, p. e20170093, 2019.
- COIMBRA, V. C. C. et al. Avaliação da satisfação dos usuários com o cuidado da saúde mental na Estratégia Saúde da Família. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 45, n. 5, p. 1150-1156, 2011.
- COTTA, R. M. M. et al. Varal da Saúde Mental e Rodas de Diálogo: técnicas e métodos ativos na investigação qualitativa em saúde e educação. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 30, p. e02122025, 2025.
- DIAS, J. V. dos S.; AMARANTE, P. D. de C. Educação popular e saúde mental: aproximando saberes e ampliando o cuidado. **Saúde em Debate**, v. 46, p. 188-199, 2022.
- ESTANISLAU, G. M.; BRESSAN, R. A. **Saúde mental na escola: o que os educadores devem saber**. Artmed Editora, 2014.
- FERNANDES, A. D. S. A. et al. A saúde mental das crianças durante a pandemia da COVID-19: uma perspectiva de professores de uma Unidade de Educação Infantil. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 31, p. e3548, 2023.
- LIMA, M.; DIMENSTEIN, M. O apoio matricial em saúde mental: uma ferramenta apoiadora da atenção à crise. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 20, p. 625-635, 2016.
- MACÊDO, V. C. D. de; MONTEIRO, A. R. M. Educação e saúde mental na família: experiência com grupos vivenciais. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 15, n. 2, p. 222-230, 2006.
- PINHEIRO, M. C. da C.; HYPÓLITO, Á. L. M.; KANTORSKI, L. P. Educação permanente no processo de trabalho em saúde mental. **Journal of Nursing and Health**, v. 9, n. 2, 2019.

SALGUEIRO, E. Educação e Saúde Mental ou Saúde Mental e Educação?. **Revista Interações**, v. 17, n. 59, p. 72-77, 2021.

SANTOS, N. G. N. Educação em Saúde Mental na Escola: Uma Conversa sobre o Uso de Drogas Durante a Escolarização. **Revista Científica FESA**, v. 3, n. 11, p. 24-34, 2023.

SCORSOLINI-COMIN, F. O que esperar depois do (in) esperado?: saúde mental no trânsito (pós) pandemia. **Revista da SPAGESP**, v. 22, n. 1, p. 1-5, 2021.

SILVA, A. M. S.; XIMENES, V. M. Discussões sobre saúde mental e suporte social entre estudantes universitários: Discussões sobre Saúde Mental e Suporte Social. **Revista Ciências Humanas**, v. 15, n. 1, 2022.

SILVA, C. D. da; JURDI, A. P. S. Saúde mental infantojuvenil e a escola: diálogos entre profissionais da educação e da saúde. **Saúde em Debate**, v. 46, p. 97-108, 2023.

SILVA, G. V. da et al. Promoção de saúde mental para adolescente em uma escola de ensino médio-Um relato de experiência. **Revista do NUFEN**, v. 11, n. 2, p. 133-148, 2019.

SOUZA, L. B. de; PANÚNCIO-PINTO, M. P.; FIORATI, R. C. Crianças e adolescentes em vulnerabilidade social: bem-estar, saúde mental e participação em educação. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 27, n. 2, p. 251-269, 2019.

VECCHIA, M. D.; MARTINS, S. T. F. Concepções dos cuidados em saúde mental por uma equipe de saúde da família, em perspectiva histórico-cultural. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 14, p. 183-193, 2009.

WEN, C. L. Educação para saúde mental no cotidiano do mundo digital. **Construção psicopedagógica**, v. 27, n. 28, p. 5-18, 2019.

ZAIDHAFT, S. A saúde mental dos estudantes de medicina: reminiscências e conjecturas de um mestre-escola. **Revista de Medicina**, v. 98, n. 2, p. 86-98, 2019.

ANSIEDADE, ESTRESSE E DEPRESSÃO NO AMBIENTE ESCOLAR

Ana Paula Sérvio Sousa

Carla Michelle da Silva

Antônio Veimar da Silva

1. Introdução

A saúde mental tem se tornado uma das principais preocupações no contexto educacional contemporâneo, especialmente diante do crescimento de manifestações relacionadas à ansiedade, ao estresse e à depressão entre estudantes e profissionais da educação. Embora essas condições não sejam fenômenos recentes, sua incidência tem aumentado significativamente nas últimas décadas, despertando o interesse de pesquisadores, educadores e gestores escolares em compreender seus fatores desencadeantes, impactos e possibilidades de enfrentamento. Nesse cenário, a escola emerge como um espaço privilegiado para a identificação precoce de sinais de sofrimento emocional e para a implementação de estratégias voltadas à promoção do bem-estar psicológico (Felício *et al.*, 2020; Facó *et al.*, 2022).

A experiência escolar envolve uma série de demandas cognitivas, sociais e emocionais que influenciam diretamente a saúde mental dos estudantes. Aspectos como pressão por desempenho acadêmico, dificuldades de adaptação, conflitos interpessoais, inseguranças relacionadas ao futuro e desafios presentes nas relações familiares podem contribuir para o desenvolvimento de sintomas emocionais que afetam a aprendizagem e

a qualidade de vida. Estudos recentes têm demonstrado que ansiedade, estresse e depressão estão cada vez mais presentes no cotidiano escolar, exigindo atenção permanente das instituições educacionais (Araujo *et al.*, 2024; Souza *et al.*, 2025).

Entre os transtornos emocionais mais frequentes, a ansiedade destaca-se por sua elevada prevalência entre crianças, adolescentes e jovens. Embora seja uma resposta natural diante de situações desafiadoras, quando se manifesta de forma intensa ou persistente pode comprometer significativamente o funcionamento acadêmico, social e emocional dos estudantes. A literatura aponta que sintomas ansiosos podem interferir na concentração, na participação em atividades escolares, no desempenho acadêmico e nas relações interpessoais, tornando-se um importante fator de vulnerabilidade para o desenvolvimento de outros problemas emocionais (Margis *et al.*, 2003; Silva *et al.*, 2024; Fialhe; Rodrigues, 2023).

O estresse também ocupa papel central nas discussões sobre saúde mental na educação. A exposição contínua a demandas consideradas excessivas ou difíceis de administrar pode desencadear reações físicas, cognitivas e emocionais que afetam o equilíbrio psicológico dos indivíduos. No ambiente escolar, fatores como sobrecarga de atividades, pressão por resultados, dificuldades de relacionamento e inseguranças relacionadas ao futuro podem contribuir para o aumento dos níveis de estresse entre estudantes e educadores (Margis *et al.*, 2003; Araujo *et al.*, 2024). A depressão, por sua vez, representa uma das condições que mais preocupam especialistas da área da saúde e da educação. Caracterizada por sentimentos persistentes de tristeza, desmotivação, perda de interesse pelas atividades cotidianas e alterações emocionais significativas, a depressão pode comprometer profundamente o desenvolvimento acadêmico e social dos estudantes. Quando não identificada e acompanhada adequadamente, pode repercutir em dificuldades de aprendizagem, isolamento social, evasão escolar e prejuízos à qualidade de vida (Facó *et al.*, 2022; Batista; Carvalho; Jacob, 2025).

As transformações sociais vivenciadas na contemporaneidade também contribuíram para ampliar os desafios relacionados à saúde mental. A intensificação do uso das tecnologias digitais, a aceleração das relações sociais, a competitividade crescente e as incertezas características da sociedade atual têm produzido novas formas de sofrimento emocional. Esses fenômenos afetam especialmente crianças e adolescentes, que se encontram em fases importantes de construção da identidade e de desenvolvimento socioemocional (Meirelles, 2021; Felício *et al.*, 2020). A pandemia da

COVID-19 representou um marco importante nesse contexto. O isolamento social, a interrupção das atividades presenciais, as perdas familiares e as mudanças abruptas nas rotinas escolares impactaram significativamente a saúde mental de estudantes e professores. Diversas pesquisas realizadas durante e após o período pandêmico identificaram aumento expressivo de sintomas relacionados à ansiedade, ao estresse e à depressão, evidenciando a necessidade de fortalecer ações de apoio emocional no ambiente educacional (Aliante; Taria; José, 2023; Melo *et al.*, 2022; Nascimento *et al.*, 2024).

Além dos estudantes, os profissionais da educação também têm sido afetados por essas condições emocionais. Professores frequentemente enfrentam situações de sobrecarga, múltiplas responsabilidades e desafios relacionados à gestão das demandas escolares, fatores que podem contribuir para o desenvolvimento de sintomas ansiosos, depressivos e estressores. Esse cenário reforça a necessidade de compreender a saúde mental como uma questão que envolve toda a comunidade escolar e não apenas os alunos (Costa; Silva, 2019; Silva *et al.*, 2022).

Diante dessa realidade, torna-se fundamental ampliar o conhecimento sobre ansiedade, estresse e depressão no contexto escolar, reconhecendo suas características, fatores associados e impactos sobre os processos educativos. Compreender essas condições representa um passo importante para o desenvolvimento de estratégias de prevenção, acolhimento e promoção da saúde mental capazes de contribuir para ambientes escolares mais saudáveis, inclusivos e humanizados (Costa *et al.*, 2020; Silveira *et al.*, 2022).

Este capítulo tem como objetivo discutir as manifestações da ansiedade, do estresse e da depressão no ambiente escolar, analisando seus principais fatores associados, impactos sobre a aprendizagem e o desenvolvimento humano, bem como estratégias que possam contribuir para a promoção da saúde mental e do bem-estar da comunidade escolar.

2. Compreendendo ansiedade, estresse e depressão no contexto escolar

A ansiedade, o estresse e a depressão figuram entre os principais desafios relacionados à saúde mental na contemporaneidade, especialmente entre crianças, adolescentes e jovens inseridos nos contextos educacionais. Embora apresentem

características próprias, essas condições frequentemente se manifestam de forma interligada, compartilhando fatores desencadeantes e repercutindo diretamente sobre o bem-estar emocional, o desempenho acadêmico e as relações interpessoais. A crescente incidência desses fenômenos no ambiente escolar tem despertado preocupação entre pesquisadores e profissionais da educação, que buscam compreender suas causas, manifestações e formas de prevenção (Felício *et al.*, 2020; Facó *et al.*, 2022).

A ansiedade pode ser compreendida como uma resposta natural do organismo diante de situações percebidas como desafiadoras ou ameaçadoras. Em níveis moderados, ela exerce função adaptativa ao preparar o indivíduo para enfrentar dificuldades e resolver problemas. Contudo, quando se torna intensa, frequente ou desproporcional aos acontecimentos vivenciados, pode comprometer significativamente a qualidade de vida e o funcionamento acadêmico dos estudantes. Nesses casos, sintomas como preocupação excessiva, medo constante, inquietação, dificuldades de concentração e alterações fisiológicas tornam-se mais evidentes (Margis *et al.*, 2003; Silva *et al.*, 2024).

No contexto escolar, a ansiedade pode surgir diante de diferentes situações, como avaliações, apresentações em público, dificuldades de aprendizagem, expectativas familiares ou processos de adaptação social. Crianças e adolescentes ansiosos frequentemente apresentam insegurança, receio de errar, necessidade excessiva de aprovação e dificuldades para lidar com frustrações. Essas manifestações podem interferir no desempenho acadêmico e nas relações estabelecidas dentro e fora da sala de aula (Fialhe; Rodrigues, 2023; Silva *et al.*, 2024). O estresse, por sua vez, está relacionado às respostas físicas e psicológicas desencadeadas pela exposição a situações consideradas exigentes ou ameaçadoras. Quando as demandas do ambiente superam os recursos percebidos pelo indivíduo para enfrentá-las, surgem reações que podem afetar o equilíbrio emocional e fisiológico. No ambiente escolar, fatores como excesso de atividades, pressão por resultados, conflitos interpessoais e inseguranças relacionadas ao futuro figuram entre os principais estressores identificados pela literatura (Margis *et al.*, 2003; Araujo *et al.*, 2024).

Embora o estresse faça parte da experiência humana, sua persistência pode gerar consequências importantes para a saúde mental. Sintomas como irritabilidade, fadiga, alterações do sono, dificuldades de atenção e redução da motivação tendem a surgir quando os indivíduos permanecem expostos a níveis elevados de tensão por períodos prolongados. Em estudantes, essas manifestações podem comprometer o processo de

aprendizagem e dificultar a participação nas atividades escolares (Costa *et al.*, 2020; Santos, 2022).

A depressão caracteriza-se por alterações persistentes do humor, acompanhadas por sentimentos de tristeza, desesperança, desmotivação e perda de interesse por atividades anteriormente consideradas prazerosas. Diferentemente das oscilações emocionais comuns ao desenvolvimento humano, a depressão envolve sofrimento intenso e duradouro, capaz de afetar diferentes dimensões da vida pessoal, social e acadêmica. Entre estudantes, essa condição pode manifestar-se por meio de isolamento social, baixo rendimento escolar, desinteresse pelas atividades e redução da autoestima (Facó *et al.*, 2022; Batista; Carvalho; Jacob, 2025).

Pesquisas realizadas em diferentes contextos educacionais têm demonstrado que ansiedade, estresse e depressão frequentemente coexistem, potencializando seus efeitos negativos sobre a saúde mental. Estudantes que apresentam níveis elevados de estresse tendem a desenvolver mais sintomas ansiosos, enquanto a permanência prolongada dessas condições pode aumentar o risco para quadros depressivos. Essa relação evidencia a necessidade de compreender esses fenômenos de forma integrada, considerando a complexidade dos fatores envolvidos em seu desenvolvimento (Margis *et al.*, 2003; Silveira *et al.*, 2022).

Outro aspecto relevante refere-se ao crescimento desses sintomas após a pandemia da COVID-19. Estudos recentes identificaram aumento significativo de manifestações relacionadas à ansiedade, ao estresse e à depressão entre estudantes de diferentes níveis de ensino, indicando que os efeitos emocionais da crise sanitária permanecem presentes mesmo após o retorno às atividades presenciais. Esse cenário reforça a necessidade de ampliar ações de acompanhamento e promoção da saúde mental dentro das instituições educacionais (Aliante; Taria; José, 2023; Melo *et al.*, 2022; Nascimento *et al.*, 2024). Diante desse contexto, compreender as características da ansiedade, do estresse e da depressão constitui um passo fundamental para o desenvolvimento de práticas educativas mais sensíveis às necessidades emocionais dos estudantes. O reconhecimento precoce dos sinais de sofrimento psicológico possibilita intervenções mais eficazes e contribui para a construção de ambientes escolares capazes de promover não apenas a aprendizagem, mas também o bem-estar e o desenvolvimento integral dos indivíduos (Felício *et al.*, 2020; Souza *et al.*, 2025).

3. Fatores escolares e sociais associados ao sofrimento emocional

O desenvolvimento da ansiedade, do estresse e da depressão entre estudantes não pode ser explicado por uma única causa. Essas condições resultam da interação entre fatores biológicos, psicológicos, sociais e ambientais que, quando combinados, podem aumentar a vulnerabilidade emocional dos indivíduos. No contexto escolar, diversos elementos presentes no cotidiano educacional atuam como potenciais desencadeadores ou agravantes do sofrimento psíquico, tornando necessária uma análise ampla das condições que influenciam a saúde mental dos estudantes (Margis *et al.*, 2003; Felício *et al.*, 2020).

Entre os fatores mais frequentemente associados ao sofrimento emocional está a pressão por desempenho acadêmico. Em muitos contextos, os estudantes convivem com elevadas expectativas relacionadas a notas, aprovações, ingresso em instituições de ensino e construção precoce de projetos profissionais. Embora o incentivo ao desenvolvimento acadêmico seja importante, a cobrança excessiva pode gerar sentimentos de insegurança, medo do fracasso e constante preocupação com resultados, favorecendo o surgimento de sintomas ansiosos e estressores (Araujo *et al.*, 2024; Souza *et al.*, 2025).

A competitividade presente em determinados ambientes educacionais também merece destaque. Quando o valor do estudante passa a ser associado predominantemente ao seu desempenho acadêmico, podem surgir sentimentos de inadequação, comparação excessiva e baixa autoestima. Essa realidade tende a afetar principalmente adolescentes que se encontram em fase de construção da identidade e da autopercepção, tornando-os mais suscetíveis ao desenvolvimento de dificuldades emocionais (Meirelles, 2021; Batista; Carvalho; Jacob, 2025). Outro fator importante refere-se à sobrecarga de atividades escolares. Rotinas intensas, excesso de tarefas, preparação para avaliações e participação simultânea em múltiplas demandas acadêmicas podem contribuir para o aumento dos níveis de estresse. Quando não há equilíbrio entre estudo, lazer, descanso e convivência social, o organismo pode apresentar sinais de esgotamento físico e emocional que comprometem tanto a aprendizagem quanto a qualidade de vida (Araujo *et al.*, 2024; Costa *et al.*, 2020).

As relações interpessoais vivenciadas no ambiente escolar também exercem forte influência sobre a saúde mental. Conflitos entre colegas, dificuldades de integração social,

experiências de exclusão e problemas na relação com professores podem gerar sentimentos de solidão, insegurança e sofrimento emocional. A escola, por ser um espaço de intensa convivência social, pode atuar tanto como fator de proteção quanto como elemento de vulnerabilidade, dependendo da qualidade das relações estabelecidas em seu interior (Pimentel; Méa; Patias, 2020; Felício *et al.*, 2020).

No âmbito familiar, diferentes condições podem impactar o equilíbrio emocional dos estudantes. Conflitos familiares frequentes, ausência de suporte emocional, dificuldades econômicas e ambientes domésticos marcados por instabilidade podem aumentar significativamente o risco para o desenvolvimento de sintomas ansiosos, depressivos e estressores. Por outro lado, relações familiares baseadas no diálogo, no apoio e na compreensão constituem importantes fatores de proteção para a saúde mental (Souza *et al.*, 2025; Santos, 2022).

As transformações sociais contemporâneas também têm contribuído para a ampliação dessas demandas emocionais. A velocidade das mudanças culturais, a instabilidade econômica, as incertezas em relação ao futuro e as exigências cada vez maiores por produtividade afetam diretamente a forma como crianças e adolescentes percebem suas possibilidades de realização pessoal e profissional. Esses elementos produzem sentimentos de pressão constante que podem repercutir negativamente sobre o bem-estar psicológico (Meirelles, 2021; Batista; Carvalho; Jacob, 2025). Nesse contexto, as redes sociais digitais assumem papel ambivalente. Ao mesmo tempo em que favorecem a comunicação e o acesso à informação, também podem intensificar comparações sociais, exposição excessiva à opinião dos outros e busca constante por validação. A construção de padrões idealizados de sucesso, beleza e felicidade frequentemente presentes nos ambientes virtuais pode gerar frustrações e sentimentos de inadequação, especialmente entre adolescentes (Meirelles, 2021; Aliante; Taria; José, 2023).

Outro aspecto amplamente discutido na literatura refere-se aos hábitos de vida dos estudantes. Pesquisas têm demonstrado associação entre sedentarismo, redução das atividades físicas e aumento dos sintomas de ansiedade, estresse e depressão. A prática regular de exercícios físicos, além de promover benefícios fisiológicos, contribui para a regulação emocional, redução das tensões cotidianas e fortalecimento do bem-estar psicológico, constituindo importante fator protetivo para a saúde mental (Costa *et al.*, 2021; Rosa *et al.*, 2023; Nascimento *et al.*, 2024).

Diante desse conjunto de fatores, torna-se evidente que o sofrimento emocional no ambiente escolar não deve ser compreendido como uma questão exclusivamente individual. Ele resulta da interação entre experiências pessoais e contextos sociais mais amplos, exigindo abordagens que considerem a complexidade das relações estabelecidas entre escola, família, comunidade e sociedade. Compreender essas múltiplas influências é fundamental para a construção de estratégias preventivas capazes de promover ambientes educacionais mais acolhedores, saudáveis e comprometidos com o desenvolvimento integral dos estudantes (Margis *et al.*, 2003; Araujo *et al.*, 2024; Souza *et al.*, 2025).

4. Ansiedade, estresse e depressão entre crianças e adolescentes

A infância e a adolescência constituem períodos marcados por intensas transformações físicas, cognitivas, emocionais e sociais. Durante essas fases do desenvolvimento, crianças e adolescentes constroem sua identidade, ampliam suas relações interpessoais e enfrentam desafios relacionados à autonomia e ao pertencimento social. Embora essas experiências sejam naturais e necessárias para o crescimento humano, também podem representar fontes significativas de tensão emocional, tornando esse público particularmente vulnerável ao desenvolvimento de sintomas de ansiedade, estresse e depressão (Felício *et al.*, 2020; Facó *et al.*, 2022).

A ansiedade tem sido identificada como uma das manifestações emocionais mais frequentes entre estudantes em idade escolar. Em muitos casos, ela está associada a preocupações relacionadas ao desempenho acadêmico, à aceitação pelos colegas, às expectativas familiares e às incertezas sobre o futuro. Crianças ansiosas podem apresentar medo excessivo de errar, insegurança diante de situações novas e dificuldades para lidar com avaliações ou exposições em público. Na adolescência, esses sintomas tendem a ser potencializados pelas mudanças características dessa etapa da vida, podendo comprometer significativamente o bem-estar emocional e a participação escolar (Fialhe; Rodrigues, 2023; Silva *et al.*, 2024).

O estresse também se manifesta de forma expressiva entre crianças e adolescentes, especialmente quando as demandas enfrentadas são percebidas como superiores à capacidade de enfrentamento disponível. Mudanças escolares, excesso de atividades, conflitos familiares, dificuldades de aprendizagem e problemas de relacionamento

constituem alguns dos principais fatores estressores identificados nessa população. Quando persistente, o estresse pode desencadear sintomas físicos e emocionais capazes de interferir na qualidade de vida e no desenvolvimento saudável dos estudantes (Margis *et al.*, 2003; Araujo *et al.*, 2024). A adolescência merece atenção especial por representar uma fase marcada por profundas mudanças biológicas e psicossociais. Nesse período, os jovens enfrentam desafios relacionados à construção da identidade, à busca por autonomia, ao estabelecimento de vínculos afetivos e à definição de perspectivas futuras. Essas transformações podem gerar sentimentos de insegurança, instabilidade emocional e conflitos internos que favorecem o surgimento de sintomas ansiosos e depressivos, sobretudo quando associados a contextos de vulnerabilidade social ou familiar (Batista; Carvalho; Jacob, 2025; Souza *et al.*, 2025).

A depressão entre crianças e adolescentes tem despertado crescente preocupação entre profissionais da saúde e da educação. Diferentemente da ideia de que a depressão ocorre apenas na vida adulta, estudos demonstram que ela pode surgir em diferentes fases do desenvolvimento, manifestando-se por meio de tristeza persistente, irritabilidade, desmotivação, alterações do sono, dificuldades de concentração e perda de interesse por atividades anteriormente prazerosas. Em muitos casos, esses sinais são confundidos com comportamentos típicos da idade, dificultando a identificação precoce e o encaminhamento adequado (Facó *et al.*, 2022; Felício *et al.*, 2020). Outro aspecto importante refere-se às diferenças individuais na forma como o sofrimento emocional se manifesta. Enquanto alguns estudantes expressam suas dificuldades por meio de comportamentos mais visíveis, como irritabilidade, agressividade ou isolamento, outros tendem a internalizar seus sentimentos, tornando os sinais menos perceptíveis para familiares e educadores. Essa diversidade reforça a necessidade de observação atenta e de ambientes escolares que favoreçam a escuta e o acolhimento das demandas emocionais dos estudantes (Fialhe; Rodrigues, 2023; Souza *et al.*, 2025).

A literatura também aponta que fatores relacionados ao estilo de vida exercem influência significativa sobre a saúde mental de crianças e adolescentes. Estudos recentes têm demonstrado associação entre baixos níveis de atividade física e maiores índices de ansiedade, estresse e depressão. Em contrapartida, a prática regular de exercícios físicos contribui para a regulação emocional, melhora da autoestima, redução da tensão psicológica e fortalecimento da qualidade de vida, funcionando como importante fator de

proteção durante o desenvolvimento (Costa *et al.*, 2021; Rosa *et al.*, 2023; Nascimento *et al.*, 2024).

Os efeitos da pandemia da COVID-19 também foram particularmente intensos entre crianças e adolescentes. O afastamento da convivência escolar, as restrições sociais, a interrupção de atividades de lazer e as incertezas geradas pela crise sanitária contribuíram para o aumento dos indicadores de sofrimento emocional nessa população. Diversas pesquisas identificaram crescimento significativo de sintomas relacionados à ansiedade, ao estresse e à depressão durante e após o período pandêmico, evidenciando a necessidade de fortalecer ações de acompanhamento psicológico e promoção da saúde mental nas escolas (Aliante; Taria; José, 2023; Melo *et al.*, 2022; Nascimento *et al.*, 2024).

Dessa maneira, torna-se fundamental reconhecer que a saúde mental de crianças e adolescentes constitui elemento central para o desenvolvimento humano e para o sucesso dos processos educativos. A identificação precoce dos sinais de sofrimento emocional, associada à construção de ambientes escolares acolhedores e ao fortalecimento das redes de apoio, representa um importante caminho para a promoção do bem-estar e para a prevenção de agravos psicológicos ao longo da trajetória escolar (Silva *et al.*, 2024; Souza *et al.*, 2025; Facó *et al.*, 2022).

5. Bullying, relações interpessoais e sofrimento psíquico

As relações interpessoais desempenham papel fundamental no desenvolvimento emocional de crianças e adolescentes. Durante a trajetória escolar, os estudantes constroem vínculos de amizade, desenvolvem habilidades sociais e aprendem formas de convivência que influenciam diretamente sua autoestima, seu senso de pertencimento e seu bem-estar psicológico. Quando essas relações são marcadas pelo respeito e pela cooperação, tendem a favorecer o desenvolvimento saudável. Contudo, quando envolvem rejeição, violência ou exclusão, podem tornar-se importantes fatores de risco para a saúde mental (Felício *et al.*, 2020; Facó *et al.*, 2022).

Entre os fenômenos mais preocupantes nesse contexto encontra-se o bullying, caracterizado por comportamentos agressivos, intencionais e repetitivos praticados contra indivíduos em situação de vulnerabilidade. Essas agressões podem ocorrer por meio de insultos, humilhações, ameaças, exclusão social, agressões físicas ou disseminação de informações ofensivas. Além dos impactos imediatos sobre a convivência

escolar, o bullying está associado a consequências emocionais significativas que podem acompanhar a vítima por longos períodos (Pimentel; Méa; Patias, 2020; Felício *et al.*, 2020). As vítimas de bullying frequentemente apresentam maiores índices de ansiedade, estresse e depressão quando comparadas aos estudantes que não vivenciam esse tipo de violência. O medo constante de novas agressões, a sensação de rejeição e a fragilidade dos vínculos sociais podem comprometer a autoestima e gerar sentimentos persistentes de insegurança e sofrimento emocional. Em muitos casos, esses estudantes passam a evitar atividades escolares, apresentam queda no rendimento acadêmico e desenvolvem dificuldades de socialização (Pimentel; Méa; Patias, 2020; Souza *et al.*, 2025).

A exclusão social constitui outro elemento que merece atenção no ambiente escolar. A necessidade de pertencimento é uma característica marcante da infância e da adolescência, tornando a aceitação pelos pares um fator importante para o desenvolvimento emocional. Quando estudantes são sistematicamente ignorados, rejeitados ou marginalizados por grupos sociais, podem surgir sentimentos de solidão, tristeza e desvalorização pessoal que favorecem o desenvolvimento de quadros ansiosos e depressivos (Batista; Carvalho; Jacob, 2025; Vizzotto; Jesus; Martins, 2017).

Com o avanço das tecnologias digitais, novas formas de violência passaram a integrar a realidade escolar. O cyberbullying, caracterizado pela prática de agressões por meio de redes sociais, aplicativos de mensagens e outras plataformas digitais, ampliou o alcance e a intensidade dos impactos emocionais sobre as vítimas. Diferentemente do bullying tradicional, as agressões virtuais podem ocorrer a qualquer momento, alcançando grande número de pessoas e dificultando a sensação de segurança daqueles que as vivenciam (Meirelles, 2021; Pimentel; Méa; Patias, 2020). Além das vítimas, os efeitos negativos dessas situações também podem atingir os agressores e os estudantes que testemunham os episódios de violência. Ambientes marcados por conflitos frequentes tendem a gerar insegurança coletiva, redução do sentimento de pertencimento e enfraquecimento dos vínculos interpessoais. Dessa forma, o bullying não deve ser compreendido como um problema individual, mas como uma questão que afeta toda a comunidade escolar e compromete a construção de um clima educacional saudável (Araujo *et al.*, 2024; Felício *et al.*, 2020).

A literatura também aponta associação entre experiências de violência interpessoal e o aumento de pensamentos autodestrutivos entre adolescentes. Estudos têm identificado que vítimas recorrentes de bullying apresentam maior probabilidade de

desenvolver sintomas depressivos graves, comportamentos de isolamento e ideação suicida. Esses achados reforçam a necessidade de intervenções precoces e da construção de mecanismos institucionais de proteção e acolhimento dentro das escolas (Pimentel; Méa; Patias, 2020; Facó *et al.*, 2022). Nesse contexto, o fortalecimento das relações interpessoais positivas assume papel central na promoção da saúde mental. Ambientes escolares que valorizam o respeito às diferenças, a empatia, o diálogo e a cooperação tendem a reduzir situações de violência e a fortalecer fatores protetivos relacionados ao bem-estar emocional. A construção de vínculos saudáveis favorece o desenvolvimento da autoestima, da confiança e da capacidade de enfrentar adversidades, contribuindo para uma experiência escolar mais segura e significativa (Felício *et al.*, 2020; Souza *et al.*, 2025).

Diante dessas evidências, torna-se fundamental que as instituições educacionais desenvolvam ações permanentes voltadas à prevenção do bullying, à mediação de conflitos e à promoção de uma cultura de respeito e convivência saudável. Mais do que combater comportamentos agressivos, essas iniciativas contribuem para a construção de ambientes escolares capazes de proteger a saúde mental dos estudantes e favorecer seu desenvolvimento integral, fortalecendo a escola como espaço de acolhimento, pertencimento e formação humana (Araujo *et al.*, 2024; Pimentel; Méa; Patias, 2020; Facó *et al.*, 2022).

6. Os impactos da ansiedade, do estresse e da depressão na aprendizagem

A aprendizagem é um processo que envolve não apenas aspectos cognitivos, mas também fatores emocionais, sociais e comportamentais que influenciam diretamente a capacidade dos estudantes de construir conhecimentos e participar das atividades escolares. Nesse sentido, a ansiedade, o estresse e a depressão podem interferir significativamente no desenvolvimento acadêmico, afetando desde a atenção e a memória até a motivação e o envolvimento com a escola. Compreender esses impactos é fundamental para que educadores e gestores possam desenvolver estratégias que favoreçam o sucesso escolar e o bem-estar dos estudantes (Felício *et al.*, 2020; Facó *et al.*, 2022).

A ansiedade excessiva está frequentemente associada a dificuldades de concentração e processamento das informações. Estudantes ansiosos tendem a direcionar grande parte de sua atenção para preocupações relacionadas ao desempenho, ao medo de

errar ou às possíveis consequências de fracassos acadêmicos. Como resultado, há redução da capacidade de foco nas atividades propostas, comprometendo a assimilação dos conteúdos e o rendimento escolar. Em situações de avaliação, esses efeitos podem tornar-se ainda mais evidentes, gerando bloqueios emocionais que dificultam a demonstração dos conhecimentos adquiridos (Margis *et al.*, 2003; Silva *et al.*, 2024).

O estresse prolongado também produz consequências importantes para os processos de aprendizagem. Quando o organismo permanece constantemente em estado de alerta, ocorre um desgaste físico e emocional que afeta funções cognitivas essenciais, como memória, atenção e raciocínio. Além disso, estudantes submetidos a elevados níveis de estresse frequentemente apresentam irritabilidade, fadiga, dificuldades de organização e redução da capacidade de lidar com desafios acadêmicos, fatores que repercutem diretamente sobre o desempenho escolar (Araujo *et al.*, 2024; Costa *et al.*, 2020).

No caso da depressão, os impactos sobre a aprendizagem tendem a ser ainda mais abrangentes. A perda de interesse pelas atividades escolares, a diminuição da motivação, os sentimentos persistentes de tristeza e a baixa autoestima podem comprometer significativamente o engajamento dos estudantes com o processo educativo. Em muitos casos, tarefas que anteriormente eram realizadas com facilidade passam a exigir grande esforço emocional, favorecendo a queda do rendimento e o afastamento gradual das atividades acadêmicas (Facó *et al.*, 2022; Batista; Carvalho; Jacob, 2025). As repercussões emocionais também influenciam a participação social dos estudantes no ambiente escolar. Crianças e adolescentes que apresentam sintomas de ansiedade, estresse ou depressão podem evitar interações com colegas e professores, reduzir sua participação em atividades coletivas e demonstrar dificuldades para estabelecer vínculos interpessoais. Essa diminuição da interação social afeta não apenas o desenvolvimento emocional, mas também as oportunidades de aprendizagem colaborativa e de construção do conhecimento por meio da convivência (Pimentel; Méa; Patias, 2020; Vizzotto; Jesus; Martins, 2017).

Outro aspecto frequentemente observado é o aumento das taxas de absenteísmo e evasão escolar entre estudantes que vivenciam sofrimento emocional significativo. A escola, que deveria representar um espaço de crescimento e desenvolvimento, pode passar a ser percebida como fonte de ansiedade, medo ou desconforto. Consequentemente, alguns estudantes apresentam faltas frequentes, dificuldades de

adaptação e, em situações mais graves, abandono das atividades escolares, comprometendo sua trajetória educacional e suas perspectivas futuras (Felício *et al.*, 2020; Souza *et al.*, 2025).

A literatura também destaca que os impactos da saúde mental sobre a aprendizagem não se restringem ao desempenho acadêmico imediato. O sofrimento emocional persistente pode influenciar a construção da autoestima, da autoconfiança e das expectativas em relação ao futuro. (Batista; Carvalho; Jacob, 2025; Silveira *et al.*, 2022). As consequências desses fenômenos tornaram-se ainda mais evidentes após a pandemia da COVID-19. Diversos estudos identificaram dificuldades relacionadas à retomada da aprendizagem, redução da motivação escolar e aumento dos sintomas emocionais entre estudantes de diferentes níveis de ensino. Os desafios enfrentados nesse período reforçaram a necessidade de compreender a saúde mental como elemento indispensável para o sucesso dos processos educativos e para a permanência dos estudantes na escola (Aliante; Taria; José, 2023; Melo *et al.*, 2022; Nascimento *et al.*, 2024).

Diante disso, torna-se evidente que promover a aprendizagem exige também cuidar da saúde mental dos estudantes. Ambientes escolares que valorizam o acolhimento, a escuta, o respeito às diferenças e o suporte emocional criam condições mais favoráveis para o desenvolvimento acadêmico e humano. Dessa forma, o enfrentamento da ansiedade, do estresse e da depressão não deve ser compreendido apenas como uma questão de saúde, mas também como uma estratégia essencial para fortalecer a qualidade da educação e favorecer o desenvolvimento integral dos indivíduos (Araujo *et al.*, 2024; Felício *et al.*, 2020; Souza *et al.*, 2025).

7. Estratégias de prevenção e enfrentamento no ambiente escolar

O crescimento dos casos de ansiedade, estresse e depressão entre estudantes e profissionais da educação evidencia a necessidade de desenvolver estratégias permanentes de prevenção e promoção da saúde mental no ambiente escolar. Embora essas condições possam estar associadas a múltiplos fatores individuais e sociais, a escola possui papel fundamental na construção de práticas capazes de fortalecer fatores protetivos e reduzir situações de vulnerabilidade emocional. Nesse sentido, o enfrentamento do sofrimento psíquico deve ser compreendido como uma

responsabilidade compartilhada entre educadores, famílias, profissionais de saúde e a própria comunidade escolar (Araujo *et al.*, 2024; Facó *et al.*, 2022).

Uma das principais estratégias consiste na criação de ambientes escolares acolhedores, seguros e emocionalmente saudáveis. Instituições que valorizam o diálogo, o respeito às diferenças, a participação dos estudantes e a construção de vínculos positivos tendem a favorecer o desenvolvimento do sentimento de pertencimento e da segurança emocional. Esses fatores atuam como importantes mecanismos de proteção contra o surgimento ou agravamento de sintomas relacionados à ansiedade, ao estresse e à depressão (Souza *et al.*, 2025).

A promoção de espaços de escuta também representa uma ação relevante no contexto escolar. Quando estudantes encontram oportunidades para expressar sentimentos, compartilhar dificuldades e dialogar sobre suas experiências, ampliam-se as possibilidades de identificação precoce de situações de sofrimento emocional. Além disso, a escuta qualificada contribui para o fortalecimento da confiança nas relações estabelecidas dentro da escola e favorece a construção de estratégias de apoio mais adequadas às necessidades individuais dos estudantes (Fialhe; Rodrigues, 2023; Santos, 2022).

Outro aspecto importante refere-se à formação dos profissionais da educação para lidar com questões relacionadas à saúde mental. Professores não devem assumir funções terapêuticas, mas precisam estar preparados para reconhecer sinais de sofrimento emocional, acolher estudantes de forma adequada e realizar encaminhamentos quando necessário. O conhecimento sobre saúde mental possibilita intervenções mais sensíveis e fortalece a capacidade da escola de atuar preventivamente diante de situações de vulnerabilidade (Costa; Silva, 2019; Silva *et al.*, 2022). A participação da família constitui outro elemento indispensável para a promoção do bem-estar emocional dos estudantes. Relações familiares baseadas no diálogo, no apoio afetivo e no acompanhamento da vida escolar tendem a fortalecer a autoestima e a segurança emocional de crianças e adolescentes. Da mesma forma, a aproximação entre escola e família favorece a construção de estratégias conjuntas para o enfrentamento das dificuldades emocionais, ampliando as redes de proteção disponíveis aos estudantes (Souza *et al.*, 2025; Felício *et al.*, 2020).

As pesquisas também destacam a importância da atividade física como fator protetivo para a saúde mental. A prática regular de exercícios contribui para a redução dos níveis de ansiedade e estresse, melhora o humor, fortalece a autoestima e favorece o

equilíbrio emocional. Além dos benefícios fisiológicos, as atividades físicas promovem socialização, cooperação e desenvolvimento de habilidades socioemocionais que repercutem positivamente na qualidade de vida dos estudantes (Costa *et al.*, 2021; Rosa *et al.*, 2023; Nascimento *et al.*, 2024). No contexto escolar, programas voltados à educação emocional também têm apresentado resultados promissores. A inclusão de atividades que estimulem o autoconhecimento, a regulação das emoções, a empatia e a resolução pacífica de conflitos contribuem para o fortalecimento das competências socioemocionais dos estudantes. Essas habilidades favorecem o enfrentamento de situações adversas e auxiliam na construção de relações interpessoais mais saudáveis e equilibradas (Felício *et al.*, 2020; Fialhe; Rodrigues, 2023).

As intervenções realizadas por profissionais da psicologia e por equipes multiprofissionais constituem outro recurso importante para o enfrentamento do sofrimento emocional no ambiente escolar. A atuação desses profissionais pode contribuir para a identificação de fatores de risco, o desenvolvimento de ações preventivas e o acompanhamento de estudantes que apresentam demandas específicas. Quando articuladas às práticas pedagógicas, essas ações fortalecem a capacidade da escola de promover saúde mental de forma integral (Fialhe; Rodrigues, 2023; Costa *et al.*, 2020).

Também é fundamental que as instituições educacionais desenvolvam políticas internas voltadas à prevenção da violência, do bullying e de outras situações que comprometam o bem-estar psicológico dos estudantes. A construção de uma cultura escolar baseada no respeito, na inclusão e na convivência democrática reduz fatores de risco associados ao sofrimento emocional e favorece ambientes mais seguros para o desenvolvimento humano (Pimentel; Méa; Patias, 2020; Araujo *et al.*, 2024).

A prevenção da ansiedade, do estresse e da depressão exige uma mudança de perspectiva sobre o papel da escola na contemporaneidade. Mais do que um espaço destinado exclusivamente à transmissão de conteúdos, a instituição escolar deve ser reconhecida como um ambiente de cuidado, acolhimento e desenvolvimento integral. Investir na saúde mental da comunidade escolar significa fortalecer as condições necessárias para que estudantes e profissionais possam aprender, conviver e construir projetos de vida de forma mais saudável, equilibrada e significativa (Silveira *et al.*, 2022; Souza *et al.*, 2025; Batista; Carvalho; Jacob, 2025).

8. Considerações Finais

A ansiedade, o estresse e a depressão configuram-se como importantes desafios para a educação contemporânea, especialmente diante do aumento das demandas emocionais observadas entre estudantes e profissionais da educação. Ao longo deste capítulo, foi possível compreender que essas condições não podem ser interpretadas apenas como problemas individuais, mas como fenômenos complexos que resultam da interação entre fatores biológicos, psicológicos, sociais e educacionais. Essa compreensão amplia a necessidade de abordagens integradas que considerem tanto as características dos indivíduos quanto os contextos nos quais estão inseridos.

As discussões apresentadas evidenciaram que a escola ocupa posição central na identificação e no enfrentamento do sofrimento emocional. Por ser um espaço de convivência cotidiana, a instituição escolar frequentemente se torna o primeiro local onde sinais de ansiedade, estresse e depressão são percebidos. Dessa forma, educadores e gestores assumem papel relevante na observação, acolhimento e encaminhamento de situações que possam comprometer o desenvolvimento integral dos estudantes, contribuindo para a construção de ambientes mais sensíveis às necessidades emocionais da comunidade escolar.

Também foi possível verificar que diversos fatores presentes na realidade escolar e social influenciam diretamente a saúde mental dos estudantes. Pressões relacionadas ao desempenho acadêmico, competitividade, conflitos interpessoais, vulnerabilidades familiares, transformações tecnológicas e incertezas sobre o futuro constituem elementos que podem favorecer o surgimento ou agravamento de sintomas emocionais. Quando associados a contextos de exclusão, violência ou fragilidade das redes de apoio, esses fatores tendem a potencializar situações de sofrimento psíquico e comprometer a qualidade de vida dos indivíduos.

Outro aspecto relevante refere-se aos impactos que a ansiedade, o estresse e a depressão exercem sobre os processos de aprendizagem. As dificuldades de concentração, a redução da motivação, os prejuízos nas relações interpessoais e o aumento do absenteísmo escolar demonstram que o bem-estar emocional está profundamente relacionado ao desempenho acadêmico. Assim, cuidar da saúde mental não representa uma ação paralela ao trabalho pedagógico, mas uma condição essencial para a promoção de aprendizagens significativas e para o desenvolvimento humano integral.

As evidências apresentadas também reforçam a importância da implementação de estratégias preventivas e promotoras de saúde mental no ambiente escolar. A criação de espaços de escuta, o fortalecimento das relações interpessoais, a participação da família, a promoção da atividade física, a educação emocional e a atuação de equipes multiprofissionais constituem iniciativas capazes de fortalecer fatores de proteção e reduzir vulnerabilidades emocionais. Essas ações contribuem para a construção de uma cultura escolar baseada no acolhimento, no respeito e na valorização do bem-estar coletivo.

Portanto, torna-se fundamental reconhecer que a promoção da saúde mental deve ser entendida como parte integrante do compromisso educacional. Em uma sociedade marcada por constantes transformações e desafios crescentes, investir no cuidado emocional de estudantes e profissionais significa fortalecer as condições necessárias para a formação de sujeitos mais resilientes, autônomos e preparados para enfrentar as demandas da vida contemporânea. Assim, a construção de escolas emocionalmente saudáveis representa não apenas uma necessidade educacional, mas também um compromisso ético e social com o desenvolvimento humano e com a promoção de uma educação mais inclusiva, humanizada e transformadora.

REFERÊNCIAS

- ALIANTE, G.; TARIA, A. N. A. R.; JOSÉ, C. M. Sintomas de depressão, ansiedade e stress em jovens escolares do ensino secundário durante o surto da Covid-19. **Cenas Educacionais**, v. 6, p. e15018, 2023.
- ARAUJO, J. R. et al. Saúde mental na escola: impactos do estresse no ensino médio. **Cuadernos de Educación y Desarrollo-QUALIS A4**, v. 16, n. 10, p. e5954-e5954, 2024.
- BATISTA, D.; CARVALHO, H.; JACOB, H. Ansiedade e depressão em Portugal. **Modus Operandis/ISCI**, v. 2, n. 1, p. 23-30, 2025.
- COSTA, D. S. da et al. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes de Medicina e estratégias institucionais de enfrentamento. **Revista brasileira de educação médica**, v. 44, n. 1, 2020.
- COSTA, M. P. da S. et al. Inatividade física e sintomas de depressão, ansiedade e estresse em adolescentes estudantes. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 34, p. eAPE03364, 2021.
- COSTA, R. Q. F.; SILVA, N. P. Níveis de ansiedade e depressão entre professores do Ensino Infantil e Fundamental. **Pro-posições**, v. 30, p. e20160143, 2019.
- FACÓ, I. S. et al. Depressão No Ambiente Escolar: Um Estudo Bibliográfico. **Revista Expressão Católica**, v. 11, n. 2, p. 28-36, 2022.
- FELÍCIO, J. F. et al. Refletindo sobre a depressão e a ansiedade no contexto escolar. **Revista Interfaces: Saúde, Humanas e Tecnologia**, v. 8, n. 1, p. 482-490, 2020.
- FIALHE, S. R.; RODRIGUES, K. L. A. Intervenções da psicologia frente à ansiedade infantil no ambiente escolar. **Revista Saúde Multidisciplinar**, v. 15, n. 2, 2023.
- MARGIS, R. et al. Relação entre estressores, estresse e ansiedade. **Revista de psiquiatria do Rio Grande do Sul**, v. 25, p. 65-74, 2003.
- MEIRELLES, L. O. L. A Modernidade Líquida E Os Transtornos De Ansiedade E Depressão No Ambiente Escolar. **Revista Gestão & Tecnologia**, v. 1, n. 32, p. 12-25, 2021.
- MELO, H. et al. Indicativos de ansiedade, estresse e depressão em professores e estudantes no contexto da pandemia. **Revista PsicoFAE: Pluralidades em Saúde Mental**, v. 11, n. 1, p. 95-104, 2022.
- NASCIMENTO, M. C. et al. Atividade física, ansiedade, estresse e depressão de estudantes do ensino médio e superior de instituições públicas pós-pandemia de covid-19 no norte do Brasil. **Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación**, n. 52, p. 76-84, 2024.

PIMENTEL, F. de O.; MÉA, C. P. D.; PATIAS, N. D. Vítimas de bullying, sintomas depressivos, ansiedade, estresse e ideação suicida em adolescentes. **Acta Colombiana de Psicología**, v. 23, n. 2, p. 230-240, 2020.

ROSA, S. A. S. et al. Análise do nível de atividade física, depressão, ansiedade e estresse segundo o sexo em adolescentes escolares: estudo transversal. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 25, p. 73389, 2023.

SANTOS, A. C. A. L. Percepção de estudantes de enfermagem frente à ansiedade, depressão e estresse no ambiente acadêmico. **Repositório Institucional do Unifip**, v. 7, n. 1, 2022.

SILVA, A. S. F. et al. Ansiedade E Depressão Em Professores Da Rede Básica De Ensino Da Educação Brasileira: revisão sistemática. **Pedagogia em Ação**, v. 18, n. 1, p. 170-186, 2022.

SILVA, L. L. P. et al. Transtorno de ansiedade em discentes do ensino fundamental. **Cuadernos de Educación y Desarrollo-QUALIS A4**, v. 16, n. 13, p. e6744, 2024.

SILVEIRA, G. E. L. et al. Sintomas de ansiedade e depressão no ambiente acadêmico: um estudo transversal. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 35, p. eAPE00976, 2022.

SOUZA, K. S. S. et al. Prevalência de depressão, ansiedade e estresse em adolescentes do Amapá-Brasil. **Caderno Pedagógico**, v. 22, n. 4, p. e13847, 2025.

VIZZOTTO, M. M.; JESUS, S. N.; MARTINS, A. C. Saudades de casa: indicativos de depressão, ansiedade, qualidade de vida e adaptação de estudantes universitários. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 9, n. 1, p. 59-73, 2017.

BURNOUT DOCENTE: SINAIS, CAUSAS E CAMINHOS POSSÍVEIS

Antônio Veimar da Silva

Carla Michelle da Silva

1. Introdução

A docência é uma profissão marcada por profundas responsabilidades sociais, afetivas e humanas. Mais do que transmitir conhecimentos, os professores participam da formação de sujeitos, acompanham processos de desenvolvimento e atuam diariamente diante de múltiplas demandas pedagógicas, emocionais e administrativas. Embora essa atividade seja frequentemente associada à realização pessoal e ao compromisso com a transformação social, também pode expor os profissionais a situações contínuas de desgaste físico e emocional que afetam sua saúde e sua qualidade de vida (Andrade; Cardoso, 2012; Carlotto, 2002).

Nas últimas décadas, a intensificação das exigências relacionadas ao trabalho docente tem despertado crescente preocupação entre pesquisadores e gestores educacionais. O aumento das responsabilidades profissionais, a necessidade constante de adaptação às mudanças educacionais, a sobrecarga burocrática e os desafios presentes nas relações escolares têm contribuído para o surgimento de diferentes formas de sofrimento ocupacional. Nesse contexto, a Síndrome de Burnout passou a ocupar lugar de destaque nas discussões sobre saúde mental e trabalho docente (Dias; Silva, 2020; Nascimento; Coutinho, 2025).

A Síndrome de Burnout é considerada uma condição associada ao esgotamento decorrente da exposição prolongada a situações de estresse relacionadas ao trabalho. Caracteriza-se por sentimentos persistentes de exaustão emocional, distanciamento afetivo em relação às atividades profissionais e redução da sensação de realização pessoal. Entre os professores, esses sintomas podem comprometer não apenas o bem-estar individual, mas também a qualidade das práticas pedagógicas e das relações estabelecidas no ambiente escolar (Carlotto, 2002; Diehl; Carlotto, 2014). O fenômeno do burnout tem sido identificado em diferentes níveis e modalidades de ensino, atingindo profissionais que atuam desde a educação básica até o ensino superior. Pesquisas nacionais e internacionais apontam que fatores como excesso de trabalho, baixa valorização profissional, conflitos institucionais e condições inadequadas de atuação figuram entre os principais elementos associados ao desenvolvimento da síndrome. Esses aspectos evidenciam que o adoecimento docente não pode ser compreendido apenas como uma questão individual, mas como resultado de condições estruturais e organizacionais presentes no contexto educacional (Dalagasperina; Monteiro, 2014; Ramírez; Araiza; Anaya, 2017).

Além dos impactos sobre os professores, o burnout produz consequências relevantes para o funcionamento das instituições de ensino. A redução da motivação profissional, o aumento dos afastamentos por problemas de saúde, as dificuldades nas relações interpessoais e a diminuição da qualidade do trabalho pedagógico afetam diretamente os processos educativos e o desenvolvimento dos estudantes. Dessa forma, cuidar da saúde mental dos docentes representa também uma estratégia para fortalecer a qualidade da educação e promover ambientes escolares mais saudáveis (Pereira *et al.*, 2019; Magalhães *et al.*, 2021).

As transformações ocorridas no mundo do trabalho e na própria organização da educação contemporânea tornaram ainda mais complexa a realidade dos professores. A incorporação de novas tecnologias, o aumento das demandas administrativas, as exigências por resultados e a ampliação das responsabilidades atribuídas à escola têm contribuído para a intensificação do trabalho docente e para o surgimento de novas formas de sofrimento ocupacional. Esses desafios reforçam a necessidade de compreender o burnout como um fenômeno multifatorial que exige análises abrangentes e intervenções articuladas (Gomes; Costa, 2025; Roque; Santos Junior; Rodrigues, 2026). Diante desse cenário, torna-se fundamental ampliar o debate sobre a saúde mental dos

professores e sobre as condições que favorecem ou dificultam o exercício da docência. Compreender os fatores associados ao burnout, seus sinais, consequências e possibilidades de enfrentamento representa um passo importante para a valorização profissional e para a construção de políticas e práticas voltadas ao cuidado daqueles que desempenham papel essencial na formação das novas gerações (Bastos; Lobato; Ferreira, 2026; Sousa *et al.*, 2025).

Nesse sentido, este capítulo tem como objetivo discutir a Síndrome de Burnout no contexto da docência, analisando seus principais fatores de risco, manifestações, impactos sobre a saúde dos professores e sobre os processos educativos, bem como estratégias de prevenção e promoção do bem-estar profissional.

2. Compreendendo a Síndrome de Burnout e sua relação com a docência

A Síndrome de Burnout é considerada um fenômeno ocupacional relacionado à exposição prolongada a condições de trabalho caracterizadas por elevados níveis de exigência emocional, física e psicológica. O termo burnout pode ser compreendido como uma condição de esgotamento progressivo que surge quando os recursos pessoais de enfrentamento tornam-se insuficientes para lidar com as demandas profissionais cotidianas. Embora possa ocorrer em diferentes profissões, sua incidência tem sido amplamente observada em atividades que envolvem intenso contato humano, como é o caso da docência (Carlotto, 2002; Ferenhof; Ferenhof, 2002).

As primeiras investigações sobre o burnout concentraram-se na compreensão do desgaste emocional presente em profissões de cuidado e atendimento. Com o avanço das pesquisas, verificou-se que o fenômeno ultrapassava os limites da área da saúde, atingindo também profissionais da educação, cuja rotina é marcada por interações constantes, responsabilidades sociais complexas e elevada carga emocional. Atualmente, a síndrome é reconhecida como um importante problema de saúde ocupacional, especialmente entre professores que convivem diariamente com múltiplas demandas pedagógicas e institucionais (Andrade; Cardoso, 2012; Nunes; Smeha, 2017).

A literatura especializada descreve o burnout a partir de três dimensões fundamentais. A primeira delas é a exaustão emocional, caracterizada pela sensação persistente de desgaste, fadiga e esgotamento físico e psicológico. Nessa condição, o professor passa a sentir dificuldade para mobilizar energia emocional suficiente para

enfrentar as atividades profissionais, experimentando sensação constante de cansaço e sobrecarga (Carlotto, 2002; Diehl; Carlotto, 2014). A segunda dimensão corresponde à despersonalização ou distanciamento afetivo. Nesse estágio, o profissional tende a desenvolver atitudes de indiferença, frieza emocional ou afastamento em relação aos estudantes, colegas e demais integrantes da comunidade escolar. Esse mecanismo funciona, muitas vezes, como uma tentativa inconsciente de proteção diante do sofrimento gerado pelas exigências do trabalho, mas pode comprometer significativamente a qualidade das relações interpessoais e do processo educativo (Carlotto *et al.*, 2013; Ramírez; Araiza; Anaya, 2017).

A terceira dimensão refere-se à redução da realização profissional. Professores acometidos pela síndrome frequentemente passam a perceber seu trabalho como pouco significativo, sentem-se incapazes de alcançar resultados satisfatórios e desenvolvem sentimentos de incompetência ou fracasso profissional. Essa percepção negativa afeta diretamente a motivação, a satisfação no trabalho e o compromisso com as atividades pedagógicas (Diehl; Carlotto, 2014; Vidal, 2017).

Embora frequentemente associados, burnout e estresse ocupacional não são conceitos equivalentes. O estresse pode ser compreendido como uma resposta natural diante de situações desafiadoras e, em determinadas circunstâncias, pode até contribuir para a adaptação e o desempenho profissional. O burnout, por outro lado, representa uma consequência do estresse crônico e persistente, caracterizando um processo mais profundo de desgaste emocional e comprometimento da saúde mental. Assim, nem todo estresse leva ao burnout, mas o burnout geralmente resulta da exposição prolongada a fatores estressores sem mecanismos adequados de enfrentamento (Silva, 2010; Souza; Honorato, 2019).

No contexto educacional, a docência apresenta características que favorecem o desenvolvimento desse processo de adoecimento. O trabalho do professor envolve não apenas a preparação e execução das atividades pedagógicas, mas também o acompanhamento das necessidades dos estudantes, a gestão de conflitos, o relacionamento com famílias, o cumprimento de demandas administrativas e a adaptação constante às mudanças educacionais. A soma dessas responsabilidades pode gerar sobrecarga emocional significativa, especialmente quando não existem condições adequadas de suporte institucional (Dias; Silva, 2020; Dalagasperina; Monteiro, 2014).

Outro aspecto relevante refere-se à natureza emocional do trabalho docente. Diferentemente de profissões centradas predominantemente em processos técnicos, a docência exige envolvimento afetivo contínuo. Os professores lidam diariamente com expectativas, dificuldades, conflitos e necessidades humanas diversas, tornando-se frequentemente referências emocionais para seus estudantes. Essa dimensão relacional, embora represente uma das maiores riquezas da profissão, também pode contribuir para o desgaste psicológico quando associada a condições de trabalho desfavoráveis (Machado; Boechat; Santos, 2015; Pinto *et al.*, 2015).

Estudos realizados em diferentes contextos educacionais demonstram que o burnout afeta professores da educação básica, do ensino técnico e do ensino superior, revelando que se trata de um fenômeno amplo e multifacetado. As pesquisas apontam ainda que os impactos da síndrome ultrapassam o âmbito individual, repercutindo sobre a qualidade do ensino, o clima institucional e as relações estabelecidas no ambiente escolar. Por essa razão, compreender o burnout exige uma análise que considere simultaneamente as características do indivíduo, as condições de trabalho e os contextos organizacionais nos quais a atividade docente é desenvolvida (Prado *et al.*, 2017; Ruiz *et al.*, 2015; Tortola *et al.*, 2024).

A Síndrome de Burnout deve ser entendida como um importante indicador das condições de saúde mental dos profissionais da educação. Sua compreensão permite identificar fatores de risco, reconhecer sinais precoces de adoecimento e desenvolver estratégias capazes de promover ambientes de trabalho mais saudáveis e sustentáveis. Mais do que uma questão individual, o burnout representa um desafio coletivo que exige atenção permanente das instituições educacionais e da sociedade como um todo (Pereira *et al.*, 2019; Magalhães *et al.*, 2021; Sousa *et al.*, 2025).

3. Fatores de risco e causas do burnout no trabalho docente

A Síndrome de Burnout não surge de forma repentina, mas resulta de um processo gradual de desgaste associado à exposição contínua a condições de trabalho que geram tensão, sobrecarga e sofrimento emocional. No contexto educacional, diversos fatores contribuem para o desenvolvimento desse quadro, tornando a docência uma das profissões mais vulneráveis ao adoecimento ocupacional. A compreensão desses fatores é

fundamental para o desenvolvimento de estratégias preventivas e para a promoção da saúde mental dos profissionais da educação (Carlotto, 2002; Andrade; Cardoso, 2012).

Entre os principais fatores associados ao burnout destaca-se a sobrecarga de trabalho. O exercício da docência ultrapassa significativamente os limites da sala de aula, envolvendo planejamento de atividades, elaboração e correção de avaliações, participação em reuniões, preenchimento de documentos institucionais e acompanhamento individual dos estudantes (Dias; Silva, 2020; Roque; Santos Junior; Rodrigues, 2026). A intensificação das demandas burocráticas também tem sido apontada como importante fator de desgaste profissional. Além das responsabilidades pedagógicas, os professores são frequentemente submetidos a exigências administrativas que consomem tempo e energia, muitas vezes sem relação direta com os processos de ensino e aprendizagem. Esse acúmulo de funções contribui para a sensação de exaustão e para a percepção de que as atividades burocráticas estão progressivamente substituindo o trabalho educativo propriamente dito (Dalagasperina; Monteiro, 2014; Nascimento; Coutinho, 2025).

Outro elemento amplamente discutido na literatura refere-se à falta de reconhecimento profissional. Apesar da relevância social da docência, muitos professores relatam sentimentos de desvalorização, baixa remuneração e escassa valorização por parte das instituições e da sociedade. A ausência de reconhecimento pelo esforço realizado gera frustração e compromete a motivação profissional, favorecendo o desenvolvimento de sentimentos de impotência e desânimo que caracterizam o burnout (Carlotto *et al.*, 2013; Vidal, 2017). As condições inadequadas de trabalho também exercem influência significativa sobre a saúde mental dos docentes. Problemas relacionados à infraestrutura escolar, escassez de recursos pedagógicos, turmas numerosas e ambientes físicos pouco adequados dificultam a realização das atividades educativas e aumentam a tensão cotidiana. Quando essas condições persistem por longos períodos, ampliam-se os riscos de esgotamento físico e emocional entre os profissionais da educação (Machado; Boechat; Santos, 2015; Roque; Santos Junior; Rodrigues, 2026).

As relações interpessoais constituem outro aspecto relevante na compreensão do burnout docente. Conflitos frequentes com estudantes, dificuldades na comunicação com famílias, falta de apoio da gestão escolar e problemas de relacionamento entre colegas podem gerar ambientes de trabalho emocionalmente desgastantes. A presença contínua de tensões relacionais compromete o sentimento de pertencimento institucional e reduz os recursos emocionais disponíveis para o enfrentamento das demandas profissionais

(Diehl; Carlotto, 2014; Pinto *et al.*, 2015). As transformações ocorridas no sistema educacional também têm contribuído para o aumento da pressão sobre os professores. As constantes mudanças curriculares, a incorporação de novas tecnologias, as exigências por resultados educacionais e a necessidade de atualização permanente ampliam as responsabilidades da profissão. Embora muitas dessas mudanças sejam importantes para a melhoria da educação, sua implementação sem o devido suporte institucional pode gerar insegurança, ansiedade e desgaste emocional (Gomes; Costa, 2025; Bastos; Lobato; Ferreira, 2026).

Outro fator frequentemente identificado refere-se à dificuldade de conciliar as demandas profissionais com a vida pessoal. Muitos docentes enfrentam jornadas extensas, acumulam vínculos empregatícios e possuem pouco tempo disponível para atividades de autocuidado e convivência familiar. Esse desequilíbrio entre trabalho e vida pessoal favorece o desenvolvimento de fadiga crônica, comprometendo tanto a saúde física quanto o bem-estar psicológico dos profissionais (Nunes; Smeha, 2017; Souza; Honorato, 2019). A literatura também aponta que características organizacionais das instituições de ensino podem influenciar significativamente o surgimento do burnout. Ambientes marcados por gestão autoritária, falta de autonomia profissional, ausência de participação nas decisões e pouca valorização das necessidades dos trabalhadores tendem a aumentar os níveis de insatisfação e sofrimento ocupacional. Em contrapartida, instituições que promovem apoio institucional, diálogo e participação favorecem a construção de ambientes mais saudáveis e protetivos (Dalagasperina; Monteiro, 2014; Magalhães *et al.*, 2021).

Além dos fatores institucionais, aspectos relacionados à própria identidade profissional também podem contribuir para o adoecimento. Muitos professores ingressam na carreira motivados por ideais de transformação social, desenvolvimento humano e compromisso com a aprendizagem. Quando as condições reais de trabalho dificultam a concretização desses objetivos, surgem sentimento de frustração, impotência e perda de sentido profissional. Esse conflito entre expectativas e realidade constitui um dos elementos centrais na compreensão do desgaste docente contemporâneo (Gomes; Costa, 2025; Andrade; Cardoso, 2012). Assim, o burnout docente deve ser compreendido como resultado de uma combinação de fatores individuais, organizacionais e sociais que atuam de maneira interdependente. Reconhecer essas múltiplas causas é essencial para superar interpretações simplistas que responsabilizam exclusivamente o professor pelo

adoecimento e para promover ações efetivas voltadas à valorização profissional, à melhoria das condições de trabalho e à proteção da saúde mental dos educadores (Carlotto, 2002; Sousa *et al.*, 2025; Nascimento; Coutinho, 2025).

4. Sinais e manifestações do adoecimento docente

O desenvolvimento da Síndrome de Burnout ocorre de maneira gradual e progressiva, o que frequentemente dificulta sua identificação nas fases iniciais. Muitos professores convivem durante longos períodos com sinais de desgaste emocional sem reconhecer que estão vivenciando um processo de adoecimento relacionado ao trabalho. Em diversos casos, os sintomas são interpretados como consequências normais da rotina profissional, atrasando a busca por apoio e a implementação de estratégias de cuidado. Essa característica faz com que o burnout seja frequentemente descrito como um adoecimento silencioso no contexto da docência (Nascimento; Coutinho, 2025; Machado; Boechat; Santos, 2015).

Entre os primeiros sinais observados encontra-se a exaustão emocional, considerada uma das principais dimensões da síndrome. O professor passa a experimentar sensação constante de cansaço físico e mental, mesmo após períodos de descanso. Atividades que anteriormente eram realizadas com entusiasmo passam a exigir grande esforço emocional, gerando sentimentos de esgotamento, desânimo e dificuldade para enfrentar as demandas cotidianas da profissão (Carlotto, 2002; Diehl; Carlotto, 2014). Além do desgaste emocional, o burnout frequentemente se manifesta por meio de sintomas físicos que afetam a qualidade de vida dos docentes. Dores de cabeça recorrentes, alterações do sono, fadiga persistente, problemas gastrointestinais, tensão muscular e redução da disposição física figuram entre as queixas mais relatadas na literatura. Esses sintomas tendem a intensificar-se à medida que o processo de adoecimento avança, comprometendo tanto o desempenho profissional quanto o bem-estar geral dos professores (Pinto *et al.*, 2015; Pereira *et al.*, 2019).

No âmbito psicológico, é comum o surgimento de sentimentos de irritabilidade, ansiedade, frustração e desmotivação. Muitos docentes relatam dificuldades para lidar com situações que anteriormente eram administradas com tranquilidade, passando a apresentar reações emocionais mais intensas diante de problemas cotidianos. Esse quadro pode gerar conflitos interpessoais, dificuldades de comunicação e redução da

satisfação profissional, contribuindo para o agravamento do sofrimento emocional (Silva, 2010; Vidal, 2017). Outra manifestação característica da síndrome é o distanciamento afetivo em relação ao trabalho. Professores que antes demonstravam envolvimento com as atividades pedagógicas podem passar a adotar atitudes de indiferença, frieza emocional ou desinteresse diante das necessidades dos estudantes. Esse processo não ocorre por falta de compromisso profissional, mas como uma tentativa de proteção psicológica diante do desgaste acumulado ao longo do tempo (Carlotto *et al.*, 2013; Ramírez; Araiza; Anaya, 2017).

A redução da realização profissional também constitui um importante indicador do burnout. Nessa fase, os docentes passam a questionar suas competências, duvidam da relevância do trabalho que realizam e desenvolvem sentimentos persistentes de fracasso ou inutilidade. Mesmo quando alcançam resultados positivos, muitos profissionais têm dificuldade em reconhecer suas conquistas, mantendo percepções negativas sobre seu desempenho e sobre sua contribuição para a educação (Diehl; Carlotto, 2014; Prado *et al.*, 2017). As manifestações comportamentais da síndrome também merecem atenção. Alguns professores passam a evitar atividades relacionadas ao trabalho, apresentam redução do envolvimento em projetos pedagógicos e demonstram menor interesse em participar de ações coletivas da instituição. Em situações mais avançadas, podem ocorrer faltas frequentes, afastamentos por questões de saúde e desejo de abandonar a profissão, evidenciando o impacto do adoecimento sobre a trajetória profissional (Pereira *et al.*, 2019; Magalhães *et al.*, 2021).

As relações interpessoais também costumam ser afetadas pelo burnout. O desgaste emocional pode comprometer a capacidade de diálogo, a tolerância diante de conflitos e a qualidade das interações com estudantes, colegas e familiares. Como consequência, o professor pode experimentar sentimentos de isolamento, incompreensão e afastamento social, fatores que contribuem para intensificar o sofrimento psicológico e dificultar a busca por apoio (Nunes; Smeha, 2017; Souza; Honorato, 2019). É importante destacar que nem todos os docentes manifestam os sintomas da mesma forma ou com a mesma intensidade. Aspectos relacionados à personalidade, às condições de trabalho, ao suporte social e às estratégias individuais de enfrentamento influenciam diretamente a forma como cada profissional vivencia o processo de adoecimento. Essa diversidade reforça a necessidade de abordagens individualizadas e sensíveis às particularidades de cada contexto educacional (Dalagasperina; Monteiro, 2014; Magalhães *et al.*, 2021).

Diante dessas evidências, a identificação precoce dos sinais de burnout torna-se fundamental para evitar o agravamento do quadro e suas consequências para a saúde dos professores. Reconhecer os sintomas, promover espaços de escuta e desenvolver políticas institucionais de apoio são medidas essenciais para proteger o bem-estar docente e fortalecer a qualidade dos processos educativos. Afinal, cuidar da saúde mental dos professores significa também cuidar da educação e das pessoas que dela dependem diariamente (Bastos; Lobato; Ferreira, 2026; Sousa *et al.*, 2025; Nascimento; Coutinho, 2025).

5. Consequências do burnout para a educação e para a saúde do professor

A Síndrome de Burnout produz impactos que ultrapassam o âmbito individual, afetando simultaneamente a saúde dos professores, o funcionamento das instituições educacionais e a qualidade dos processos de ensino e aprendizagem. Por se tratar de um fenômeno relacionado ao desgaste crônico decorrente das condições de trabalho, suas consequências tendem a manifestar-se de forma progressiva, comprometendo diferentes dimensões da vida profissional, pessoal e social dos docentes. Dessa forma, compreender seus efeitos é essencial para dimensionar a gravidade desse problema no contexto educacional contemporâneo (Carlotto, 2002; Andrade; Cardoso, 2012).

Entre as consequências mais evidentes encontra-se o comprometimento da saúde física. Professores acometidos pelo burnout frequentemente apresentam sintomas persistentes de fadiga, alterações do sono, dores musculares, cefaleias, problemas gastrointestinais e redução da imunidade. A permanência desses sintomas ao longo do tempo pode favorecer o surgimento de outras condições clínicas, ampliando o sofrimento e reduzindo significativamente a qualidade de vida dos profissionais (Pinto *et al.*, 2015; Pereira *et al.*, 2019).

No campo da saúde mental, os impactos costumam ser igualmente expressivos. A síndrome está associada ao aumento dos níveis de ansiedade, estresse, irritabilidade e sentimentos de desesperança. Em situações mais graves, podem surgir sintomas depressivos, isolamento social e dificuldades para estabelecer relações interpessoais saudáveis. Esse cenário evidencia que o burnout não deve ser compreendido apenas como um problema ocupacional, mas como uma condição capaz de afetar profundamente o equilíbrio psicológico dos docentes (Machado; Boechat; Santos, 2015; Souza; Honorato,

2019). A esfera familiar também pode sofrer importantes repercussões. O esgotamento emocional frequentemente reduz a disponibilidade afetiva e a capacidade de lidar com demandas pessoais e familiares. Muitos professores relatam dificuldades para desfrutar momentos de lazer, estabelecer vínculos saudáveis e participar plenamente da convivência familiar devido ao desgaste acumulado pelo trabalho. Como consequência, conflitos familiares e sentimentos de insatisfação podem tornar-se mais frequentes, ampliando ainda mais o sofrimento emocional (Nunes; Smeha, 2017; Nascimento; Coutinho, 2025).

No ambiente escolar, o burnout repercute diretamente sobre a qualidade das práticas pedagógicas. Professores emocionalmente esgotados tendem a apresentar redução da criatividade, menor capacidade de planejamento e dificuldades para manter o engajamento nas atividades educativas. A perda gradual da motivação profissional compromete o entusiasmo pela docência e pode limitar a implementação de estratégias pedagógicas inovadoras, afetando a dinâmica do processo de ensino e aprendizagem (Carlotto *et al.*, 2013; Diehl; Carlotto, 2014). As relações entre professores e estudantes também podem ser impactadas pelo adoecimento. O distanciamento afetivo característico do burnout favorece atitudes de indiferença, impaciência e redução da sensibilidade diante das necessidades dos alunos. Como resultado, enfraquecem-se os vínculos pedagógicos e afetivos que sustentam grande parte dos processos educativos, prejudicando a construção de ambientes escolares acolhedores e favoráveis ao desenvolvimento humano (Ramírez; Araiza; Anaya, 2017; Vidal, 2017).

Outro efeito relevante refere-se ao aumento dos índices de absenteísmo e afastamentos por motivos de saúde. Professores acometidos pela síndrome frequentemente necessitam interromper suas atividades profissionais para realizar tratamentos médicos ou psicológicos. Esses afastamentos geram impactos tanto para os próprios docentes quanto para as instituições de ensino, que precisam reorganizar suas atividades diante da ausência dos profissionais. Em muitos casos, a recorrência desses afastamentos evidencia a gravidade do quadro e a necessidade de intervenções institucionais mais efetivas (Magalhães *et al.*, 2021; Pereira *et al.*, 2019).

A longo prazo, o burnout pode contribuir para o abandono da profissão docente. Sentimentos persistentes de frustração, esgotamento e desvalorização levam alguns profissionais a reconsiderarem sua permanência na carreira. Esse fenômeno representa um desafio significativo para os sistemas educacionais, especialmente diante da

necessidade de atrair e manter professores qualificados e motivados para atuar nas escolas (Gomes; Costa, 2025; Sousa *et al.*, 2025). As consequências da síndrome também alcançam a dimensão institucional. Ambientes escolares marcados por elevados índices de adoecimento docente tendem a apresentar maior rotatividade de profissionais, redução do engajamento coletivo e dificuldades na implementação de projetos pedagógicos. Além disso, o clima organizacional pode ser afetado negativamente, comprometendo as relações entre os membros da comunidade escolar e dificultando a construção de uma cultura de colaboração e apoio mútuo (Dalagasperina; Monteiro, 2014; Bastos; Lobato; Ferreira, 2026).

Sob uma perspectiva mais ampla, o burnout docente produz impactos que extrapolam os limites das instituições educacionais. Quando professores adoecem, toda a sociedade é afetada, uma vez que a qualidade da educação depende diretamente das condições de trabalho e do bem-estar daqueles que atuam na formação das novas gerações. Investir na saúde mental dos docentes significa, portanto, investir na qualidade do ensino, na valorização da profissão e no fortalecimento dos processos educativos (Roque; Santos Junior; Rodrigues, 2026; Gomes; Costa, 2025). Assim, torna-se imprescindível reconhecer o burnout como um problema de saúde pública e educacional. Suas consequências demonstram que o cuidado com os professores não deve ser entendido como uma questão secundária, mas como elemento estratégico para a construção de sistemas educacionais mais sustentáveis, humanizados e comprometidos com o desenvolvimento integral de estudantes e educadores (Bastos; Lobato; Ferreira, 2026; Sousa *et al.*, 2025; Magalhães *et al.*, 2021).

6. Burnout, identidade profissional e valorização docente

A docência é uma profissão que transcende a simples transmissão de conhecimentos, estando profundamente relacionada à construção de vínculos humanos, ao desenvolvimento social e à formação de cidadãos. Por essa razão, a identidade profissional do professor é construída não apenas a partir de competências técnicas, mas também por meio de valores, expectativas, crenças e significados atribuídos ao exercício da profissão. Quando as condições de trabalho dificultam a concretização desses propósitos, podem surgir conflitos que afetam diretamente a satisfação profissional e favorecem o desenvolvimento do burnout (Gomes; Costa, 2025; Andrade; Cardoso, 2012).

A identidade docente é construída ao longo da trajetória profissional e envolve a forma como os professores percebem seu papel na sociedade e atribuem significado às atividades que realizam. Muitos profissionais ingressam na carreira motivados pelo desejo de contribuir para a transformação social, promover aprendizagens significativas e participar da formação das novas gerações (Carlotto, 2002; Nunes; Smeha, 2017). Nesse contexto, o burnout pode ser compreendido não apenas como um problema relacionado ao excesso de trabalho, mas também como uma crise de sentido profissional. O desgaste contínuo tende a enfraquecer o vínculo afetivo do professor com a profissão, comprometendo sua percepção de utilidade, reconhecimento e realização pessoal. Dessa forma, o adoecimento não afeta apenas a saúde mental do docente, mas também sua forma de compreender e vivenciar a própria identidade profissional (Carlotto *et al.*, 2013; Gomes; Costa, 2025).

A literatura destaca que a valorização profissional constitui um dos principais fatores de proteção contra o burnout. Professores que se sentem reconhecidos por seus estudantes, colegas, gestores e pela sociedade tendem a apresentar maiores níveis de satisfação no trabalho e maior capacidade de enfrentamento das dificuldades cotidianas. O reconhecimento fortalece sentimentos de pertencimento e contribui para a manutenção do compromisso com a atividade docente, mesmo diante de desafios significativos (Vidal, 2017; Bastos; Lobato; Ferreira, 2026). Por outro lado, a percepção de desvalorização representa uma das principais fontes de sofrimento entre os profissionais da educação. Baixos salários, pouca visibilidade social, ausência de reconhecimento institucional e discursos que responsabilizam exclusivamente os professores pelos problemas educacionais contribuem para o enfraquecimento da autoestima profissional. Quando essa realidade se prolonga, aumenta o risco de desenvolvimento de sentimentos de frustração, impotência e esgotamento emocional (Nascimento; Coutinho, 2025; Sousa *et al.*, 2025).

As transformações ocorridas no mundo contemporâneo também têm influenciado a identidade docente. A ampliação das demandas sociais direcionadas à escola fez com que os professores passassem a assumir responsabilidades que extrapolam os limites do ensino formal. Além de ensinar conteúdos, espera-se que esses profissionais atuem na mediação de conflitos, no apoio emocional aos estudantes, na promoção da inclusão e no enfrentamento de problemas sociais complexos. Embora essas atribuições sejam

importantes, sua acumulação pode gerar sobrecarga e ampliar os sentimentos de insuficiência profissional (Roque; Santos Junior; Rodrigues, 2026; Dias; Silva, 2020).

Outro aspecto relevante refere-se à tensão entre os valores pedagógicos e as exigências produtivistas presentes em muitos sistemas educacionais. Em diversos contextos, os professores convivem com cobranças relacionadas a indicadores de desempenho, metas institucionais e resultados quantitativos que nem sempre dialogam com os princípios educativos que fundamentam sua atuação. Essa contradição pode gerar conflitos internos e contribuir para a perda do sentido atribuído ao trabalho docente (Gomes; Costa, 2025; Andrade; Cardoso, 2012). A valorização docente, portanto, não deve ser compreendida apenas sob a perspectiva financeira, embora a remuneração adequada seja um elemento fundamental. Ela envolve também condições dignas de trabalho, oportunidades de desenvolvimento profissional, autonomia pedagógica, participação nas decisões institucionais e reconhecimento social da relevância da profissão. Esses fatores fortalecem a identidade profissional e contribuem para a construção de ambientes de trabalho mais saudáveis e motivadores (Dalagasperina; Monteiro, 2014; Bastos; Lobato; Ferreira, 2026).

Além disso, políticas institucionais voltadas ao cuidado com os professores desempenham papel importante na preservação da saúde mental e na prevenção do burnout. A promoção de espaços de diálogo, programas de apoio psicossocial e iniciativas de valorização profissional favorecem a construção de culturas organizacionais mais acolhedoras e comprometidas com o bem-estar dos trabalhadores da educação (Magalhães *et al.*, 2021; Sousa *et al.*, 2025). Dessa forma, discutir burnout implica também refletir sobre a identidade e a valorização docente. O fortalecimento da profissão passa necessariamente pelo reconhecimento de sua importância social e pela criação de condições que permitam aos professores exercerem seu trabalho com dignidade, autonomia e satisfação. Somente a partir dessa perspectiva será possível construir ambientes educacionais capazes de promover simultaneamente a saúde dos docentes e a qualidade da educação oferecida à sociedade (Carlotto, 2002; Gomes; Costa, 2025; Bastos; Lobato; Ferreira, 2026).

7. Estratégias de prevenção, enfrentamento e promoção do bem-estar docente

A prevenção da Síndrome de Burnout exige uma abordagem ampla que considere simultaneamente as características individuais dos professores, as condições de trabalho oferecidas pelas instituições e as políticas educacionais que orientam o exercício da docência. Por se tratar de um fenômeno multifatorial, não existem soluções únicas ou isoladas para seu enfrentamento. Dessa forma, a promoção do bem-estar docente deve ser compreendida como um compromisso coletivo, envolvendo profissionais da educação, gestores, sistemas de ensino e a sociedade em geral (Sousa *et al.*, 2025; Souza; Honorato, 2019).

Um dos principais caminhos para a prevenção do burnout consiste na melhoria das condições de trabalho. Ambientes organizados, recursos pedagógicos adequados, redução da sobrecarga administrativa e planejamento compatível com as demandas da função contribuem significativamente para a diminuição do desgaste ocupacional. Quando os professores dispõem de condições adequadas para desenvolver suas atividades, aumentam as possibilidades de realização profissional e reduzem-se os fatores associados ao adoecimento emocional (Dalagasperina; Monteiro, 2014; Roque; Santos Junior; Rodrigues, 2026).

A valorização profissional também desempenha papel central na promoção da saúde mental docente. O reconhecimento do trabalho realizado, a remuneração compatível com a responsabilidade da função, as oportunidades de crescimento profissional e a participação nos processos decisórios fortalecem o sentimento de pertencimento e contribuem para a construção de identidades profissionais mais positivas. Professores que se sentem valorizados tendem a apresentar maiores níveis de satisfação e engajamento no exercício da profissão (Bastos; Lobato; Ferreira, 2026; Gomes; Costa, 2025). A formação continuada constitui outro importante fator protetivo. Programas de capacitação que abordam não apenas conteúdos pedagógicos, mas também aspectos relacionados à saúde mental, gestão emocional, resolução de conflitos e autocuidado, contribuem para ampliar os recursos pessoais de enfrentamento dos docentes. Além disso, esses espaços favorecem a troca de experiências e o fortalecimento das redes de apoio entre profissionais da educação (Diehl; Carlotto, 2014; Sousa *et al.*, 2025).

O fortalecimento das relações interpessoais dentro das instituições escolares também é essencial para a prevenção do burnout. Ambientes marcados pelo diálogo, pela cooperação e pelo apoio mútuo favorecem a construção de vínculos saudáveis e reduzem sentimentos de isolamento profissional. A presença de equipes gestoras sensíveis às necessidades dos docentes contribui para a criação de espaços de acolhimento capazes de minimizar os impactos do estresse ocupacional (Carlotto *et al.*, 2013; Nunes; Smeha, 2017). No âmbito individual, o desenvolvimento de estratégias de autocuidado representa um recurso importante para a preservação da saúde mental. A adoção de hábitos saudáveis, a prática regular de atividades físicas, a manutenção de momentos de lazer e a busca por equilíbrio entre vida profissional e pessoal contribuem para a redução do desgaste emocional. Embora essas práticas não eliminem os problemas estruturais da profissão, elas fortalecem a capacidade de enfrentamento diante das adversidades cotidianas (Silva, 2010; Souza; Honorato, 2019).

O suporte psicológico também pode desempenhar papel relevante na prevenção e no enfrentamento do burnout. O acesso a serviços de acompanhamento psicológico permite que os professores desenvolvam estratégias mais eficazes para lidar com situações de estresse, ansiedade e sobrecarga emocional. Além disso, esses espaços favorecem a reflexão sobre as experiências profissionais e contribuem para a construção de formas mais saudáveis de relação com o trabalho (Machado; Boechat; Santos, 2015; Pereira *et al.*, 2019). As instituições educacionais podem contribuir significativamente por meio da implementação de programas voltados à promoção da saúde mental. A realização de ações de sensibilização, grupos de apoio, atividades de integração e campanhas de valorização profissional fortalece a cultura do cuidado dentro das escolas. Essas iniciativas ajudam a reduzir estigmas relacionados ao adoecimento psicológico e incentivam os profissionais a buscar ajuda quando necessário (Magalhães *et al.*, 2021; Bastos; Lobato; Ferreira, 2026).

Também é fundamental que as políticas públicas educacionais incorporem a saúde mental docente como prioridade estratégica. Investimentos em infraestrutura, redução da precarização do trabalho, ampliação do suporte institucional e valorização da carreira são medidas que produzem impactos positivos não apenas sobre os professores, mas sobre todo o sistema educacional. A prevenção do burnout exige ações estruturais capazes de enfrentar as causas do adoecimento e não apenas seus efeitos (Andrade; Cardoso, 2012; Gomes; Costa, 2025). Outro aspecto importante refere-se à construção de uma cultura

institucional que reconheça os limites humanos dos profissionais da educação. A ideia de que o professor deve suportar continuamente elevadas cargas de trabalho e demandas emocionais sem demonstrar fragilidade contribui para a invisibilização do sofrimento docente. Romper com essa lógica significa reconhecer que cuidar dos educadores é uma condição indispensável para a promoção de uma educação de qualidade (Nascimento; Coutinho, 2025; Vidal, 2017).

Diante dessas reflexões, torna-se evidente que a promoção do bem-estar docente deve ocupar posição central nas discussões sobre educação contemporânea. Investir na saúde mental dos professores não representa apenas uma ação de cuidado individual, mas uma estratégia fundamental para fortalecer a qualidade do ensino, valorizar a profissão docente e construir ambientes escolares mais humanos, saudáveis e sustentáveis para todos os envolvidos no processo educativo (Sousa *et al.*, 2025; Bastos; Lobato; Ferreira, 2026; Magalhães *et al.*, 2021).

8. Considerações Finais

A Síndrome de Burnout tem se consolidado como um dos principais desafios relacionados à saúde mental dos profissionais da educação, especialmente em um contexto marcado pela intensificação das demandas docentes e pelas constantes transformações do trabalho educacional. Ao longo deste capítulo, foi possível compreender que o burnout não se limita a uma condição individual de esgotamento, mas constitui um fenômeno complexo, influenciado por fatores organizacionais, sociais, emocionais e profissionais que se articulam no cotidiano da docência.

As discussões realizadas evidenciaram que o trabalho docente apresenta características que favorecem a exposição prolongada a situações de desgaste emocional. A sobrecarga de atividades, a pressão por resultados, as demandas burocráticas, a falta de reconhecimento profissional e as condições inadequadas de trabalho figuram entre os principais fatores associados ao desenvolvimento da síndrome. Esses elementos demonstram que o adoecimento docente não pode ser compreendido apenas como resultado de fragilidades individuais, mas como consequência de condições estruturais que afetam o exercício da profissão.

Também foi possível identificar que o burnout se manifesta por meio de diferentes sinais e sintomas que comprometem significativamente a qualidade de vida dos

professores. A exaustão emocional, o distanciamento afetivo, a redução da realização profissional, os sintomas físicos persistentes e as dificuldades nas relações interpessoais representam importantes indicadores de sofrimento que merecem atenção das instituições educacionais e dos sistemas de ensino. A identificação precoce desses sinais constitui um passo fundamental para evitar o agravamento do adoecimento e suas consequências para a saúde dos profissionais.

Os impactos da síndrome ultrapassam os limites da vida pessoal dos docentes e alcançam diretamente os processos educativos. A redução da motivação, o enfraquecimento dos vínculos pedagógicos, o aumento dos afastamentos por motivos de saúde e a diminuição da satisfação profissional repercutem na qualidade do ensino e no funcionamento das instituições escolares. Nesse sentido, o burnout deve ser reconhecido como uma questão que afeta não apenas os professores, mas toda a comunidade educacional e, conseqüentemente, a própria qualidade da educação oferecida à sociedade. Outro aspecto relevante discutido neste capítulo refere-se à relação entre burnout, identidade profissional e valorização docente. A fragilização do reconhecimento social da profissão, associada à distância entre os ideais pedagógicos e as condições concretas de trabalho, contribui para sentimentos de frustração e perda de sentido profissional. Dessa forma, fortalecer a identidade docente e promover condições adequadas para o exercício da profissão constituem medidas essenciais para a prevenção do adoecimento e para a construção de trajetórias profissionais mais saudáveis e satisfatórias.

Assim, torna-se evidente que a prevenção do burnout exige ações integradas que envolvam professores, gestores, instituições educacionais e formuladores de políticas públicas. A valorização profissional, a melhoria das condições de trabalho, o fortalecimento das redes de apoio, a promoção do autocuidado e a implementação de programas voltados à saúde mental representam estratégias fundamentais para o enfrentamento desse problema. Investir no bem-estar docente significa investir na qualidade da educação, no desenvolvimento humano e na construção de ambientes escolares mais acolhedores, sustentáveis e comprometidos com a formação integral de todos os sujeitos envolvidos no processo educativo.

REFERÊNCIAS

- ANDRADE, P. S. de; CARDOSO, T. A. de O. Prazer e dor na docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout. **Saúde e Sociedade**, v. 21, p. 129-140, 2012.
- BASTOS, R. do S. R.; LOBATO, F. da S.; FERREIRA, A. C. Educação, qualidade de vida e burnout: reflexões e perspectivas. **Cuadernos de Educación y Desarrollo-QUALIS A4**, v. 18, n. 1, p. e10594, 2026.
- CARLOTTO, M. S. A síndrome de Burnout eo trabalho docente. **Psicologia em estudo**, v. 7, n. 1, p. 21-29, 2002.
- CARLOTTO, M. S. et al. Avaliação e interpretação do mal-estar docente: um estudo qualitativo sobre a Síndrome de Burnout. **Revista Subjetividades**, v. 13, n. 1-2, p. 195-220, 2013.
- DALAGASPERINA, P.; MONTEIRO, J. K. Preditores da síndrome de burnout em docentes do ensino privado. **Psico-USF**, v. 19, p. 263-275, 2014.
- DIAS, B. V. B.; SILVA, P. S. de S. da. Síndrome de Burnout em docentes: revisão integrativa sobre as causas. **CuidArte, Enferm**, p. 95-100, 2020.
- DIEHL, L.; CARLOTTO, M. S. Conhecimento de professores sobre a Síndrome de Burnout: processo, fatores de risco e consequências. **Psicologia em estudo**, v. 19, n. 4, p. 741-752, 2014.
- FERENHOF, I. A.; FERENHOF, E. A. Sobre a Síndrome de Burnout em professores. **ECCOS–Revista Científica**, v. 4, n. 1, p. 131-152, 2002.
- GOMES, K. A.; COSTA, F. J. F. Burnout e identidade profissional: a docência entre o sentido pedagógico e a lógica do capital. **Práticas Educativas, Memórias e Oralidades-Rev. Pemo**, v. 7, p. e16458, 2025.
- MACHADO, V. R.; BOECHAT, I. T.; SANTOS, M. F. R. Síndrome de burnout: uma reflexão sobre a saúde mental do educador. **Revista Transformar**, n. 7, p. 257-272, 2015.
- MAGALHÃES, T. A. de et al. Prevalência e fatores associados à síndrome de burnout entre professores da rede pública de ensino: estudo de base populacional. **Brazilian Journal of Occupational Health**, v. 46, p. e11, 2021.
- NASCIMENTO, V. da S.; COUTINHO, D. J. G. O Adoecimento silencioso: uma reflexão sobre o burnout na docência contemporânea. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 11, n. 9, p. 1663-1670, 2025.
- NUNES, S. F.; SMEHA, L. N. Síndrome de Burnout em docentes. **Disciplinarum Scientia|Ciências Humanas**, v. 18, n. 1, p. 261-271, 2017.

PEREIRA, M. D. et al. Indícios de síndrome de burnout em professores do ensino superior e suas consequências na saúde do docente. **Caderno de Graduação-Ciências Biológicas e da Saúde-UNIT-SERGIPE**, v. 5, n. 3, 2019.

PINTO, M. et al. Síndrome de burnout em docentes. **Revista Interdisciplinar**, v. 8, n. 2, p. 169-177, 2015.

PRADO, R. L. et al. Avaliação da síndrome de Burnout em professores universitários. **Revista da ABENO**, v. 17, n. 3, p. 21-29, 2017.

RAMÍREZ, J. A. R.; ARAIZA, A. G.; ANAYA, E. V. Síndrome de burnout en docentes. **IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH**, v. 8, n. 14, p. 45-67, 2017.

ROQUE, G. S. C.; SANTOS JUNIOR, A. B.; RODRIGUES, R. B. O desgaste físico e emocional dos professores, frente a falta de estrutura e a sobrecarga escolar. **Pedagogia em Revista**, v. 1, n. 1, p. 96-133, 2026.

RUIZ, G. G. et al. Síndrome de Burnout em Professores Universitários. **Revista Cubana de Enfermagem**, v. 31, n. 4, p. 0-0, 2015.

SILVA, M. de F. M. **Stress Docente: Compreender e Transcender**. 2010. Dissertação de Mestrado. Universidade de Coimbra (Portugal).

SOUSA, A. da S. et al. Burnout e os professores: um estudo sobre causas, consequências e estratégias de prevenção. **Revista Educação & Ensino**, v. 9, n. 1, 2025.

SOUZA, D. C.; HONORATO, E. J. S. Burnout: causas e possibilidades de intervenções. **Revista Uniabeu**, v. 12, n. 30, 2019.

TORTOLA, N. C. et al. Síndrome De Burnout Em Professores Universitários: Uma Revisão De Literatura. **Revista Acadêmica Online**, v. 10, n. 54, p. e435, 2024.

VIDAL, E. R. S. Síndrome de Burnout em professores. **Pedagogia em Ação**, v. 9, n. 1, p. 39-46, 2017.

RELAÇÕES INTERPESSOAIS E CLIMA ESCOLAR SAUDÁVEL: Construindo Ambientes Saudáveis para Aprender e Conviver

Irene Maria Mendonça

Antônio Veimar da Silva

Carla Michelle da Silva

1. Introdução

A escola é um espaço de aprendizagem, mas também de convivência humana. Muito além da transmissão de conhecimentos, o ambiente escolar constitui um contexto privilegiado para a construção de relações interpessoais, desenvolvimento de competências socioemocionais e fortalecimento de vínculos que influenciam diretamente o bem-estar dos estudantes e profissionais da educação. Nesse cenário, as interações estabelecidas entre alunos, professores, gestores, famílias e demais membros da comunidade escolar desempenham papel fundamental na promoção de ambientes saudáveis e favoráveis ao desenvolvimento humano (Silva, 2008; Freschi; Freschi, 2013).

Nas últimas décadas, as pesquisas sobre saúde mental na educação têm evidenciado que a qualidade das relações interpessoais influencia significativamente o desempenho acadêmico, a satisfação escolar e a construção do sentimento de pertencimento. Ambientes marcados pelo respeito, pela cooperação e pela valorização das diferenças tendem a favorecer experiências positivas de aprendizagem e convivência. Em contrapartida, contextos caracterizados por conflitos constantes, exclusão social e

relações fragilizadas podem contribuir para o surgimento de sofrimento emocional e dificuldades no desenvolvimento dos estudantes (Alcantara *et al.*, 2019; Baia; Machado, 2021). Nesse contexto, o conceito de clima escolar ganhou destaque como uma importante ferramenta para compreender a dinâmica das instituições educativas. O clima escolar envolve percepções compartilhadas sobre segurança, convivência, relações interpessoais, práticas pedagógicas e formas de organização institucional. Estudos demonstram que escolas com clima positivo apresentam melhores indicadores de aprendizagem, menor incidência de violência e maiores níveis de satisfação entre estudantes e profissionais da educação (Vinha *et al.*, 2016; Moro; Vinha; Morais, 2019).

A relação entre clima escolar e saúde mental tem sido amplamente discutida na literatura recente. Ambientes acolhedores e emocionalmente seguros favorecem a construção da autoestima, da confiança e do bem-estar psicológico, enquanto contextos marcados por insegurança, conflitos recorrentes e ausência de apoio podem aumentar os riscos de ansiedade, estresse e sofrimento emocional. Dessa forma, promover relações saudáveis dentro da escola representa uma estratégia essencial para a prevenção de problemas relacionados à saúde mental (Silva *et al.*, 2021; Neiman, 2026). Outro aspecto importante refere-se ao papel dos professores e gestores na construção da qualidade das relações interpessoais. As práticas de acolhimento, escuta, mediação de conflitos e valorização da participação contribuem para a formação de ambientes mais democráticos e inclusivos. Além disso, a atuação das equipes gestoras influencia diretamente o clima organizacional e o fortalecimento das relações entre os diferentes atores que compõem a comunidade escolar (Guimarães; Filipkowski, 2021; Ulrichsen *et al.*, 2026).

As transformações sociais contemporâneas também impõem novos desafios à convivência escolar. A diversidade cultural, o uso intensivo das tecnologias digitais, os conflitos geracionais e o aumento das demandas emocionais exigem que as instituições educativas desenvolvam estratégias capazes de promover relações mais respeitadas, empáticas e colaborativas. Nesse contexto, a educação socioemocional surge como uma importante aliada na construção de competências necessárias para a convivência saudável e para o fortalecimento da saúde mental no ambiente escolar (Queiroz, 2023; Júnior *et al.*, 2026). Diante desse cenário, torna-se fundamental compreender que a promoção da saúde mental na escola depende não apenas de intervenções individuais, mas também da qualidade das relações que se estabelecem no cotidiano institucional. Construir ambientes acolhedores, seguros e participativos representa um dos principais

desafios da educação contemporânea e uma condição indispensável para o desenvolvimento integral dos estudantes e profissionais da educação (Lando *et al.*, 2025; Silva *et al.*, 2025).

Este capítulo tem como objetivo discutir a importância das relações interpessoais e do clima escolar na promoção da saúde mental, analisando como a qualidade da convivência, da gestão escolar e das práticas socioemocionais pode contribuir para a construção de ambientes educativos mais saudáveis, inclusivos e favoráveis ao desenvolvimento humano.

2. Compreendendo as relações interpessoais no contexto escolar

As relações interpessoais constituem um dos pilares fundamentais da vida em sociedade e desempenham papel central no desenvolvimento humano. No contexto escolar, essas relações são construídas diariamente por meio das interações entre estudantes, professores, gestores, funcionários e famílias, formando uma complexa rede de convivência que influencia diretamente os processos de aprendizagem, socialização e desenvolvimento socioemocional (Silva, 2008; Freschi; Freschi, 2013). A escola é um espaço privilegiado de convivência porque reúne indivíduos com diferentes histórias, valores, culturas, experiências e formas de compreender o mundo. Essa diversidade cria oportunidades significativas para a aprendizagem social, o desenvolvimento da empatia e o fortalecimento das habilidades de comunicação e cooperação. Ao mesmo tempo, também pode gerar conflitos e desafios que exigem mediação, diálogo e construção coletiva de soluções. Assim, as relações interpessoais constituem um elemento permanente da experiência escolar e influenciam profundamente a qualidade da convivência institucional (Baia; Machado, 2021; Santos; Santos; Santos, 2023).

A literatura educacional destaca que as interações humanas exercem influência direta sobre os processos de aprendizagem. Estudantes que se sentem acolhidos, respeitados e valorizados tendem a participar mais ativamente das atividades escolares, demonstrar maior motivação para aprender e desenvolver relações mais positivas com o ambiente educativo. Em contrapartida, experiências marcadas por rejeição, discriminação ou isolamento podem comprometer o engajamento acadêmico e favorecer o surgimento de dificuldades emocionais e comportamentais (Alcantara *et al.*, 2019; Nery *et al.*, 2025). Nesse contexto, a convivência escolar ultrapassa a simples coexistência entre indivíduos

e passa a representar um processo contínuo de construção de significados, valores e formas de relacionamento. As experiências vivenciadas no ambiente escolar contribuem para o desenvolvimento de competências sociais importantes, como respeito às diferenças, cooperação, escuta ativa, resolução de problemas e trabalho em equipe. Essas habilidades são fundamentais não apenas para o sucesso acadêmico, mas também para a formação cidadã e para a vida em sociedade (Freschi; Freschi, 2013; Queiroz, 2023).

A qualidade das relações interpessoais também está diretamente associada ao bem-estar psicológico dos sujeitos. Ambientes escolares marcados por relações saudáveis tendem a favorecer sentimentos de pertencimento, segurança emocional e autoestima. Quando os estudantes percebem que fazem parte de uma comunidade acolhedora e respeitosa, aumentam as possibilidades de desenvolvimento emocional saudável e reduzem-se fatores associados ao sofrimento psíquico e à evasão escolar (Alcantara *et al.*, 2019; Alves; Leme, 2026).

Entre as diversas relações construídas no ambiente escolar, destaca-se a interação entre professores e estudantes. Essa relação exerce influência significativa sobre a motivação, a confiança e a participação dos alunos nos processos educativos. Professores que demonstram disponibilidade para ouvir, orientar e apoiar seus estudantes contribuem para a formação de vínculos positivos que fortalecem tanto o desempenho acadêmico quanto o desenvolvimento socioemocional. Da mesma forma, relações baseadas no respeito mútuo favorecem ambientes mais seguros e acolhedores para todos os envolvidos (Nery *et al.*, 2025; Santos; Santos; Santos, 2023). As relações entre os próprios estudantes também desempenham papel relevante na construção da experiência escolar. Os grupos de convivência, amizades e interações cotidianas influenciam a formação da identidade, o desenvolvimento da autoestima e o sentimento de pertencimento. Quando essas relações são pautadas pela cooperação e pelo respeito, contribuem para o fortalecimento da saúde mental e para a construção de experiências escolares positivas. Contudo, quando marcadas por conflitos, exclusão ou violência, podem gerar impactos significativos sobre o bem-estar dos alunos (Alcantara *et al.*, 2019; Baia; Machado, 2021).

Outro aspecto importante refere-se às relações estabelecidas entre os profissionais da educação. A cooperação entre professores, gestores e demais colaboradores fortalece o clima institucional e favorece a construção de práticas educativas mais integradas e eficientes. Ambientes de trabalho caracterizados pelo apoio mútuo, pela comunicação

aberta e pelo respeito profissional tendem a promover maior satisfação no trabalho e melhores condições para o desenvolvimento das atividades pedagógicas (Guimarães; Filipkowski, 2021; Nogueira; Moreira; Lima, 2021). As pesquisas mais recentes também têm destacado a necessidade de desenvolver competências socioemocionais que favoreçam a qualidade das relações interpessoais no contexto educacional. Habilidades como empatia, autocontrole emocional, comunicação assertiva e resolução pacífica de conflitos contribuem para a construção de ambientes mais harmoniosos e inclusivos. Nesse sentido, a formação de professores e o desenvolvimento dessas competências entre estudantes representam estratégias importantes para fortalecer a convivência escolar e promover a saúde mental (Júnior *et al.*, 2026; Queiroz, 2023).

Diante dessas reflexões, torna-se evidente que as relações interpessoais constituem um elemento estruturante da vida escolar. Elas influenciam não apenas os processos de aprendizagem, mas também a saúde mental, o desenvolvimento emocional e a qualidade da convivência institucional. Investir na construção de relações saudáveis significa fortalecer os vínculos humanos que sustentam a educação e criar condições mais favoráveis para o desenvolvimento integral de todos os sujeitos envolvidos no processo educativo (Silva, 2008; Baia; Machado, 2021; Alves; Leme, 2026).

3. Clima escolar: conceitos, características e impactos no bem-estar

O clima escolar tem sido reconhecido como um dos principais indicadores da qualidade das relações estabelecidas no ambiente educativo. De forma geral, esse conceito refere-se ao conjunto de percepções, sentimentos e experiências compartilhadas pelos diferentes membros da comunidade escolar acerca da convivência, da organização institucional, da segurança, das práticas pedagógicas e das relações interpessoais vivenciadas no cotidiano da escola. Assim, o clima escolar não se limita às condições físicas da instituição, mas envolve aspectos subjetivos que influenciam diretamente a forma como estudantes e profissionais percebem e vivenciam o ambiente educacional (Vinha *et al.*, 2016; Moro; Vinha; Morais, 2019).

A literatura destaca que o clima escolar é um fenômeno multidimensional, composto por diferentes elementos que interagem entre si. Entre esses componentes destacam-se a qualidade das relações interpessoais, o sentimento de segurança, a participação dos estudantes nas decisões escolares, o apoio oferecido pelos professores, a

gestão institucional e o respeito às normas de convivência. Quando esses fatores se articulam de forma positiva, favorecem a construção de ambientes mais acolhedores, democráticos e propícios ao desenvolvimento humano (Silva *et al.*, 2021; Danzmann *et al.*, 2024).

Nas últimas décadas, o interesse científico pelo clima escolar tem crescido significativamente devido às evidências que demonstram sua influência sobre diferentes aspectos da vida escolar. Estudos apontam que escolas com clima positivo apresentam melhores resultados acadêmicos, menores índices de violência, maior engajamento dos estudantes e níveis mais elevados de satisfação entre professores e alunos. Esses resultados evidenciam que a qualidade do ambiente escolar constitui um elemento estratégico para o sucesso dos processos educativos (Moro; Vinha; Moraes, 2019; Silva *et al.*, 2025). A percepção de segurança representa uma das dimensões mais importantes do clima escolar. Estudantes e profissionais precisam sentir que a escola é um espaço protegido, onde possam expressar opiniões, desenvolver relações e participar das atividades sem medo de violência, discriminação ou exclusão. Quando o ambiente escolar é percebido como inseguro, aumentam os níveis de ansiedade, estresse e desconforto emocional, comprometendo tanto a aprendizagem quanto o bem-estar dos indivíduos (Alcantara *et al.*, 2019; Neiman, 2026).

Outro elemento fundamental refere-se ao sentimento de pertencimento. A escola torna-se um espaço mais significativo quando os estudantes percebem que são valorizados, respeitados e reconhecidos como parte importante da comunidade escolar. Esse sentimento fortalece a autoestima, favorece a participação nas atividades educativas e contribui para a construção de vínculos positivos com colegas e professores. Em contrapartida, experiências de rejeição ou invisibilidade podem gerar sofrimento emocional e enfraquecer o compromisso com a vida escolar (Alves; Leme, 2026; Nery *et al.*, 2025). O clima escolar também influencia diretamente a saúde mental dos estudantes. Ambientes caracterizados por relações respeitadas, diálogo aberto e apoio emocional tendem a funcionar como fatores de proteção contra o desenvolvimento de problemas psicológicos. Nesses contextos, os alunos encontram maiores oportunidades para expressar sentimentos, buscar ajuda diante de dificuldades e desenvolver habilidades socioemocionais importantes para o enfrentamento dos desafios cotidianos (Lando *et al.*, 2025; Neiman, 2026).

Os professores igualmente são impactados pela qualidade do clima escolar. Ambientes institucionais marcados por cooperação, valorização profissional e apoio da gestão favorecem maiores níveis de satisfação no trabalho e menor ocorrência de desgaste emocional. Por outro lado, escolas caracterizadas por conflitos constantes, falta de comunicação e ausência de suporte institucional podem contribuir para o aumento do estresse ocupacional e do adoecimento docente (Guimarães; Filipkowski, 2021; Ulrichsen *et al.*, 2026).

A gestão escolar desempenha papel decisivo na construção e manutenção de um clima institucional positivo. Lideranças que promovem participação, diálogo, escuta e resolução colaborativa de problemas tendem a fortalecer relações de confiança entre os diferentes membros da comunidade escolar. Esse processo favorece a construção de ambientes mais democráticos e comprometidos com o bem-estar coletivo (Nogueira; Moreira; Lima, 2021; Ulrichsen *et al.*, 2026). Além disso, pesquisas recentes demonstram que intervenções voltadas à melhoria do clima escolar apresentam resultados positivos na redução de conflitos, no fortalecimento da convivência e na promoção da saúde mental. Programas de educação emocional, mediação de conflitos, desenvolvimento de competências socioemocionais e fortalecimento da participação estudantil figuram entre as estratégias mais eficazes para promover mudanças positivas no ambiente escolar (Silva *et al.*, 2025; Júnior *et al.*, 2026).

Dessa maneira, torna-se possível afirmar que o clima escolar constitui um elemento central para a promoção do bem-estar e da saúde mental no contexto educacional. Investir na construção de ambientes seguros, acolhedores e participativos significa criar condições para que estudantes e profissionais desenvolvam suas potencialidades, fortaleçam seus vínculos e construam experiências escolares mais positivas e significativas. Assim, o clima escolar deve ser compreendido como uma dimensão estratégica para a qualidade da educação e para o desenvolvimento integral dos sujeitos que fazem parte da comunidade escolar (Vinha *et al.*, 2016; Danzmann *et al.*, 2024; Lando *et al.*, 2025).

4. A relação professor-aluno e seus reflexos na saúde mental

A relação entre professor e aluno constitui uma das dimensões mais importantes da experiência escolar e exerce influência significativa sobre o desenvolvimento

acadêmico, emocional e social dos estudantes. Muito além da transmissão de conteúdos, essa interação envolve processos de acolhimento, orientação, escuta e construção de vínculos que contribuem para a formação integral dos indivíduos. Quando fundamentada no respeito, na confiança e na empatia, a relação professor-aluno torna-se um importante fator de proteção para a saúde mental e para o fortalecimento do bem-estar no ambiente escolar (Nery *et al.*, 2025; Santos; Santos; Santos, 2023).

A escola é um espaço onde crianças e adolescentes passam grande parte de suas vidas, estabelecendo relações que influenciam diretamente a forma como percebem a si mesmos e o mundo ao seu redor. Nesse contexto, os professores ocupam posição privilegiada por atuarem como referências importantes no processo de desenvolvimento dos estudantes. Suas atitudes, formas de comunicação e estratégias de interação podem contribuir tanto para o fortalecimento da autoestima quanto para a construção de sentimentos de pertencimento e segurança emocional (Silva, 2008; Freschi; Freschi, 2013).

Pesquisas têm demonstrado que estudantes que percebem apoio, compreensão e disponibilidade por parte de seus professores apresentam maiores níveis de satisfação com a escola, melhor desempenho acadêmico e maior envolvimento com as atividades educativas. Essas relações positivas favorecem o desenvolvimento da confiança, da motivação para aprender e da capacidade de enfrentar desafios, contribuindo para a construção de trajetórias escolares mais saudáveis e significativas (Alves; Leme, 2026; Nery *et al.*, 2025). O acolhimento emocional representa um dos elementos centrais dessa relação. Em muitos casos, a escola constitui o principal espaço de escuta e apoio disponível para crianças e adolescentes que enfrentam dificuldades familiares, sociais ou emocionais. Embora o professor não exerça funções terapêuticas, sua capacidade de ouvir, compreender e orientar pode fazer grande diferença na forma como os estudantes enfrentam situações de sofrimento ou vulnerabilidade. Assim, a sensibilidade diante das necessidades emocionais dos alunos torna-se um componente importante da prática educativa (Lando *et al.*, 2025; Neiman, 2026).

A qualidade da relação professor-aluno também influencia diretamente o clima escolar. Ambientes em que predominam relações baseadas na confiança e no respeito tendem a apresentar menores índices de conflitos, maior participação dos estudantes e melhores condições para o desenvolvimento das atividades pedagógicas. Por outro lado, relações marcadas por autoritarismo excessivo, falta de diálogo ou distanciamento afetivo

podem contribuir para sentimentos de insegurança, desmotivação e afastamento dos processos educativos (Vinha *et al.*, 2016; Moro; Vinha; Morais, 2019). Outro aspecto relevante refere-se ao impacto dessas relações sobre a saúde mental dos estudantes. A presença de vínculos positivos com professores pode funcionar como importante fator protetivo diante de situações de ansiedade, estresse e sofrimento emocional. Quando os alunos percebem que possuem adultos de referência capazes de oferecer apoio e orientação, aumentam as possibilidades de enfrentamento saudável dos desafios cotidianos e fortalecem-se os sentimentos de pertencimento à comunidade escolar (Alcantara *et al.*, 2019; Lando *et al.*, 2025).

As relações positivas também favorecem o desenvolvimento das competências socioemocionais. Por meio das interações cotidianas, os estudantes aprendem formas de comunicação, resolução de conflitos, cooperação e respeito às diferenças. O professor, ao atuar como modelo de convivência ética e respeitosa, contribui para a formação de habilidades fundamentais para a vida em sociedade e para a promoção da saúde mental (Queiroz, 2023; Júnior *et al.*, 2026). Entretanto, a construção dessas relações não ocorre de forma automática. Ela exige formação adequada, disponibilidade emocional e condições institucionais que permitam aos professores desenvolver práticas pedagógicas centradas no diálogo e no acolhimento. Em contextos marcados por sobrecarga de trabalho, turmas excessivamente numerosas e dificuldades estruturais, torna-se mais difícil estabelecer vínculos significativos e individualizados com os estudantes (Guimarães; Filipkowski, 2021; Ulrichsen *et al.*, 2026).

A literatura também destaca que a relação professor-aluno deve ser compreendida dentro de uma perspectiva de reciprocidade. Embora o professor exerça papel orientador, os estudantes também influenciam a dinâmica relacional, contribuindo para a construção de ambientes mais colaborativos e respeitosos. Assim, a qualidade da convivência escolar depende do envolvimento e da participação de todos os sujeitos que compõem a comunidade educativa (Baia; Machado, 2021; Nogueira; Moreira; Lima, 2021). Diante dessas reflexões, torna-se evidente que a relação professor-aluno constitui um dos principais alicerces para a promoção da saúde mental e para a construção de escolas mais humanas e acolhedoras. Investir na qualidade desses vínculos significa fortalecer não apenas os processos de aprendizagem, mas também o desenvolvimento emocional, social e psicológico dos estudantes. Dessa forma, a valorização das relações interpessoais deve

ocupar posição central nas práticas educativas comprometidas com a formação integral dos indivíduos (Nery *et al.*, 2025; Santos; Santos; Santos, 2023; Alcantara *et al.*, 2019).

5. Conflitos, violência escolar e mediação das relações

O convívio entre diferentes indivíduos em um mesmo espaço social inevitavelmente produz divergências, opiniões distintas e situações de conflito. No ambiente escolar, onde coexistem pessoas com diferentes histórias, valores, crenças e experiências, os conflitos fazem parte da dinâmica cotidiana e não devem ser compreendidos, necessariamente, como fenômenos negativos. Quando adequadamente mediados, eles podem representar oportunidades de aprendizagem, desenvolvimento socioemocional e fortalecimento das relações interpessoais. O problema surge quando essas situações não encontram canais adequados de diálogo e resolução, favorecendo o surgimento de comportamentos agressivos e práticas de violência (Dias *et al.*, 2024; Pinto, 2025).

Os conflitos escolares podem ocorrer entre estudantes, entre professores e alunos, entre profissionais da educação ou até mesmo envolvendo famílias e gestores. Muitas vezes, essas situações têm origem em dificuldades de comunicação, divergências de interesses, preconceitos, disputas de poder ou problemas relacionados à convivência cotidiana. Quando não são adequadamente compreendidos e mediados, podem gerar tensões que afetam o clima escolar e comprometem o bem-estar dos envolvidos (Baia; Machado, 2021; Freschi; Freschi, 2013). A violência escolar representa uma das manifestações mais preocupantes desses conflitos. Ela pode ocorrer de diferentes formas, incluindo agressões físicas, violência verbal, intimidação, discriminação, exclusão social e danos ao patrimônio escolar. Além dos prejuízos imediatos para as vítimas, a violência compromete o sentimento de segurança, enfraquece os vínculos comunitários e interfere negativamente nos processos de aprendizagem e desenvolvimento humano (Alcantara *et al.*, 2019; Neiman, 2026).

Entre as formas mais recorrentes de violência escolar destaca-se a violência entre pares, caracterizada por comportamentos agressivos praticados entre estudantes. Esse fenômeno pode manifestar-se por meio de humilhações, apelidos ofensivos, ameaças, isolamento social e outras formas de intimidação que afetam diretamente a autoestima e a saúde mental das vítimas. Estudos têm demonstrado que experiências de violência entre

colegas estão associadas ao aumento de sintomas de ansiedade, estresse, tristeza e dificuldades de adaptação escolar (Alcantara *et al.*, 2019; Silva *et al.*, 2021).

O impacto da violência escolar não se restringe às vítimas diretas. Estudantes que testemunham situações de agressão também podem desenvolver sentimentos de medo, insegurança e impotência diante da convivência escolar. Da mesma forma, professores e demais profissionais da educação frequentemente sofrem as consequências de ambientes marcados por conflitos recorrentes, o que contribui para o aumento do desgaste emocional e para o enfraquecimento das relações interpessoais (Neiman, 2026; Vinha *et al.*, 2016). Nesse contexto, a mediação de conflitos surge como uma estratégia fundamental para a promoção da convivência saudável. Diferentemente de abordagens centradas apenas na punição, a mediação busca compreender as causas dos conflitos, estimular o diálogo entre as partes envolvidas e construir soluções colaborativas. Essa perspectiva contribui para o desenvolvimento da responsabilidade, da empatia e da capacidade de resolução pacífica de problemas, fortalecendo a cultura de paz dentro das instituições educativas (Dias *et al.*, 2024; Pinto, 2025).

A mediação também favorece o desenvolvimento das competências socioemocionais necessárias para a convivência democrática. Ao aprender a ouvir diferentes pontos de vista, expressar sentimentos de forma respeitosa e negociar soluções para os problemas, estudantes e profissionais ampliam sua capacidade de lidar construtivamente com as diferenças. Essas habilidades são fundamentais não apenas para o ambiente escolar, mas para a vida em sociedade de maneira mais ampla (Queiroz, 2023; Júnior *et al.*, 2026). O papel dos professores e gestores é decisivo nesse processo. A construção de espaços de diálogo, a adoção de práticas restaurativas e a valorização da escuta ativa contribuem para a prevenção de situações de violência e para o fortalecimento dos vínculos comunitários. Quando os conflitos são tratados como oportunidades educativas, a escola passa a desempenhar papel mais efetivo na formação de sujeitos capazes de conviver com a diversidade e resolver divergências de forma ética e respeitosa (Guimarães; Filipkowski, 2021; Nogueira; Moreira; Lima, 2021).

Além disso, pesquisas recentes têm demonstrado que escolas que investem em programas de convivência, mediação de conflitos e educação emocional apresentam melhorias significativas no clima escolar. A redução dos episódios de violência, o fortalecimento do sentimento de pertencimento e o aumento da participação dos estudantes constituem alguns dos benefícios observados nesses contextos, evidenciando

a importância de ações preventivas e contínuas voltadas à promoção da convivência respeitosa (Silva *et al.*, 2025; Danzmann *et al.*, 2024). Diante dessas considerações, torna-se evidente que a construção de ambientes escolares saudáveis depende da capacidade institucional de prevenir e enfrentar conflitos de maneira educativa e humanizada. A mediação das relações não busca eliminar as divergências, mas transformá-las em oportunidades de crescimento coletivo, fortalecendo a cultura do diálogo, da cooperação e do respeito mútuo. Dessa forma, investir na convivência pacífica representa uma estratégia essencial para a promoção da saúde mental e para a construção de escolas mais inclusivas, seguras e acolhedoras (Dias *et al.*, 2024; Alcantara *et al.*, 2019; Neiman, 2026).

6. Gestão escolar, liderança e construção de ambientes saudáveis

A construção de um ambiente escolar saudável não depende exclusivamente das relações estabelecidas entre professores e estudantes. A forma como a escola é organizada, conduzida e administrada exerce influência direta sobre a qualidade da convivência, o clima institucional e o bem-estar de todos os membros da comunidade escolar. Nesse contexto, a gestão escolar assume papel estratégico ao promover condições que favoreçam a participação, o diálogo, a cooperação e o desenvolvimento de relações interpessoais positivas (Guimarães; Filipkowski, 2021; Ulrichsen *et al.*, 2026).

A gestão escolar contemporânea ultrapassa funções meramente administrativas e burocráticas, assumindo responsabilidades relacionadas à mediação de conflitos, ao fortalecimento das relações humanas e à construção de ambientes acolhedores e democráticos. Os gestores atuam como líderes educacionais capazes de influenciar valores, comportamentos e práticas institucionais que impactam diretamente a saúde mental dos estudantes e dos profissionais da educação. Dessa forma, sua atuação possui reflexos significativos na qualidade do clima escolar e no desenvolvimento dos processos educativos (Nogueira; Moreira; Lima, 2021; Pinto, 2025). Diversos estudos apontam que escolas que possuem lideranças participativas tendem a apresentar melhores indicadores de convivência, satisfação profissional e engajamento dos estudantes. Quando os gestores promovem espaços de escuta, valorizam o diálogo e incentivam a participação coletiva nas decisões, fortalecem-se os vínculos institucionais e amplia-se o sentimento de pertencimento à comunidade escolar. Esse processo contribui para a construção de uma

cultura organizacional baseada na confiança e no respeito mútuo (Guimarães; Filipkowski, 2021; Ulrichsen *et al.*, 2026).

A gestão democrática constitui um importante princípio para a construção de ambientes escolares saudáveis. Esse modelo de gestão valoriza a participação ativa de professores, estudantes, famílias e demais profissionais nos processos decisórios, reconhecendo que a qualidade da educação depende do envolvimento coletivo da comunidade escolar. Além de favorecer maior transparência institucional, a gestão democrática fortalece o compromisso dos diferentes atores com os objetivos educacionais e com a promoção do bem-estar coletivo (Nogueira; Moreira; Lima, 2021; Santos; Santos; Santos, 2023). Outro aspecto relevante refere-se à capacidade da liderança escolar de influenciar o clima organizacional. A maneira como os gestores se comunicam, resolvem problemas e conduzem as relações interpessoais estabelece referências importantes para toda a instituição. Lideranças baseadas no respeito, na empatia e na valorização das pessoas tendem a promover ambientes mais colaborativos e emocionalmente seguros. Em contrapartida, práticas autoritárias ou pouco participativas podem gerar tensões, insegurança e enfraquecimento dos vínculos institucionais (Ulrichsen *et al.*, 2026; Guimarães; Filipkowski, 2021).

A promoção da saúde mental também deve integrar as ações da gestão escolar. Isso envolve a criação de espaços destinados à escuta, ao acolhimento e à prevenção de situações que possam comprometer o bem-estar emocional dos estudantes e profissionais. Programas voltados ao desenvolvimento socioemocional, à convivência respeitosa e à mediação de conflitos tornam-se mais eficazes quando contam com o apoio e o comprometimento das lideranças institucionais (Neiman, 2026; Lando *et al.*, 2025). Os gestores também desempenham papel importante na prevenção da violência e na construção de uma cultura de paz. Ao incentivar práticas restaurativas, estratégias de diálogo e ações educativas voltadas à resolução pacífica de conflitos, contribuem para a redução de comportamentos agressivos e para o fortalecimento de relações mais saudáveis entre os membros da comunidade escolar. Essas iniciativas favorecem ambientes mais seguros e acolhedores para todos os envolvidos (Dias *et al.*, 2024; Pinto, 2025).

A valorização dos profissionais da educação constitui outro desafio relevante para a gestão escolar. Professores que se sentem apoiados, respeitados e reconhecidos pela equipe gestora tendem a apresentar maiores níveis de satisfação profissional e melhor

disposição para enfrentar os desafios cotidianos da profissão. O apoio institucional fortalece o sentimento de pertencimento e contribui para a prevenção do desgaste emocional e do adoecimento ocupacional (Guimarães; Filipkowski, 2021; Ulrichsen *et al.*, 2026). Além disso, a articulação entre escola, família e comunidade representa uma importante atribuição da gestão educacional. O fortalecimento dessas parcerias amplia as redes de apoio disponíveis aos estudantes e favorece a construção de respostas mais efetivas para os desafios relacionados à convivência, à aprendizagem e à saúde mental. Quando diferentes setores atuam de forma integrada, aumentam as possibilidades de desenvolvimento de ações preventivas e promotoras de bem-estar (Baia; Machado, 2021; Nogueira; Moreira; Lima, 2021).

Diante dessas reflexões, torna-se evidente que a gestão escolar exerce papel decisivo na construção de ambientes educativos saudáveis. Por meio de lideranças comprometidas com o diálogo, a participação e a valorização das pessoas, é possível fortalecer a qualidade das relações interpessoais, promover a saúde mental e criar condições favoráveis para o desenvolvimento integral dos estudantes e profissionais da educação. Assim, a gestão escolar deve ser compreendida como um elemento fundamental na construção de escolas mais humanas, inclusivas e comprometidas com o bem-estar coletivo (Ulrichsen *et al.*, 2026; Neiman, 2026).

7. Educação socioemocional e promoção de ambientes escolares positivos

A crescente preocupação com a saúde mental no contexto educacional tem ampliado o reconhecimento da importância das competências socioemocionais para o desenvolvimento integral dos estudantes. Embora a aprendizagem de conteúdos acadêmicos continue sendo uma das funções centrais da escola, torna-se cada vez mais evidente que a formação humana exige também o desenvolvimento de habilidades relacionadas ao autoconhecimento, à gestão das emoções, à empatia, à cooperação e à convivência social. Nesse sentido, a educação socioemocional emerge como uma estratégia fundamental para a construção de ambientes escolares mais saudáveis e acolhedores (Queiroz, 2023; Júnior *et al.*, 2026).

A educação socioemocional pode ser compreendida como um conjunto de práticas educativas voltadas ao desenvolvimento das capacidades emocionais e relacionais dos indivíduos. Seu objetivo não se limita ao controle das emoções, mas busca favorecer a

compreensão dos próprios sentimentos, o respeito às diferenças, a resolução construtiva de conflitos e a construção de relações interpessoais mais equilibradas. Essas competências são essenciais para o enfrentamento dos desafios cotidianos e para a promoção do bem-estar psicológico ao longo da vida (Lando *et al.*, 2025; Queiroz, 2023).

No ambiente escolar, as competências socioemocionais contribuem significativamente para a melhoria da convivência. Estudantes que desenvolvem habilidades relacionadas à empatia, à escuta ativa e à cooperação tendem a apresentar comportamentos mais respeitosos e maior capacidade de lidar com situações de conflito. Como consequência, fortalecem-se os vínculos interpessoais e reduzem-se comportamentos associados à violência, à exclusão social e à intolerância dentro das instituições educativas (Dias *et al.*, 2024).

Entre as competências mais valorizadas pela literatura destacam-se a autoconsciência, a autorregulação emocional, a responsabilidade, a empatia e as habilidades de relacionamento. O desenvolvimento dessas capacidades favorece a construção de uma autoestima mais saudável, amplia a capacidade de enfrentar adversidades e fortalece os recursos emocionais necessários para lidar com situações de estresse e pressão. Dessa forma, a educação socioemocional atua como importante fator de proteção para a saúde mental dos estudantes (Júnior *et al.*, 2026; Lando *et al.*, 2025). Os benefícios da educação socioemocional também se refletem no desempenho acadêmico. Pesquisas indicam que estudantes emocionalmente equilibrados apresentam maiores níveis de concentração, motivação e engajamento com as atividades escolares. Além disso, a capacidade de lidar adequadamente com frustrações, desafios e dificuldades favorece a persistência diante dos processos de aprendizagem e contribui para melhores resultados educacionais (Alves; Leme, 2026; Silva *et al.*, 2025).

A implementação de práticas socioemocionais exige a participação ativa dos professores. Nesse contexto, os educadores atuam não apenas como transmissores de conhecimentos, mas também como mediadores das relações humanas e modelos de convivência respeitosa. Suas atitudes, formas de comunicação e estratégias pedagógicas influenciam diretamente a maneira como os estudantes aprendem a lidar com emoções, conflitos e relações interpessoais (Santos; Santos; Santos, 2023; Nery *et al.*, 2025). Entretanto, para que a educação socioemocional seja efetiva, é necessário investir também na formação dos profissionais da educação. Professores que desenvolvem suas próprias competências socioemocionais tendem a apresentar maior capacidade de acolhimento,

escuta e mediação de conflitos, fortalecendo a construção de ambientes escolares mais positivos. Além disso, o cuidado com a saúde emocional dos educadores favorece práticas pedagógicas mais humanizadas e contribui para a promoção do bem-estar coletivo (Júnior *et al.*, 2026; Guimarães; Filipkowski, 2021).

Outro aspecto importante refere-se à integração da educação socioemocional ao cotidiano escolar. Mais do que atividades isoladas, ela deve estar presente nas práticas pedagógicas, nos projetos institucionais e nas formas de convivência estabelecidas pela comunidade escolar. A construção de uma cultura organizacional baseada no respeito, na cooperação e no diálogo fortalece os efeitos das ações socioemocionais e amplia seu impacto sobre a saúde mental e o clima escolar (Vinha *et al.*, 2016; Silva *et al.*, 2025). As pesquisas também apontam que programas voltados ao desenvolvimento socioemocional contribuem para a redução de comportamentos agressivos, melhoria das relações interpessoais e fortalecimento do sentimento de pertencimento à escola. Esses resultados demonstram que investir na formação emocional dos estudantes não representa apenas uma estratégia de prevenção, mas também uma forma de promover ambientes mais seguros, inclusivos e favoráveis ao desenvolvimento humano (Danzmann *et al.*, 2024; Neiman, 2026).

Assim, a educação socioemocional deve ser compreendida como um componente essencial da promoção da saúde mental no contexto escolar. Ao favorecer o desenvolvimento de competências relacionadas à convivência, ao autocuidado e à gestão das emoções, ela contribui para a construção de escolas mais humanas e preparadas para responder aos desafios da contemporaneidade. Assim, investir em ambientes emocionalmente positivos significa fortalecer não apenas a aprendizagem, mas também a formação integral dos sujeitos e a construção de uma cultura escolar baseada no respeito, no acolhimento e no bem-estar coletivo (Lando *et al.*, 2025; Júnior *et al.*, 2026; Silva *et al.*, 2025).

8. Considerações Finais

As relações interpessoais e o clima escolar constituem elementos fundamentais para a construção de ambientes educativos capazes de promover aprendizagem, desenvolvimento humano e saúde mental. Ao longo deste capítulo, foi possível compreender que a qualidade das interações estabelecidas entre estudantes, professores,

gestores, famílias e demais membros da comunidade escolar influencia diretamente o bem-estar, a motivação e o sentimento de pertencimento dos sujeitos que vivenciam o cotidiano das instituições educativas. Dessa forma, a promoção de relações saudáveis deve ser entendida como parte essencial do compromisso da escola com a formação integral dos indivíduos.

As discussões realizadas evidenciaram que o clima escolar ultrapassa aspectos estruturais ou organizacionais, envolvendo percepções relacionadas à segurança, ao acolhimento, à participação e à qualidade da convivência. Ambientes marcados pelo respeito, pela cooperação e pelo diálogo favorecem experiências escolares mais positivas e contribuem para a prevenção de problemas relacionados ao sofrimento emocional. Em contrapartida, contextos caracterizados por conflitos constantes, violência e fragilidade dos vínculos interpessoais podem comprometer significativamente a saúde mental e o desenvolvimento dos estudantes e profissionais da educação.

Também foi possível observar a relevância da relação professor-aluno para a construção de experiências educativas significativas. Os vínculos estabelecidos entre educadores e estudantes exercem influência sobre a autoestima, a motivação para aprender, o engajamento escolar e a capacidade de enfrentar desafios emocionais. Quando fundamentadas na empatia, na escuta e no respeito mútuo, essas relações tornam-se importantes fatores de proteção para a saúde mental e para a promoção de ambientes escolares mais acolhedores e humanizados.

Outro aspecto relevante discutido neste capítulo refere-se à necessidade de enfrentar os conflitos escolares por meio de abordagens educativas e restaurativas. Os conflitos fazem parte da convivência humana e, quando adequadamente mediados, podem favorecer o desenvolvimento de competências importantes para a vida em sociedade. Nesse sentido, a mediação de conflitos, a promoção da cultura de paz e o fortalecimento das práticas de diálogo representam estratégias essenciais para reduzir a violência escolar e fortalecer relações interpessoais mais saudáveis e respeitadas.

A atuação da gestão escolar também se revelou decisiva para a construção de ambientes positivos. Lideranças comprometidas com a participação, a valorização das pessoas e a gestão democrática contribuem para o fortalecimento do clima institucional e para a promoção do bem-estar coletivo. Da mesma forma, a articulação entre escola, família e comunidade amplia as redes de apoio disponíveis aos estudantes e fortalece a

capacidade da instituição de responder aos desafios relacionados à convivência e à saúde mental.

A educação socioemocional destacou-se como uma importante estratégia para a promoção de ambientes escolares saudáveis. O desenvolvimento de competências como empatia, autoconsciência, autorregulação emocional e cooperação contribui para fortalecer a convivência, prevenir situações de violência e ampliar os recursos emocionais necessários para enfrentar os desafios da vida contemporânea. Assim, investir na qualidade das relações interpessoais e na construção de um clima escolar positivo significa investir em uma educação mais inclusiva, acolhedora e comprometida com a saúde mental e o desenvolvimento integral de todos os sujeitos envolvidos no processo educativo.

REFERÊNCIAS

- ALCANTARA, S. C. de et al. Violência entre pares, clima escolar e contextos de desenvolvimento: suas implicações no bem-estar. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, p. 509-522, 2019.
- ALVES, A. J. de C. P.; LEME, V. Satisfação com a Vida, Habilidades Sociais e Clima Escolar ao Final do Ensino Fundamental. **Páginas de Educación**, v. 19, n. 1, 2026.
- BAIA, S. F.; MACHADO, L. R. de S. Relações interpessoais na escola e o desenvolvimento local. **Interações (Campo Grande)**, v. 22, p. 177-193, 2021.
- DANZMANN, P. S. et al. Mapeamento das produções científicas sobre o clima escolar: Revisão integrativa. **Estudos em Avaliação Educacional**, v. 35, 2024.
- DIAS, A. V. D. et al. A Relevância Da Mediação De Conflitos No Ambiente Escolar. **LUMEN ET VIRTUS**, v. 15, n. 43, p. 8040-8052, 2024.
- FRESCHI, E. M.; FRESCHI, M. Relações interpessoais: a construção do espaço artesanal no ambiente escolar. **Revista de Educação do IDEAU**, v. 8, n. 18, p. 1-13, 2013.
- GUIMARÃES, B. E.; FILIPKOWSKI, M. L. A importância da equipe gestora nas relações interpessoais do ambiente escolar. **Faculdade Sant'Ana em Revista**, v. 5, n. 1, p. 111-126, 2021.
- JÚNIOR, C. P. et al. Formação De Professores E Competências Socioemocionais Na Promoção De Ambientes Escolares Saudáveis. **Revista Tópicos**, v. 4, n. 31, p. 1-28, 2026.
- LANDO, D. R. et al. Clima Escolar E Bem-Estar: A Importância Da Educação Emocional No Cotidiano Escolar. **Missioneira**, v. 27, n. 8, p. 161-176, 2025.
- MACHESSO, T. B.; MACHESSO, B. A. Promovendo A Disciplina Com Respeito: Estratégias Para A Construção De Um Ambiente Escolar Saudável Em Escolas Privadas De Moçambique–Niassa, Lichinga. **RECIMA21-Revista Científica Multidisciplinar**, v. 6, n. 8, p. e686691-e686691, 2025.
- MORO, A.; VINHA, T. P.; MORAIS, A. de. Avaliação do clima escolar: construção e validação de instrumentos de medida. **Cadernos de Pesquisa**, v. 49, p. 312-334, 2019.
- NEIMAN, J. A. Clima Escolar E Saúde Mental Na Educação Básica: Desafios E Estratégias Para A Prevenção Da Violência Nas Escolas. **International Integralize Scientific**, v. 6, n. 58, 2026.
- NERY, R. da S. et al. A Relação Professor-Aluno E O Clima Escolar: Um Olhar Psicopedagógico. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 11, n. 7, p. 1550-1566, 2025.

NOGUEIRA, L. G.; MOREIRA, R. M. M.; LIMA, S. C. F. A Importância Das Relações Interpessoais E Do Clima Organizacional Na Gestão Democrática Escolar. **Scientia Generalis**, v. 2, n. Supl. 1, p. 58-58, 2021.

PINTO, R. S. Gestão Escolar E O Gerenciamento De Conflitos Nas Relações Interpessoais: Desafios E Possibilidades No Ambiente Escolar. **International Integralize Scientific**, v. 5, n. 52, 2025.

QUEIROZ, C. C. da S. F. A Importância Da Educação Socioemocional Na Docência: Reflexões Sobre O Ambiente Escolar E O Sistema Prisional. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 9, n. 9, p. 3834-3846, 2023.

SANTOS, C. P. M. M.; SANTOS, J. B. O.; SANTOS, L. Anselmo Menezes. Diretrizes curriculares nacionais para a formação docente: a importância das relações interpessoais no ambiente escolar. **Devir Educação**, v. 7, n. 1, 2023.

SILVA, A. C. P. da et al. Revisão integrativa de intervenções com foco no clima escolar. **Psico-USF**, v. 30, p. e281015, 2025.

SILVA, E. A. Relações interpessoais no ambiente escolar. **Extensão, Uberlândia**, v. 7, n. 2, p. 10-18, 2008.

SILVA, E. H. B. et al. Clima escolar: uma revisão sistemática de literatura. **Revista NUFEN: Phenomenology and Interdisciplinarity**, v. 13, n. 1, 2021.

ULRICHSEN, J. L. et al. Gestão Escolar E Clima Organizacional: A Influência Da Liderança Do Gestor Nas Relações Interpessoais E No Ambiente De Trabalho Docente. **Revista Tópicos**, v. 4, n. 32, p. 1-22, 2026.

VINHA, T. P. et al. O clima escolar ea convivência respeitosa nas instituições educativas. **Estudos em Avaliação Educacional**, v. 27, n. 64, p. 96-127, 2016.

O PAPEL DA FAMÍLIA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES

Antônio Veimar da Silva

Willames Azevedo dos Santos

Carla Michelle da Silva

1. Introdução

A saúde mental dos estudantes tem ocupado posição central nas discussões educacionais contemporâneas devido ao aumento das demandas emocionais observadas em diferentes níveis de ensino. Questões relacionadas à ansiedade, estresse, depressão, dificuldades de adaptação e vulnerabilidades psicossociais têm despertado a atenção de educadores, profissionais da saúde e pesquisadores, evidenciando a necessidade de estratégias integradas de promoção do bem-estar. Nesse contexto, a compreensão dos fatores de proteção que contribuem para o desenvolvimento saudável dos estudantes torna-se fundamental para a construção de ambientes educacionais mais acolhedores e promotores de saúde mental (Vieira *et al.*, 2014; Oliveira *et al.*, 2024).

Entre os diversos fatores associados à saúde mental, a família ocupa papel de destaque por constituir o primeiro espaço de socialização, cuidado e desenvolvimento emocional dos indivíduos. É no contexto familiar que crianças e adolescentes estabelecem seus primeiros vínculos afetivos, desenvolvem formas de comunicação, aprendem estratégias de enfrentamento de dificuldades e constroem referências importantes para

sua formação emocional. Dessa maneira, as experiências vivenciadas no ambiente familiar exercem influência significativa sobre a maneira como os estudantes enfrentam desafios acadêmicos, sociais e psicológicos ao longo de sua trajetória escolar (Souza; Baptista; Baptista, 2010; Palacio *et al.*, 2021).

As transformações sociais observadas nas últimas décadas também modificaram a dinâmica das relações familiares e seus impactos sobre o desenvolvimento dos estudantes. Mudanças nas estruturas familiares, nas formas de convivência e nos processos de comunicação têm produzido novos desafios para a educação e para a promoção da saúde mental. Ao mesmo tempo, reforçam a necessidade de fortalecer os vínculos familiares como importantes fontes de apoio emocional e proteção diante das adversidades presentes na vida escolar e social (Gomes; Horta, 2010; Vieira *et al.*, 2014).

A literatura tem demonstrado que estudantes que percebem apoio, acolhimento e suporte familiar tendem a apresentar melhores indicadores de saúde mental, maior autoestima, menor envolvimento em comportamentos de risco e melhores condições para enfrentar situações estressoras. Em contrapartida, contextos marcados por conflitos familiares, negligência emocional ou fragilidade dos vínculos afetivos podem aumentar a vulnerabilidade ao sofrimento psicológico e comprometer o desenvolvimento integral dos estudantes (Souza; Baptista; Baptista, 2010; Palacio *et al.*, 2021). Embora a família exerça papel fundamental nesse processo, a promoção da saúde mental não deve ser compreendida como uma responsabilidade exclusiva do ambiente familiar. A escola também desempenha função estratégica ao criar espaços de acolhimento, fortalecer redes de apoio e desenvolver ações educativas voltadas ao bem-estar emocional. Dessa forma, a construção de parcerias entre família e escola torna-se essencial para ampliar as possibilidades de cuidado e proteção dos estudantes (Brusamarello *et al.*, 2010; Oliveira *et al.*, 2024).

A experiência da pandemia da COVID-19 evidenciou ainda mais a importância dessas relações de apoio. O isolamento social, as mudanças nas rotinas escolares e familiares e as incertezas vivenciadas durante esse período provocaram impactos significativos sobre a saúde mental dos estudantes. Nesse contexto, o suporte familiar e a atuação das instituições de ensino mostraram-se elementos fundamentais para minimizar os efeitos emocionais da crise e fortalecer os mecanismos de enfrentamento diante das dificuldades vivenciadas (Dsilva; Rosa, 2021; Gundim *et al.*, 2021). Além do suporte emocional, a participação ativa da família na vida escolar tem sido apontada como fator

importante para o fortalecimento do vínculo dos estudantes com a escola. O acompanhamento das atividades acadêmicas, o diálogo sobre experiências escolares e o incentivo à aprendizagem contribuem para a construção de sentimentos de segurança, pertencimento e valorização, aspectos que influenciam positivamente tanto o desempenho escolar quanto a saúde mental (Brusamarello *et al.*, 2010; Gomes; Horta, 2010).

As pesquisas mais recentes também têm destacado a necessidade de abordagens intersetoriais que integrem família, escola, serviços de saúde e comunidade na promoção do bem-estar estudantil. A complexidade das demandas relacionadas à saúde mental exige ações articuladas capazes de fortalecer fatores protetivos e oferecer suporte adequado aos estudantes em diferentes contextos de desenvolvimento (Oliveira *et al.*, 2024; Teixeira *et al.*, 2026). Diante desse cenário, torna-se evidente que a família representa uma importante aliada na construção de trajetórias educacionais mais saudáveis e no fortalecimento da saúde mental dos estudantes. Compreender seu papel, seus desafios e suas potencialidades são fundamentais para a elaboração de estratégias que promovam o desenvolvimento integral e o bem-estar dos sujeitos em formação (Palacio *et al.*, 2021; Vieira *et al.*, 2014).

Este capítulo tem como objetivo discutir o papel da família na promoção da saúde mental dos estudantes, analisando sua influência no desenvolvimento emocional, na prevenção de situações de vulnerabilidade e na construção de redes de apoio capazes de fortalecer o bem-estar e a qualidade de vida no contexto escolar.

2. A família como primeiro espaço de desenvolvimento emocional

A família constitui o primeiro ambiente de convivência social do ser humano e exerce papel fundamental na construção das bases emocionais, afetivas e comportamentais que acompanharão o indivíduo ao longo da vida. É nesse contexto que crianças e adolescentes estabelecem seus primeiros vínculos de apego, aprendem formas de comunicação, desenvolvem sentimentos de pertencimento e constroem referências que influenciam sua maneira de compreender o mundo e de se relacionar com outras pessoas. Dessa forma, o ambiente familiar representa um dos principais fatores associados ao desenvolvimento saudável da saúde mental e do bem-estar emocional (Souza; Baptista; Baptista, 2010; Vieira *et al.*, 2014).

Os vínculos afetivos construídos no contexto familiar desempenham papel essencial na formação da autoestima e da segurança emocional. Crianças que crescem em ambientes caracterizados pelo acolhimento, pelo diálogo e pelo apoio emocional tendem a desenvolver maior confiança em si mesmas e melhores condições para lidar com desafios e adversidades. Esses fatores funcionam como mecanismos de proteção diante de situações de estresse, contribuindo para o fortalecimento da resiliência e da saúde mental ao longo do desenvolvimento (Palacio *et al.*, 2021; Gomes; Horta, 2010).

A literatura demonstra que o suporte familiar exerce influência direta sobre diferentes aspectos da vida dos estudantes. O sentimento de ser ouvido, compreendido e valorizado pelos familiares favorece o desenvolvimento de habilidades emocionais importantes para a convivência social e para o enfrentamento de dificuldades acadêmicas e pessoais (Souza; Baptista; Baptista, 2010; Brusamarello *et al.*, 2010). O processo de desenvolvimento emocional também está relacionado à forma como as famílias lidam com sentimentos, conflitos e situações desafiadoras. Ambientes familiares que incentivam a expressão saudável das emoções e o diálogo respeitoso oferecem oportunidades para que crianças e adolescentes aprendam estratégias adequadas de enfrentamento e regulação emocional. Essas experiências tornam-se importantes recursos para lidar com situações de ansiedade, frustração e pressão vivenciadas no ambiente escolar e social (Palacio *et al.*, 2021; Vieira *et al.*, 2014).

Outro aspecto relevante refere-se à construção do sentimento de pertencimento. Quando os estudantes percebem que fazem parte de uma rede familiar acolhedora e disponível para oferecer apoio, fortalecem-se sentimentos de segurança e estabilidade emocional. Esse suporte favorece o desenvolvimento da autonomia e da autoconfiança, contribuindo para a formação de indivíduos mais preparados para enfrentar desafios acadêmicos, sociais e emocionais (Gomes; Horta, 2010; Souza; Baptista; Baptista, 2010). Entretanto, nem todas as experiências familiares atuam como fatores protetivos. Contextos marcados por conflitos constantes, violência, negligência emocional ou fragilidade dos vínculos afetivos podem aumentar a vulnerabilidade ao sofrimento psíquico. Nesses casos, crianças e adolescentes podem apresentar maiores dificuldades para lidar com emoções, estabelecer relações interpessoais saudáveis e desenvolver estratégias adequadas de enfrentamento diante das adversidades (Palacio *et al.*, 2021; Dsilva; Rosa, 2021).

As transformações sociais ocorridas nas últimas décadas também influenciaram significativamente as dinâmicas familiares. Mudanças nas estruturas familiares, ampliação das jornadas de trabalho e novos modos de organização da vida cotidiana modificaram formas de convivência e interação entre seus membros. Apesar dessas mudanças, a literatura continua apontando a qualidade das relações familiares como um dos principais fatores de proteção para a saúde mental dos estudantes, independentemente da configuração familiar existente (Vieira *et al.*, 2014; Oliveira *et al.*, 2024).

A pandemia da COVID-19 evidenciou ainda mais a importância da família como espaço de apoio emocional. Durante o período de isolamento social, muitos estudantes passaram a depender intensamente do suporte familiar para enfrentar sentimentos de medo, insegurança e incerteza. Estudos realizados nesse contexto demonstraram que relações familiares positivas contribuíram para reduzir os impactos emocionais da crise sanitária e fortalecer os mecanismos de adaptação diante das dificuldades vivenciadas (Dsilva; Rosa, 2021; Gundim *et al.*, 2021). Além do suporte emocional, a família exerce influência importante sobre valores, hábitos e comportamentos relacionados à saúde. O incentivo ao autocuidado, ao diálogo, à busca de ajuda quando necessário e à construção de relações saudáveis contribui para a formação de atitudes positivas em relação ao bem-estar psicológico. Esses aprendizados acompanham os estudantes ao longo da vida e influenciam sua capacidade de cuidar da própria saúde mental (Miranda *et al.*, 2026; Oliveira; Silva, 2018).

Diante dessas reflexões, torna-se evidente que a família representa o primeiro e um dos mais importantes espaços de promoção da saúde mental. Os vínculos construídos nesse ambiente influenciam profundamente o desenvolvimento emocional, social e acadêmico dos estudantes, funcionando como importantes fatores de proteção ou vulnerabilidade. Assim, fortalecer as relações familiares e ampliar o apoio oferecido às famílias constitui uma estratégia essencial para a promoção do bem-estar e para a construção de trajetórias educacionais mais saudáveis e significativas (Palacio *et al.*, 2021; Oliveira *et al.*, 2024).

3. O suporte familiar como fator de proteção para a saúde mental dos estudantes

A saúde mental dos estudantes é influenciada por diversos fatores que atuam de forma integrada ao longo do desenvolvimento humano. Entre esses elementos, o suporte familiar destaca-se como um dos mais importantes fatores de proteção, contribuindo para a construção de recursos emocionais capazes de auxiliar crianças, adolescentes e jovens no enfrentamento das dificuldades cotidianas. O apoio oferecido pela família fortalece sentimentos de segurança, pertencimento e valorização pessoal, favorecendo o desenvolvimento de estratégias saudáveis para lidar com situações de estresse, ansiedade e sofrimento emocional (Souza; Baptista; Baptista, 2010; Palacio *et al.*, 2021).

O suporte familiar pode manifestar-se de diferentes maneiras, incluindo apoio emocional, acompanhamento das atividades escolares, incentivo à autonomia, orientação diante de problemas e disponibilidade para o diálogo. Essas formas de cuidado contribuem para que os estudantes se sintam acolhidos e amparados, fortalecendo sua capacidade de enfrentar desafios acadêmicos, sociais e pessoais. Quando os vínculos familiares são sólidos, os estudantes tendem a desenvolver maior confiança em suas próprias capacidades e melhores condições de adaptação diante das adversidades (Gomes; Horta, 2010; Vieira *et al.*, 2014).

A literatura demonstra que a percepção de apoio familiar está associada a menores índices de ansiedade, depressão e comportamentos de risco entre estudantes. Indivíduos que percebem suas famílias como fontes de suporte emocional apresentam maior estabilidade psicológica e melhor capacidade de regulação emocional. Além disso, esses estudantes costumam demonstrar níveis mais elevados de autoestima e satisfação com a vida, fatores diretamente relacionados à promoção da saúde mental (Souza; Baptista; Baptista, 2010; Palacio *et al.*, 2021). Outro aspecto importante refere-se ao papel da família na prevenção de comportamentos prejudiciais ao desenvolvimento dos jovens. Estudos apontam que relações familiares positivas reduzem a probabilidade de envolvimento com violência, uso de substâncias psicoativas e outras situações de vulnerabilidade social. A presença de adultos que acompanham, orientam e estabelecem relações de confiança favorece a construção de escolhas mais saudáveis e fortalece os mecanismos de proteção diante de influências negativas presentes no ambiente social (Brusamarello *et al.*, 2010; Gomes; Horta, 2010).

O diálogo familiar ocupa posição central nesse processo. Ambientes nos quais os estudantes encontram espaço para expressar sentimentos, dúvidas e preocupações favorecem a construção de vínculos mais fortes e funcionam como importantes mecanismos de prevenção do sofrimento emocional. A comunicação aberta contribui para a identificação precoce de dificuldades psicológicas e amplia as possibilidades de busca por apoio quando necessário (Vieira *et al.*, 2014; Oliveira *et al.*, 2024). A presença da família também influencia a forma como os estudantes enfrentam situações de crise ou mudança. Momentos de transição escolar, dificuldades acadêmicas, conflitos interpessoais e desafios relacionados ao desenvolvimento podem gerar insegurança e sofrimento emocional. Nesses contextos, o apoio familiar atua como uma base segura que favorece a adaptação e fortalece a capacidade de superação diante das dificuldades encontradas (Palacio *et al.*, 2021; Dsilva; Rosa, 2021).

A pandemia da COVID-19 reforçou a importância do suporte familiar para a saúde mental dos estudantes. Durante o período de isolamento social, muitas famílias assumiram papel ainda mais relevante no acompanhamento emocional e educacional dos filhos. Estudos realizados nesse período indicaram que estudantes que contavam com redes familiares de apoio apresentaram melhores condições para enfrentar os impactos psicológicos associados às mudanças de rotina, ao distanciamento social e às incertezas provocadas pela crise sanitária (Dsilva; Rosa, 2021; Gundim *et al.*, 2021).

Embora a família exerça papel fundamental, é importante reconhecer que nem todos os estudantes dispõem das mesmas condições de apoio. Fatores como vulnerabilidade socioeconômica, conflitos familiares, dificuldades de comunicação e sobrecarga dos responsáveis podem limitar a capacidade de oferecer suporte emocional adequado. Nesses casos, torna-se ainda mais importante a atuação articulada da escola, dos serviços de saúde e das redes de proteção social para complementar o apoio necessário ao desenvolvimento saudável dos estudantes (Oliveira *et al.*, 2024; Lemos *et al.*, 2025). A construção de redes de apoio entre família e escola fortalece significativamente os fatores de proteção relacionados à saúde mental. Quando existe comunicação efetiva entre esses contextos, ampliam-se as possibilidades de identificação de necessidades, acompanhamento de dificuldades e desenvolvimento de estratégias conjuntas de cuidado. Essa parceria favorece a criação de ambientes mais seguros e acolhedores para o crescimento emocional e acadêmico dos estudantes (Teixeira *et al.*, 2026; Vieira *et al.*, 2025).

Diante dessas considerações, torna-se evidente que o suporte familiar representa um dos principais pilares da promoção da saúde mental estudantil. Sua influência vai além do ambiente doméstico, repercutindo diretamente na forma como os estudantes aprendem, convivem e enfrentam os desafios da vida. Assim, fortalecer os vínculos familiares e ampliar as condições de apoio às famílias constitui uma estratégia indispensável para a construção de trajetórias escolares mais saudáveis e para a promoção do desenvolvimento integral dos estudantes (Palacio *et al.*, 2021; Oliveira *et al.*, 2024).

4. Família e escola: uma parceria essencial para o bem-estar estudantil

A promoção da saúde mental dos estudantes exige a construção de redes de apoio capazes de integrar diferentes contextos de desenvolvimento. Nesse cenário, a parceria entre família e escola destaca-se como uma das estratégias mais importantes para favorecer o bem-estar emocional, a aprendizagem e o desenvolvimento integral de crianças, adolescentes e jovens. Embora possuam funções distintas, essas duas instituições compartilham responsabilidades relacionadas à formação humana e ao cuidado com os estudantes, tornando sua articulação fundamental para a construção de ambientes mais acolhedores e protetivos (Brusamarello *et al.*, 2010; Oliveira *et al.*, 2024).

A família é responsável pelas primeiras experiências de socialização, pela formação de vínculos afetivos e pelo desenvolvimento de valores fundamentais para a convivência em sociedade. A escola, por sua vez, amplia essas experiências ao proporcionar espaços de aprendizagem, interação social e desenvolvimento de competências acadêmicas e socioemocionais. Quando essas instituições atuam de forma articulada, ampliam-se as possibilidades de oferecer suporte consistente aos estudantes diante dos desafios presentes em sua trajetória escolar e pessoal (Gomes; Horta, 2010; Vieira *et al.*, 2014). Diversos estudos apontam que a participação da família na vida escolar está associada a melhores indicadores de desenvolvimento emocional e acadêmico. Estudantes cujos responsáveis acompanham suas atividades, participam de reuniões escolares e demonstram interesse por sua rotina educacional tendem a apresentar maior motivação para aprender, melhor adaptação ao ambiente escolar e níveis mais elevados de autoestima. Esse acompanhamento fortalece o sentimento de valorização e contribui para

o desenvolvimento de uma relação mais positiva com a escola (Brusamarello *et al.*, 2010; Souza; Baptista; Baptista, 2010).

A comunicação entre família e escola representa um dos pilares dessa parceria. O diálogo contínuo permite a troca de informações importantes sobre o desenvolvimento dos estudantes, favorecendo a identificação precoce de dificuldades emocionais, comportamentais ou acadêmicas. Quando professores e familiares compartilham percepções e constroem estratégias conjuntas de apoio, aumentam as possibilidades de intervenção efetiva diante de situações que possam comprometer o bem-estar dos estudantes (Vieira *et al.*, 2025; Teixeira *et al.*, 2026). A colaboração entre esses contextos torna-se ainda mais relevante diante das demandas relacionadas à saúde mental. Muitas vezes, sinais de sofrimento emocional manifestam-se simultaneamente em casa e na escola, exigindo uma compreensão integrada das experiências vivenciadas pelos estudantes. A articulação entre familiares e profissionais da educação possibilita uma visão mais ampla das necessidades dos alunos e favorece a construção de respostas mais adequadas às situações identificadas (Oliveira *et al.*, 2024; Lemos *et al.*, 2025).

Outro aspecto importante refere-se à construção de um ambiente de confiança entre escola e família. Relações baseadas no respeito mútuo, na escuta e na corresponsabilidade fortalecem os vínculos institucionais e ampliam o compromisso coletivo com o desenvolvimento dos estudantes. Quando as famílias se sentem acolhidas e valorizadas pela escola, tornam-se mais propensas a participar das atividades escolares e a colaborar com as ações propostas pela instituição (Vieira *et al.*, 2025; Gomes; Horta, 2010). A promoção da saúde mental também depende da criação de espaços de orientação e apoio às famílias. Muitas vezes, pais e responsáveis enfrentam dificuldades para lidar com questões relacionadas ao desenvolvimento emocional dos filhos, especialmente diante das transformações sociais e tecnológicas da contemporaneidade. Nesse sentido, ações educativas promovidas pelas escolas podem contribuir para fortalecer conhecimentos, ampliar habilidades parentais e favorecer práticas familiares mais protetivas (Oliveira *et al.*, 2024; Teixeira *et al.*, 2026).

As experiências vivenciadas durante a pandemia da COVID-19 evidenciaram ainda mais a importância dessa parceria. O ensino remoto e o isolamento social exigiram intensa colaboração entre família e escola para garantir a continuidade dos processos educativos e oferecer suporte emocional aos estudantes. Esse período demonstrou que o fortalecimento dos vínculos institucionais constitui um recurso importante para enfrentar

situações de crise e minimizar impactos negativos sobre a saúde mental (Dsilva; Rosa, 2021; Gundim *et al.*, 2021). Além disso, a atuação conjunta entre família e escola favorece a construção de fatores protetivos relacionados à prevenção de comportamentos de risco. Questões como uso de substâncias psicoativas, violência, evasão escolar e sofrimento emocional podem ser enfrentadas de forma mais eficaz quando existe cooperação entre os diferentes agentes responsáveis pelo cuidado e desenvolvimento dos estudantes (Brusamarello *et al.*, 2010; Santos *et al.*, 2013).

Diante dessas reflexões, torna-se evidente que a parceria entre família e escola constitui um elemento indispensável para a promoção da saúde mental e do bem-estar estudantil. Ao compartilharem responsabilidades, conhecimentos e estratégias de cuidado, essas instituições ampliam sua capacidade de apoiar os estudantes em seus processos de desenvolvimento. Assim, fortalecer essa relação representa um investimento não apenas na aprendizagem, mas também na construção de trajetórias de vida mais saudáveis, seguras e significativas (Oliveira *et al.*, 2024; Vieira *et al.*, 2025; Lemos *et al.*, 2025).

5. Desafios familiares contemporâneos e seus impactos na saúde mental dos estudantes

As transformações sociais, econômicas e culturais ocorridas nas últimas décadas modificaram significativamente a dinâmica das famílias e a forma como elas exercem suas funções de cuidado, proteção e socialização. Embora a família continue sendo um dos principais fatores de proteção para a saúde mental, os desafios impostos pela contemporaneidade têm produzido novas demandas que influenciam diretamente o desenvolvimento emocional dos estudantes. Compreender essas mudanças é fundamental para identificar vulnerabilidades e fortalecer estratégias de apoio que contribuam para o bem-estar de crianças, adolescentes e jovens (Vieira *et al.*, 2014; Oliveira *et al.*, 2024).

Entre os principais desafios enfrentados pelas famílias contemporâneas destacam-se as mudanças nas relações de trabalho e nas rotinas cotidianas. Jornadas prolongadas, múltiplos vínculos empregatícios e dificuldades econômicas reduzem, em muitos casos, o tempo disponível para a convivência familiar e para o acompanhamento das necessidades emocionais dos filhos (Gomes; Horta, 2010; Souza; Baptista; Baptista, 2010). As

desigualdades socioeconômicas também exercem influência significativa sobre a saúde mental dos estudantes. Famílias que enfrentam situações de vulnerabilidade social frequentemente convivem com insegurança financeira, dificuldades de acesso a serviços de saúde, moradia precária e outras condições que podem gerar estresse constante. Essas circunstâncias impactam não apenas os responsáveis, mas também crianças e adolescentes, aumentando o risco de sofrimento emocional e comprometendo seu desenvolvimento integral (Palacio *et al.*, 2021; Oliveira *et al.*, 2024).

Outro aspecto relevante refere-se às mudanças nas formas de convivência familiar. As diferentes configurações familiares existentes na sociedade contemporânea demonstram que a qualidade das relações afetivas é mais importante para o desenvolvimento saudável do que a estrutura familiar em si. No entanto, processos de separação, conflitos familiares persistentes ou dificuldades na comunicação podem gerar sentimento de insegurança e instabilidade emocional que afetam diretamente a saúde mental dos estudantes (Vieira *et al.*, 2014; Souza; Baptista; Baptista, 2010). As tecnologias digitais também passaram a ocupar espaço significativo nas relações familiares. Embora ofereçam oportunidades de comunicação e acesso à informação, seu uso excessivo pode reduzir momentos de convivência presencial e dificultar interações mais profundas entre os membros da família. Além disso, muitos responsáveis enfrentam desafios relacionados ao acompanhamento das experiências digitais dos filhos, especialmente diante da exposição a conteúdos inadequados, cyberviolência e outras situações de risco presentes no ambiente virtual (Dsilva; Rosa, 2021; Teixeira *et al.*, 2026).

A adolescência representa um período particularmente sensível diante desses desafios. Nessa fase, os jovens vivenciam mudanças físicas, emocionais e sociais intensas, necessitando de apoio familiar para lidar com questões relacionadas à identidade, autonomia e pertencimento. Quando os vínculos familiares estão fragilizados ou quando há dificuldades de comunicação, aumentam as possibilidades de surgimento de comportamentos de risco e de sofrimento psicológico (Palacio *et al.*, 2021; Rodrigues; Quixadá, 2023). A pandemia da COVID-19 intensificou muitos desses desafios. O isolamento social, as incertezas econômicas, as perdas familiares e as mudanças bruscas na rotina aumentaram os níveis de estresse dentro de muitos lares. Diversos estudos identificaram impactos significativos sobre a saúde mental de estudantes durante esse período, evidenciando que a capacidade das famílias de oferecer suporte emocional foi

colocada à prova diante de circunstâncias inéditas e extremamente desafiadoras (Dsilva; Rosa, 2021; Gundim *et al.*, 2021).

Outro desafio importante refere-se ao reconhecimento dos sinais de sofrimento emocional. Muitas famílias encontram dificuldades para identificar sintomas relacionados à ansiedade, depressão, estresse ou outros transtornos psicológicos em seus filhos. Em alguns casos, mudanças comportamentais são interpretadas apenas como características da idade, atrasando a busca por apoio especializado e aumentando os riscos de agravamento das dificuldades emocionais (Silva; Barros, 2021; Miranda *et al.*, 2026). Diante desse cenário, torna-se fundamental fortalecer ações de orientação e apoio às famílias. Programas educativos, espaços de escuta e iniciativas que promovam o diálogo entre escola, família e serviços de saúde podem contribuir para ampliar conhecimentos sobre saúde mental e fortalecer as capacidades familiares de cuidado e proteção. Essas ações favorecem a construção de redes de apoio mais eficazes e ampliam as possibilidades de enfrentamento das dificuldades contemporâneas (Oliveira *et al.*, 2024; Vieira *et al.*, 2025).

Apesar dos desafios existentes, a família continua sendo uma das mais importantes fontes de proteção para a saúde mental dos estudantes. Relações baseadas no afeto, no respeito, na comunicação e no apoio mútuo permanecem como elementos fundamentais para o desenvolvimento emocional saudável. Assim, compreender as dificuldades enfrentadas pelas famílias contemporâneas não significa reduzir sua importância, mas reconhecer a necessidade de fortalecer estratégias que as apoiem no exercício de seu papel essencial na promoção do bem-estar dos estudantes (Souza; Baptista; Baptista, 2010; Palacio *et al.*, 2021; Vieira *et al.*, 2014).

6. Estratégias familiares para fortalecer a saúde mental dos estudantes

A promoção da saúde mental dos estudantes não depende apenas da ausência de problemas psicológicos, mas também da presença de fatores protetivos capazes de favorecer o desenvolvimento emocional saudável. Nesse contexto, a família desempenha papel essencial ao criar condições que contribuam para o fortalecimento da autoestima, da segurança emocional e da capacidade de enfrentamento das adversidades. Pequenas ações realizadas no cotidiano familiar podem produzir impactos significativos sobre o

bem-estar e a qualidade de vida de crianças, adolescentes e jovens (Souza; Baptista; Baptista, 2010; Vieira *et al.*, 2014).

Uma das estratégias mais importantes consiste na construção de relações baseadas no diálogo e na escuta ativa. Estudantes que encontram espaço para expressar sentimentos, dúvidas, medos e experiências tendem a desenvolver maior confiança nos vínculos familiares e melhores recursos para lidar com desafios emocionais (Palacio *et al.*, 2021; Ramos; Sousa, 2025). O acolhimento emocional também representa um elemento fundamental para a promoção da saúde mental. Demonstrar interesse pelas experiências dos filhos, validar emoções e oferecer apoio diante das dificuldades contribui para o desenvolvimento de sentimentos de segurança e proteção. Quando os estudantes percebem que podem contar com seus familiares em momentos de fragilidade, fortalecem-se os vínculos afetivos e ampliam-se as possibilidades de enfrentamento saudável das adversidades (Souza; Baptista; Baptista, 2010; Gomes; Horta, 2010).

Outro aspecto relevante refere-se ao acompanhamento da vida escolar. A participação da família nas atividades educacionais, o interesse pelo desempenho acadêmico e a valorização dos esforços realizados pelos estudantes contribuem para fortalecer a motivação e o engajamento com a aprendizagem. Além disso, o acompanhamento próximo favorece a identificação precoce de mudanças comportamentais ou emocionais que possam indicar situações de sofrimento psicológico (Brusamarello *et al.*, 2010; Vieira *et al.*, 2025).

A construção de rotinas saudáveis também desempenha papel importante na promoção do bem-estar emocional. Horários organizados para estudo, descanso, alimentação e lazer contribuem para a criação de um ambiente previsível e seguro, especialmente para crianças e adolescentes. Essas práticas favorecem a estabilidade emocional e auxiliam no desenvolvimento de hábitos que impactam positivamente a saúde mental e a qualidade de vida (Silva *et al.*, 2019; Souza *et al.*, 2022). As famílias também podem contribuir para o fortalecimento da saúde mental por meio do incentivo à convivência social e ao desenvolvimento de habilidades socioemocionais. Estimular a empatia, o respeito às diferenças, a cooperação e a resolução pacífica de conflitos favorece a construção de relações mais saudáveis dentro e fora do ambiente familiar. Essas competências auxiliam os estudantes a enfrentarem desafios interpessoais e fortalecem sua capacidade de adaptação em diferentes contextos sociais (Rodrigues; Quixadá, 2023; Queiroz, 2023).

Outro elemento protetivo refere-se ao incentivo à autonomia. Permitir que crianças e adolescentes participem de decisões adequadas à sua faixa etária, assumam responsabilidades progressivas e desenvolvam senso de competência favorece a construção da autoconfiança e da autoestima. O desenvolvimento da autonomia contribui para que os estudantes enfrentem desafios com maior segurança e fortaleçam recursos internos importantes para a saúde mental (Palacio *et al.*, 2021; Vieira *et al.*, 2014). O uso equilibrado das tecnologias digitais também merece atenção. Embora os recursos tecnológicos ofereçam oportunidades de aprendizagem e comunicação, é importante que as famílias acompanhem e orientem sua utilização. O estabelecimento de limites saudáveis, a promoção de momentos de convivência presencial e o diálogo sobre experiências vivenciadas no ambiente virtual contribuem para reduzir riscos associados ao uso excessivo das tecnologias e fortalecem as relações familiares (Dsilva; Rosa, 2021; Teixeira *et al.*, 2026).

As situações de sofrimento emocional exigem ainda uma postura atenta por parte das famílias. Mudanças bruscas de comportamento, isolamento social, alterações significativas no rendimento escolar, tristeza persistente ou demonstrações frequentes de ansiedade podem indicar a necessidade de apoio especializado. Nesses casos, buscar orientação junto à escola, profissionais de saúde ou serviços de apoio psicológico representa uma atitude de cuidado e proteção que pode contribuir para prevenir o agravamento das dificuldades enfrentadas pelos estudantes (Silva; Barros, 2021; Miranda *et al.*, 2026).

A participação em ações comunitárias, culturais e esportivas também constitui uma estratégia importante para o fortalecimento da saúde mental. Essas experiências ampliam as redes de apoio social, favorecem o desenvolvimento de habilidades interpessoais e proporcionam oportunidades de lazer e integração que contribuem para o equilíbrio emocional dos estudantes. Quando incentivadas pela família, essas atividades tornam-se importantes recursos de promoção do bem-estar (Oliveira *et al.*, 2019; Souza *et al.*, 2022).

Diante dessas considerações, torna-se evidente que a promoção da saúde mental no ambiente familiar ocorre por meio de práticas cotidianas que fortalecem vínculos, ampliam o suporte emocional e favorecem o desenvolvimento integral dos estudantes. Mais do que soluções complexas, são as relações construídas diariamente, baseadas no afeto, no diálogo e na presença ativa dos familiares, que constituem alguns dos mais

importantes fatores de proteção para a saúde mental e para a construção de trajetórias de vida mais saudáveis e significativas (Souza; Baptista; Baptista, 2010; Palacio *et al.*, 2021; Oliveira *et al.*, 2024).

7. A construção de redes de apoio entre família, escola e comunidade

A promoção da saúde mental dos estudantes exige uma abordagem que ultrapasse os limites das responsabilidades individuais da família ou da escola. Embora esses contextos desempenhem funções essenciais no desenvolvimento humano, a complexidade dos desafios emocionais enfrentados por crianças, adolescentes e jovens demanda a construção de redes de apoio capazes de integrar diferentes atores sociais e institucionais. Nesse sentido, a articulação entre família, escola, serviços de saúde e comunidade constitui uma estratégia fundamental para fortalecer fatores de proteção e ampliar as possibilidades de cuidado (Oliveira *et al.*, 2024; Teixeira *et al.*, 2026).

As redes de apoio podem ser compreendidas como conjuntos de relações, serviços e recursos que oferecem suporte emocional, social e institucional aos indivíduos. No contexto da saúde mental estudantil, essas redes favorecem o compartilhamento de responsabilidades, a identificação precoce de dificuldades e o desenvolvimento de intervenções mais abrangentes. Quando diferentes setores atuam de forma articulada, ampliam-se as oportunidades de promoção do bem-estar e de prevenção de situações de vulnerabilidade (Lemos *et al.*, 2025).

A família ocupa posição central nessa rede por conhecer profundamente as experiências, necessidades e características dos estudantes. Entretanto, muitas vezes os familiares enfrentam desafios que dificultam a oferta de suporte adequado, seja em função de limitações socioeconômicas, dificuldades emocionais ou falta de acesso a informações sobre saúde mental. Nesses casos, a articulação com a escola e com outros serviços torna-se essencial para complementar as ações de cuidado e fortalecer os mecanismos de proteção disponíveis aos estudantes (Souza; Baptista; Baptista, 2010; Palacio *et al.*, 2021). A escola, por sua vez, representa um espaço privilegiado para a identificação de necessidades emocionais e para o desenvolvimento de ações preventivas. Por meio da observação cotidiana, professores, gestores e equipes pedagógicas podem perceber mudanças comportamentais, dificuldades de aprendizagem e sinais de sofrimento emocional que merecem atenção. Quando existe comunicação efetiva com as famílias,

essas observações podem contribuir para intervenções mais rápidas e adequadas às necessidades dos estudantes (Santos; Gondim, 2021; Vieira *et al.*, 2025).

Os serviços de saúde também desempenham papel importante na constituição dessas redes de apoio. Psicólogos, enfermeiros, terapeutas ocupacionais, assistentes sociais e outros profissionais podem colaborar na avaliação, orientação e acompanhamento de estudantes que apresentem dificuldades relacionadas à saúde mental. Além disso, a atuação integrada entre saúde e educação favorece abordagens mais completas e alinhadas às necessidades dos diferentes contextos de vida dos estudantes (Oliveira *et al.*, 2024; Miranda *et al.*, 2026). Outro elemento relevante refere-se à participação da comunidade. Organizações sociais, instituições religiosas, projetos culturais, esportivos e espaços comunitários podem ampliar as oportunidades de convivência, desenvolvimento pessoal e fortalecimento das redes de apoio social. Essas experiências contribuem para a construção do sentimento de pertencimento e oferecem recursos importantes para a promoção do bem-estar emocional dos estudantes (Rodrigues; Quixadá, 2023; Oliveira *et al.*, 2019).

As ações intersetoriais têm demonstrado resultados positivos na promoção da saúde mental. Projetos que integram educação, saúde e assistência social favorecem o desenvolvimento de estratégias mais abrangentes para o enfrentamento de problemas como violência, evasão escolar, sofrimento emocional e comportamentos de risco. Essa articulação amplia a capacidade de resposta das instituições e fortalece os recursos disponíveis para o cuidado integral dos estudantes (Oliveira *et al.*, 2024; Teixeira *et al.*, 2026).

A escuta acolhedora constitui uma das práticas mais importantes dentro dessas redes de apoio. Criar espaços onde os estudantes possam expressar sentimentos, compartilhar dificuldades e buscar orientação contribui para o fortalecimento dos vínculos e para a prevenção do agravamento de situações de sofrimento psíquico. Quando família, escola e comunidade adotam posturas de escuta e acolhimento, ampliam-se as possibilidades de proteção emocional e desenvolvimento saudável (Ramos; Sousa, 2025; Santos *et al.*, 2013). As experiências desenvolvidas em diferentes contextos educacionais demonstram que a participação ativa dos estudantes também fortalece as redes de apoio. Quando os jovens são estimulados a participar de projetos, grupos de apoio, ações de protagonismo juvenil e iniciativas voltadas ao cuidado coletivo, desenvolvem senso de

responsabilidade, pertencimento e capacidade de contribuir para a construção de ambientes mais saudáveis e acolhedores (Rodrigues; Quixadá, 2023; Silva *et al.*, 2019).

Outro aspecto importante é a necessidade de formação contínua para os profissionais envolvidos nessas redes. Educadores, profissionais da saúde e lideranças comunitárias precisam estar preparados para reconhecer sinais de sofrimento emocional, compreender fatores de risco e desenvolver estratégias adequadas de encaminhamento e acompanhamento. A qualificação permanente fortalece a capacidade de atuação integrada e amplia a efetividade das ações de promoção da saúde mental (Oliveira; Silva, 2018; Meira, 2026).

Diante dessas reflexões, torna-se evidente que a promoção da saúde mental dos estudantes depende da construção de redes de apoio sólidas, colaborativas e comprometidas com o desenvolvimento humano (Vieira *et al.*, 2014). A integração entre família, escola, serviços de saúde e comunidade amplia os recursos disponíveis para o cuidado e fortalece os fatores de proteção necessários para enfrentar os desafios da contemporaneidade. Assim, investir na articulação dessas redes representa uma estratégia essencial para a construção de ambientes mais acolhedores, inclusivos e promotores de saúde mental (Oliveira *et al.*, 2024; Lemos *et al.*, 2025).

8. Considerações Finais

A saúde mental dos estudantes é resultado de múltiplos fatores que se inter-relacionam ao longo do desenvolvimento humano, sendo a família um dos principais contextos de proteção, cuidado e formação emocional. Ao longo deste capítulo, foi possível compreender que os vínculos familiares exercem influência significativa sobre a construção da autoestima, da segurança emocional, da capacidade de enfrentamento das adversidades e do desenvolvimento de comportamentos saudáveis. Dessa forma, a família não apenas participa do processo educativo, mas também desempenha papel fundamental na promoção do bem-estar psicológico e na formação integral dos estudantes.

As discussões apresentadas evidenciaram que a qualidade das relações familiares possui impacto direto sobre a saúde mental. Ambientes caracterizados pelo diálogo, acolhimento, respeito e apoio emocional favorecem o fortalecimento dos fatores protetivos necessários para enfrentar desafios acadêmicos, sociais e pessoais. Em

contrapartida, contextos marcados por conflitos persistentes, fragilidade dos vínculos afetivos e dificuldades de comunicação podem aumentar a vulnerabilidade ao sofrimento emocional e comprometer o desenvolvimento saudável de crianças, adolescentes e jovens.

Também foi possível observar que o suporte familiar constitui um recurso essencial para a prevenção de comportamentos de risco e para a construção de estratégias de enfrentamento diante das dificuldades da vida cotidiana. O acompanhamento da trajetória escolar, a escuta ativa e a presença afetiva dos familiares fortalecem sentimentos de pertencimento e segurança, contribuindo para a formação de estudantes mais resilientes e preparados para lidar com as exigências do contexto contemporâneo.

Outro aspecto relevante abordado neste capítulo refere-se à importância da parceria entre família e escola. Essas instituições compartilham responsabilidades relacionadas ao desenvolvimento humano e, quando atuam de forma colaborativa, ampliam significativamente sua capacidade de promover saúde mental e bem-estar. A comunicação contínua, a construção de relações de confiança e o desenvolvimento de estratégias conjuntas favorecem a identificação precoce de dificuldades e fortalecem as redes de apoio disponíveis aos estudantes.

As reflexões sobre os desafios familiares contemporâneos também evidenciaram que as transformações sociais, econômicas e tecnológicas têm produzido novas demandas para as famílias. Questões relacionadas à vulnerabilidade social, às mudanças nas formas de convivência e ao uso das tecnologias digitais exigem adaptações constantes e reforçam a necessidade de apoio institucional para fortalecer as capacidades familiares de cuidado e proteção. Nesse contexto, torna-se fundamental reconhecer que as famílias também necessitam de suporte para desempenhar plenamente seu papel na promoção da saúde mental dos estudantes.

Por fim, destacou-se que a promoção da saúde mental depende da construção de redes de apoio que integrem família, escola, serviços de saúde e comunidade. A atuação articulada desses diferentes contextos amplia as possibilidades de cuidado, fortalece os fatores de proteção e contribui para a construção de ambientes mais acolhedores e promotores de desenvolvimento humano. Assim, investir no fortalecimento dos vínculos familiares e na integração das redes de apoio representa uma estratégia indispensável para garantir não apenas melhores condições de aprendizagem, mas também maior qualidade de vida, bem-estar emocional e desenvolvimento integral dos estudantes.

REFERÊNCIAS

- BRUSAMARELLO, T. et al. Papel da família e da escola na prevenção do uso de drogas pelo adolescente estudante. **Ciênc cuid saúde**, v. 9, n. 4, p. 766-73, 2010.
- DSILVA, S. M.; ROSA, A. R. O impacto da covid-19 na saúde mental dos estudantes e o papel das instituições de ensino como fator de promoção e proteção. **Revista Práxis**, v. 2, p. 189-206, 2021.
- GOMES, C. de M.; HORTA, N. de C. Promoção De Saúde Do Adolescente Em Âmbito Escolar. **Revista de Atenção Primária à Saúde**, v. 13, n. 4, 2010.
- GUNDIM, V. A. et al. Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. **Revista baiana de enfermagem**, v. 35, 2021.
- LEMONS, R. L. F. et al. Promoção de saúde mental no ambiente escolar: desafios e estratégias em duas realidades brasileiras. **Revista Semiárido De Visu**, p. 136-151, 2025.
- MEIRA, E. L. O Papel Da Assistência Estudantil Na Promoção Da Saúde Mental: Uma Análise Das Demandas E Ações Do Ifro–Campus Vilhena. **Revista Contemporânea**, v. 6, n. 1, p. e10128, 2026.
- MIRANDA, G. da S. et al. Promoção da saúde mental entre estudantes de enfermagem: proposta de assistência de enfermagem para prevenção de transtornos psíquicos. **Revista ft**, v. 30, n. 158, p. 01-32, 2026.
- OLIVEIRA, A. B.; SILVA, S. M. C. A Psicologia na promoção da saúde do estudante universitário. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 7, n. 3, p. 363-374, 2018.
- OLIVEIRA, B. D. C. de et al. Promoção de Saúde Mental no contexto escolar: potências, desafios e a importância da colaboração intersetorial para o campo da Atenção Psicossocial. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 34, p. e34077, 2024.
- OLIVEIRA, E. N. et al. Liga interdisciplinar em saúde mental: trilhando caminhos para a promoção em saúde. **Saúde em Redes**, v. 5, n. 3, p. 317-327, 2019.
- PALACIO, D. Q. A. et al. Saúde mental e fatores de proteção entre estudantes adolescentes. **Interação**, v. 21, n. 1, p. 72-86, 2021.
- RAMOS, R. A.; SOUSA, L. C. B. Escuta Acolhedora Como Estratégia De Promoção Da Saúde Mental De Adolescentes Em Um Colégio Público No Semiárido Baiano: Um Relato De Experiência. **Revista Interfaces: Saúde, Humanas e Tecnologia**, v. 13, n. 2, p. 5486-5498, 2025.
- RODRIGUES, P. V.; QUIXADÁ, L. M. Protagonismo Juvenil e a promoção da saúde mental na escola. **Revista Docentes**, v. 8, n. 23, p. 17-26, 2023.

SANTOS, J. C. et al. Contigo na promoção da saúde mental e prevenção de comportamentos suicidários em meio escolar. **Revista de Enfermagem Referência**, v. 3, n. 10, p. 203-207, 2013.

SANTOS, M. M. dos; GONDIM, L. S. de S. Contribuições da relação professor-aluno no cuidado à saúde mental de estudantes: revisão da literatura de 2015 a 2020. **Construção psicopedagógica**, v. 30, n. 31, p. 82-100, 2021.

SILVA, G. V. da et al. Promoção de saúde mental para adolescente em uma escola de ensino médio-Um relato de experiência. **Revista do NUFEN**, v. 11, n. 2, p. 133-148, 2019.

SILVA, M. M. da; BARROS, L. da S. A contribuição da escola para a promoção da saúde mental de adolescentes no combate a depressão e ao suicídio. **Brazilian journal of development**, v. 7, n. 3, p. 21078-21095, 2021.

SOUZA, M. S. de; BAPTISTA, A. S. D.; BAPTISTA, M. N. Relação entre suporte familiar, saúde mental e comportamentos de risco em estudantes universitários. **Acta colombiana de Psicologia**, v. 13, n. 1, p. 143-154, 2010.

SOUZA, T. T. et al. A terapia ocupacional na promoção da saúde mental de adolescentes de uma escola pública. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, v. 10, n. 2, p. 388-398, 2022.

TEIXEIRA, A. R. et al. Ação E Promoção Da Saúde Mental No Ambiente Escolar: Estratégias E Desafios. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, v. 2, n. 01, p. 1-18, 2026.

VIEIRA, J. R. et al. O papel da Orientação Educacional na promoção da saúde mental escolar. **Interference: A Journal Of Audio Culture**, v. 11, n. 2, p. 5876-5889, 2025.

VIEIRA, M. A. et al. Saúde mental na escola. **Saúde mental na escola. Porto Alegre: ARTMED**, p. 13-23, 2014.

PRÁTICAS PEDAGÓGICAS QUE FAVORECEM O BEM-ESTAR EMOCIONAL

Antônio Veimar da Silva

Magda Rodrigues dos Apóstolos

Carla Michelle da Silva

1. Introdução

A escola contemporânea tem sido desafiada a ampliar sua compreensão sobre os processos educativos, reconhecendo que a aprendizagem não ocorre apenas por meio da aquisição de conhecimentos acadêmicos. Aspectos emocionais, sociais e relacionais exercem influência significativa sobre a forma como os estudantes participam das atividades escolares, constroem conhecimentos e desenvolvem suas potencialidades (Graeff; Gusmão, 2025; Pedrosa *et al.*, 2026). As pesquisas na área da educação e da psicologia têm demonstrado que emoções e aprendizagem mantêm uma relação profunda e indissociável. Sentimentos como segurança, confiança, pertencimento e motivação favorecem a atenção, a memória e o engajamento dos estudantes nos processos educativos. Por outro lado, experiências marcadas por medo, ansiedade excessiva, insegurança ou exclusão podem comprometer significativamente o desenvolvimento acadêmico e emocional (Barros *et al.*, 2025; Coelho *et al.*, 2025).

Nos últimos anos, a promoção da saúde mental passou a ocupar espaço crescente nas discussões educacionais. O aumento dos índices de sofrimento emocional entre crianças, adolescentes e jovens evidenciou a necessidade de que as escolas assumam

papel mais ativo na construção de ambientes capazes de favorecer o desenvolvimento integral dos estudantes. Nesse contexto, as práticas pedagógicas deixam de ser compreendidas apenas como estratégias de ensino e passam a ser reconhecidas também como importantes instrumentos de promoção do bem-estar emocional (Reginatto *et al.*, 2026; Rocha *et al.*, 2025).

A literatura destaca que o professor desempenha papel central nesse processo. Além de atuar como mediador do conhecimento, o educador influencia diretamente o clima emocional da sala de aula por meio de suas atitudes, formas de comunicação e estratégias de interação. Relações pedagógicas baseadas no acolhimento, na empatia e no respeito contribuem para a construção de ambientes mais seguros e favoráveis ao desenvolvimento humano. Ao mesmo tempo, o próprio bem-estar emocional dos professores influencia a qualidade das experiências educativas vivenciadas pelos estudantes (Bem, 2025; Lima Júnior; laochite, 2025).

A educação emocional tem se consolidado como uma importante aliada das práticas pedagógicas voltadas ao bem-estar. O desenvolvimento de competências como empatia, autoconsciência, autorregulação emocional, resiliência e habilidades de relacionamento favorece não apenas a convivência escolar, mas também a capacidade dos estudantes de enfrentar desafios pessoais e acadêmicos. Essas competências representam recursos fundamentais para a promoção da saúde mental e para a formação integral dos sujeitos (Dias *et al.*, 2025; Cardoso *et al.*, 2025). Além disso, diferentes metodologias e estratégias pedagógicas têm demonstrado potencial para fortalecer o bem-estar emocional no ambiente escolar. Oficinas pedagógicas, práticas cooperativas, atividades lúdicas, projetos interdisciplinares, educação física, artes e espaços de escuta constituem exemplos de ações que favorecem a participação ativa dos estudantes, fortalecem vínculos e ampliam oportunidades de expressão emocional. Essas práticas contribuem para a construção de ambientes mais acolhedores e significativos para a aprendizagem (Koehler; Gonzales; Marpica, 2021; Cristóvão, 2022).

Outro aspecto relevante refere-se à necessidade de compreender a escola como um espaço de cuidado. A promoção da saúde mental não deve ocorrer apenas por meio de intervenções pontuais, mas estar integrada à cultura institucional, às relações interpessoais e às práticas pedagógicas cotidianas. Quando a escola assume esse compromisso, fortalece sua capacidade de acolher as diferenças, prevenir situações de

sofrimento emocional e promover experiências educativas mais positivas (Reginatto *et al.*, 2026; Carneiro *et al.*, 2025).

A construção de ambientes escolares emocionalmente saudáveis também está relacionada ao fortalecimento do clima escolar e à valorização das relações humanas. Escolas que investem na convivência respeitosa, na participação dos estudantes e na formação socioemocional tendem a apresentar melhores indicadores de aprendizagem, bem-estar e engajamento. Essas evidências reforçam a importância de integrar as dimensões cognitivas e emocionais nos processos educativos (Lando *et al.*, 2025; Sapucaia, 2025). Diante desse cenário, torna-se fundamental refletir sobre o potencial das práticas pedagógicas como ferramentas de promoção da saúde mental e do bem-estar emocional. Mais do que ensinar conteúdos, educar envolve criar condições para que os estudantes desenvolvam recursos emocionais, construam relações saudáveis e encontrem significado em suas experiências escolares (Neves *et al.*, 2025; Rocha *et al.*, 2025).

Este capítulo tem como objetivo discutir práticas pedagógicas que favorecem o bem-estar emocional dos estudantes, analisando o papel das emoções na aprendizagem, a atuação dos professores, o desenvolvimento das competências socioemocionais e as estratégias educativas capazes de promover ambientes escolares mais acolhedores, inclusivos e saudáveis.

2. A relação entre emoções, aprendizagem e desenvolvimento humano

Durante muito tempo, os processos educativos foram compreendidos predominantemente sob uma perspectiva cognitiva, priorizando a transmissão de conteúdos e o desenvolvimento de habilidades intelectuais. Entretanto, os avanços das pesquisas nas áreas da educação, psicologia e neurociência demonstraram que a aprendizagem é influenciada por múltiplos fatores, incluindo aspectos emocionais, sociais e relacionais. Atualmente, reconhece-se que emoções e cognição atuam de forma integrada, influenciando diretamente a maneira como os estudantes percebem, interpretam e assimilam os conhecimentos construídos no ambiente escolar (Barros *et al.*, 2025; Coelho *et al.*, 2025).

As emoções desempenham papel fundamental nos processos de atenção, memória, motivação e tomada de decisões. Quando os estudantes se sentem seguros, acolhidos e emocionalmente equilibrados, apresentam maior capacidade de concentração e

envolvimento com as atividades propostas. Em contrapartida, estados emocionais marcados por medo, ansiedade excessiva, insegurança ou tristeza podem dificultar a aprendizagem, reduzindo o interesse pelas atividades escolares e comprometendo o desempenho acadêmico (Barros *et al.*, 2025; Graeff; Gusmão, 2025).

A literatura evidencia que a aprendizagem não ocorre apenas pela exposição ao conteúdo, mas também pela forma como os estudantes vivenciam emocionalmente as experiências educativas. Situações que despertam curiosidade, entusiasmo e sentimento de pertencimento tendem a gerar maior engajamento e facilitar a retenção das informações. Por essa razão, a construção de ambientes emocionalmente positivos favorece não apenas o bem-estar, mas também a qualidade dos processos de ensino e aprendizagem (Coelho *et al.*, 2025; Cristóvão, 2022). Nesse contexto, torna-se importante compreender que as emoções não são obstáculos à aprendizagem, mas componentes essenciais do desenvolvimento humano. Elas auxiliam na interpretação das experiências vividas, influenciam as relações interpessoais e contribuem para a construção da identidade dos estudantes. Ao reconhecer essa dimensão emocional, a escola amplia sua capacidade de responder às necessidades dos alunos e de promover uma educação mais integral e humanizada (Bianchini *et al.*, 2025; Carneiro *et al.*, 2025).

A relação entre emoções e desenvolvimento humano é especialmente relevante durante a infância e a adolescência, períodos marcados por intensas transformações cognitivas, sociais e afetivas. Nessa fase, experiências escolares positivas podem fortalecer a autoestima, a autoconfiança e o sentimento de competência, enquanto vivências negativas podem contribuir para o surgimento de inseguranças, dificuldades emocionais e desmotivação em relação aos estudos. Assim, a qualidade das experiências emocionais vividas na escola possui impactos que ultrapassam os limites do desempenho acadêmico (Rosa, 2025; Lando *et al.*, 2025).

Outro aspecto importante refere-se ao papel da motivação no processo de aprendizagem. As emoções influenciam diretamente o interesse dos estudantes pelas atividades escolares e sua disposição para enfrentar desafios. Quando os alunos percebem sentido nas experiências educativas e sentem-se valorizados em suas capacidades, aumentam as possibilidades de participação ativa e persistência diante das dificuldades. Esse processo fortalece a construção da autonomia e favorece o desenvolvimento de atitudes positivas em relação à aprendizagem (Ataides; Reis; Oliveira, 2025; Mariano; Ataides; Reis, 2025).

A literatura também destaca a importância das relações interpessoais na construção de experiências emocionais positivas. O apoio dos professores, a convivência respeitosa entre colegas e a existência de um clima escolar acolhedor contribuem para a redução do estresse e para o fortalecimento do sentimento de pertencimento. Esses fatores favorecem o desenvolvimento de recursos emocionais que auxiliam os estudantes a enfrentarem situações desafiadoras tanto no ambiente escolar quanto em outros contextos de suas vidas (Lando *et al.*, 2025; Leitão *et al.*, 2025). Além disso, as emoções influenciam a forma como os estudantes percebem suas próprias capacidades. Sentimentos de confiança e autoeficácia favorecem a disposição para assumir novos desafios e persistir diante das dificuldades. Por outro lado, experiências repetidas de fracasso, rejeição ou desvalorização podem comprometer a autoestima e gerar crenças negativas sobre as próprias competências. Dessa forma, as experiências emocionais vividas na escola participam ativamente da construção da identidade e da trajetória acadêmica dos estudantes (Cardoso *et al.*, 2025; Neves *et al.*, 2025).

A promoção do bem-estar emocional no contexto educacional exige, portanto, práticas pedagógicas que reconheçam a importância das emoções nos processos de aprendizagem. Isso implica criar espaços de escuta, acolhimento e participação, bem como desenvolver estratégias que favoreçam o engajamento, a motivação e o fortalecimento das competências socioemocionais. Quando a escola valoriza essas dimensões, amplia suas possibilidades de promover uma educação mais significativa e comprometida com o desenvolvimento integral dos estudantes (Pedrosa *et al.*, 2026; Reginatto *et al.*, 2026).

Portanto, torna-se evidente que emoções, aprendizagem e desenvolvimento humano constituem dimensões inseparáveis da experiência educativa. Reconhecer essa relação significa compreender que o sucesso escolar não depende apenas da aquisição de conhecimentos, mas também da construção de ambientes emocionalmente saudáveis capazes de favorecer o crescimento pessoal, social e acadêmico dos estudantes. Assim, investir no bem-estar emocional representa uma estratégia essencial para fortalecer a qualidade da educação e promover o desenvolvimento integral dos sujeitos (Carneiro *et al.*, 2025; Rocha *et al.*, 2025).

3. O professor como agente promotor do bem-estar emocional

O professor ocupa posição central na construção das experiências escolares vivenciadas pelos estudantes. Embora sua função tradicionalmente esteja associada ao ensino de conteúdos curriculares, sua atuação ultrapassa os limites da transmissão de conhecimentos e alcança dimensões afetivas, relacionais e emocionais que influenciam diretamente o desenvolvimento humano. Nesse sentido, o educador exerce papel fundamental na promoção do bem-estar emocional, contribuindo para a construção de ambientes mais acolhedores, seguros e favoráveis à aprendizagem (Bem, 2025; Lima Júnior; Iaochite, 2025).

As relações estabelecidas entre professores e estudantes possuem impacto significativo sobre a forma como os alunos percebem a escola, a aprendizagem e suas próprias capacidades. Quando os educadores demonstram interesse genuíno pelas necessidades dos estudantes, adotam posturas de acolhimento e promovem interações respeitadas, fortalecem sentimentos de confiança, pertencimento e valorização pessoal. Esses elementos favorecem o engajamento acadêmico e contribuem para a construção de uma experiência escolar mais positiva e significativa (Leitão *et al.*, 2025; Reginatto *et al.*, 2026).

A literatura evidencia que o vínculo pedagógico constitui um dos principais fatores associados ao bem-estar estudantil. Relações baseadas na empatia, no diálogo e no respeito favorecem a participação dos alunos nas atividades escolares e ampliam sua disposição para enfrentar desafios acadêmicos. Além disso, a qualidade desse vínculo influencia diretamente a motivação, a autoestima e o sentimento de segurança emocional, aspectos fundamentais para o desenvolvimento integral dos estudantes (Leitão *et al.*, 2025; Cardoso *et al.*, 2025).

Outro aspecto relevante refere-se à influência das emoções docentes sobre o ambiente da sala de aula. Os professores não apenas ensinam conteúdos, mas também comunicam emoções por meio de suas atitudes, expressões e formas de interação. Estudos recentes indicam que estudantes percebem e são influenciados pelos estados emocionais dos educadores, o que torna a gestão emocional docente um elemento importante para a promoção de ambientes de aprendizagem saudáveis. Professores emocionalmente equilibrados tendem a criar contextos mais positivos, acolhedores e favoráveis ao desenvolvimento dos alunos (Bem, 2025; Constantino *et al.*, 2025). Nesse contexto, a

autorregulação emocional assume papel estratégico na prática pedagógica. A capacidade de reconhecer, compreender e administrar as próprias emoções auxilia os professores a lidarem de forma mais equilibrada com situações de conflito, desafios cotidianos e demandas profissionais. Essa competência favorece a construção de relações mais saudáveis com os estudantes e contribui para a manutenção de um clima emocional positivo na sala de aula (Constantino *et al.*, 2025; Lima Júnior; Iaochite, 2025).

A promoção do bem-estar emocional também está relacionada à forma como os professores conduzem os processos de ensino e aprendizagem. Estratégias pedagógicas que valorizam a participação dos estudantes, respeitam ritmos individuais e reconhecem diferentes formas de aprender contribuem para reduzir sentimentos de inadequação e fortalecer a confiança dos alunos em suas capacidades. Essas práticas favorecem o desenvolvimento de experiências escolares mais inclusivas e emocionalmente seguras (Pedrosa *et al.*, 2026; Carneiro *et al.*, 2025).

A escuta ativa constitui outra importante ferramenta pedagógica para a promoção da saúde emocional. Quando os professores criam espaços para ouvir os estudantes e acolher suas experiências, ampliam as possibilidades de compreensão das necessidades individuais e fortalecem os vínculos interpessoais. Essa postura favorece a identificação precoce de dificuldades emocionais e contribui para a construção de relações baseadas na confiança e no respeito mútuo (Reginatto *et al.*, 2026; Rocha *et al.*, 2025). Além disso, os educadores podem atuar como mediadores do desenvolvimento socioemocional por meio de atividades que estimulem a empatia, a cooperação, a resolução de conflitos e o respeito às diferenças. Essas experiências favorecem a construção de competências importantes para a convivência social e para a promoção do bem-estar coletivo, ampliando o papel da escola como espaço de formação humana integral (Cardoso *et al.*, 2025; Bianquini *et al.*, 2025).

É importante reconhecer, entretanto, que o professor somente poderá promover efetivamente o bem-estar emocional dos estudantes quando também receber condições adequadas para cuidar de sua própria saúde mental. Ambientes institucionais que valorizam os profissionais, oferecem suporte emocional e promovem condições dignas de trabalho favorecem práticas pedagógicas mais humanizadas e contribuem para a construção de relações educativas mais positivas (Graeff; Gusmão, 2025; Sapucaia, 2025). Diante dessas reflexões, torna-se evidente que o professor representa um dos principais agentes promotores do bem-estar emocional no contexto escolar. Sua atuação influencia

não apenas a aprendizagem, mas também a forma como os estudantes se percebe, constroem relações e enfrentam os desafios da vida. Assim, investir na formação emocional dos educadores e fortalecer seu papel como mediadores do desenvolvimento humano constitui uma estratégia essencial para a construção de escolas mais acolhedoras, inclusivas e comprometidas com a saúde mental de toda a comunidade escolar (Pedrosa *et al.*, 2026; Reginatto *et al.*, 2026).

4. Educação emocional e desenvolvimento de competências socioemocionais

A crescente valorização da saúde mental no contexto educacional tem impulsionado discussões sobre a necessidade de integrar o desenvolvimento emocional aos processos de ensino e aprendizagem. Nesse cenário, a educação emocional emerge como uma proposta pedagógica voltada à formação integral dos estudantes, reconhecendo que o sucesso acadêmico está profundamente relacionado à capacidade de compreender emoções, estabelecer relações saudáveis e enfrentar desafios de maneira equilibrada. Mais do que um conteúdo específico, a educação emocional constitui uma dimensão transversal que permeia todas as experiências vividas no ambiente escolar (Dias *et al.*, 2025; Bianchini *et al.*, 2025).

A educação emocional pode ser compreendida como um conjunto de práticas e estratégias destinadas a favorecer o autoconhecimento, a identificação das emoções, a autorregulação emocional e o desenvolvimento das habilidades interpessoais. Seu objetivo não consiste em eliminar emoções consideradas negativas, mas auxiliar os estudantes a reconhecerem seus sentimentos, compreenderem suas causas e desenvolverem formas saudáveis de expressão e enfrentamento. Essa perspectiva contribui para a construção de recursos emocionais essenciais para a vida pessoal, acadêmica e social (Coelho *et al.*, 2025; Dias *et al.*, 2025).

Entre as competências socioemocionais mais relevantes destacam-se a autoconsciência, a autorregulação, a empatia, a responsabilidade, a resiliência e as habilidades de relacionamento. Essas capacidades auxiliam os estudantes a compreenderem melhor a si mesmos e aos outros, fortalecendo sua capacidade de adaptação diante de situações adversas e favorecendo relações interpessoais mais saudáveis. Além disso, contribuem para a construção de ambientes escolares mais respeitosos, inclusivos e colaborativos (Cardoso *et al.*, 2025; Neves *et al.*, 2025). A

autoconsciência representa uma das bases da educação emocional. Trata-se da capacidade de reconhecer emoções, pensamentos, valores e características pessoais que influenciam comportamentos e decisões. Estudantes que desenvolvem essa competência tornam-se mais capazes de compreender suas reações diante das experiências vividas, fortalecendo a construção de uma identidade mais segura e equilibrada. Esse processo favorece a autoestima e amplia as possibilidades de desenvolvimento pessoal (Bianchini *et al.*, 2025; Cardoso *et al.*, 2025).

A autorregulação emocional, por sua vez, refere-se à capacidade de administrar sentimentos e comportamentos diante de diferentes situações. Essa competência permite que os estudantes enfrentem frustrações, conflitos e dificuldades sem recorrer a respostas impulsivas ou prejudiciais. Em um contexto social marcado por rápidas transformações e crescentes demandas emocionais, a autorregulação torna-se um recurso fundamental para a promoção da saúde mental e do bem-estar (Dias *et al.*, 2025; Coelho *et al.*, 2025).

Outro elemento central da educação socioemocional é a empatia. A capacidade de compreender e respeitar os sentimentos, perspectivas e necessidades dos outros favorece a construção de relações interpessoais mais positivas e reduz comportamentos associados à violência, discriminação e exclusão. Ambientes escolares que valorizam a empatia tendem a fortalecer a convivência respeitosa e a criar condições mais favoráveis para o desenvolvimento humano e social dos estudantes (Cardoso *et al.*, 2025; Carneiro *et al.*, 2025). A resiliência também ocupa posição de destaque entre as competências socioemocionais. Essa habilidade permite que os indivíduos enfrentem adversidades, superem dificuldades e aprendam com experiências desafiadoras. No contexto escolar, o desenvolvimento da resiliência contribui para que os estudantes lidem de forma mais saudável com erros, fracassos, pressões acadêmicas e outras situações que fazem parte dos processos de aprendizagem e crescimento pessoal (Neves *et al.*, 2025; Graeff; Gusmão, 2025).

As pesquisas apontam que programas de educação emocional produzem benefícios que vão além da saúde mental. Estudantes que participam de experiências voltadas ao desenvolvimento socioemocional frequentemente apresentam melhorias na convivência escolar, maior capacidade de resolução de problemas, redução de comportamentos agressivos e melhor desempenho acadêmico. Esses resultados reforçam a importância de integrar essas competências ao currículo e às práticas pedagógicas cotidianas (Cardoso *et al.*, 2025; Pedrosa *et al.*, 2026).

A implementação da educação emocional exige a participação ativa dos professores e da comunidade escolar. Educadores preparados para trabalhar competências socioemocionais conseguem criar oportunidades de reflexão, diálogo e aprendizagem que favorecem o desenvolvimento dessas habilidades entre os estudantes. Além disso, o fortalecimento das competências emocionais dos próprios professores contribui para a construção de ambientes mais acolhedores e emocionalmente seguros (Constantino *et al.*, 2025; Lima Júnior; Iaochite, 2025). Diante dessas reflexões, torna-se evidente que a educação emocional representa uma importante ferramenta para a promoção do bem-estar e da saúde mental no contexto escolar. Ao favorecer o desenvolvimento de competências socioemocionais, ela contribui para a formação de estudantes mais conscientes, resilientes, empáticos e preparados para enfrentar os desafios da vida contemporânea. Assim, investir na educação emocional significa fortalecer não apenas os processos de aprendizagem, mas também a construção de uma educação mais humana, inclusiva e comprometida com o desenvolvimento integral dos sujeitos (Dias *et al.*, 2025; Neves *et al.*, 2025).

5. Educação socioemocional e promoção de ambientes escolares positivos

A crescente preocupação com a saúde mental no contexto educacional tem ampliado o reconhecimento da importância das competências socioemocionais para o desenvolvimento integral dos estudantes. Embora a aprendizagem de conteúdos acadêmicos continue sendo uma das funções centrais da escola, torna-se cada vez mais evidente que a formação humana exige também o desenvolvimento de habilidades relacionadas ao autoconhecimento, à gestão das emoções, à empatia, à cooperação e à convivência social. Nesse sentido, a educação socioemocional emerge como uma estratégia fundamental para a construção de ambientes escolares mais saudáveis e acolhedores (Queiroz, 2023; Júnior *et al.*, 2026).

A educação socioemocional pode ser compreendida como um conjunto de práticas educativas voltadas ao desenvolvimento das capacidades emocionais e relacionais dos indivíduos. Seu objetivo não se limita ao controle das emoções, mas busca favorecer a compreensão dos próprios sentimentos, o respeito às diferenças, a resolução construtiva de conflitos e a construção de relações interpessoais mais equilibradas. Essas

competências são essenciais para o enfrentamento dos desafios cotidianos e para a promoção do bem-estar psicológico ao longo da vida (Lando *et al.*, 2025; Queiroz, 2023).

No ambiente escolar, as competências socioemocionais contribuem significativamente para a melhoria da convivência. Estudantes que desenvolvem habilidades relacionadas à empatia, à escuta ativa e à cooperação tendem a apresentar comportamentos mais respeitosos e maior capacidade de lidar com situações de conflito (Dias *et al.*, 2024; Alcantara *et al.*, 2019). Entre as competências mais valorizadas pela literatura destacam-se a autoconsciência, a autorregulação emocional, a responsabilidade, a empatia e as habilidades de relacionamento. O desenvolvimento dessas capacidades favorece a construção de uma autoestima mais saudável, amplia a capacidade de enfrentar adversidades e fortalece os recursos emocionais necessários para lidar com situações de estresse e pressão. Dessa forma, a educação socioemocional atua como importante fator de proteção para a saúde mental dos estudantes (Júnior *et al.*, 2026; Lando *et al.*, 2025).

Os benefícios da educação socioemocional também se refletem no desempenho acadêmico. Pesquisas indicam que estudantes emocionalmente equilibrados apresentam maiores níveis de concentração, motivação e engajamento com as atividades escolares. Além disso, a capacidade de lidar adequadamente com frustrações, desafios e dificuldades favorece a persistência diante dos processos de aprendizagem e contribui para melhores resultados educacionais (Alves; Leme, 2026; Silva *et al.*, 2025). A implementação de práticas socioemocionais exige a participação ativa dos professores. Nesse contexto, os educadores atuam não apenas como transmissores de conhecimentos, mas também como mediadores das relações humanas e modelos de convivência respeitosa. Suas atitudes, formas de comunicação e estratégias pedagógicas influenciam diretamente a maneira como os estudantes aprendem a lidar com emoções, conflitos e relações interpessoais (Santos; Santos; Santos, 2023; Nery *et al.*, 2025).

Entretanto, para que a educação socioemocional seja efetiva, é necessário investir também na formação dos profissionais da educação. Professores que desenvolvem suas próprias competências socioemocionais tendem a apresentar maior capacidade de acolhimento, escuta e mediação de conflitos, fortalecendo a construção de ambientes escolares mais positivos. Além disso, o cuidado com a saúde emocional dos educadores favorece práticas pedagógicas mais humanizadas e contribui para a promoção do bem-estar coletivo (Júnior *et al.*, 2026; Guimarães; Filipkowski, 2021).

Outro aspecto importante refere-se à integração da educação socioemocional ao cotidiano escolar. Mais do que atividades isoladas, ela deve estar presente nas práticas pedagógicas, nos projetos institucionais e nas formas de convivência estabelecidas pela comunidade escolar. A construção de uma cultura organizacional baseada no respeito, na cooperação e no diálogo fortalece os efeitos das ações socioemocionais e amplia seu impacto sobre a saúde mental e o clima escolar (Vinha *et al.*, 2016; Silva *et al.*, 2025). As pesquisas também apontam que programas voltados ao desenvolvimento socioemocional contribuem para a redução de comportamentos agressivos, melhoria das relações interpessoais e fortalecimento do sentimento de pertencimento à escola. Esses resultados demonstram que investir na formação emocional dos estudantes não representa apenas uma estratégia de prevenção, mas também uma forma de promover ambientes mais seguros, inclusivos e favoráveis ao desenvolvimento humano (Danzmann *et al.*, 2024; Neiman, 2026).

Diante dessas evidências, a educação socioemocional deve ser compreendida como um componente essencial da promoção da saúde mental no contexto escolar (Júnior *et al.*, 2026). Ao favorecer o desenvolvimento de competências relacionadas à convivência, ao autocuidado e à gestão das emoções, ela contribui para a construção de escolas mais humanas e preparadas para responder aos desafios da contemporaneidade. Assim, investir em ambientes emocionalmente positivos significa fortalecer não apenas a aprendizagem, mas também a formação integral dos sujeitos e a construção de uma cultura escolar baseada no respeito, no acolhimento e no bem-estar coletivo (Lando *et al.*, 2025; Silva *et al.*, 2025).

6. O brincar, o esporte e as atividades corporais como promotores de saúde emocional

O desenvolvimento humano ocorre por meio de múltiplas experiências que envolvem aspectos cognitivos, sociais, físicos e emocionais. Nesse contexto, o brincar, o esporte e as atividades corporais desempenham papel fundamental na promoção do bem-estar emocional, oferecendo oportunidades para a expressão de sentimentos, a construção de vínculos interpessoais e o fortalecimento da autoestima. Essas práticas contribuem para uma educação mais integral, reconhecendo que o desenvolvimento dos estudantes ultrapassa os limites da aprendizagem acadêmica e envolve a formação de

sujeitos emocionalmente saudáveis e socialmente participativos (Lopes, 2026; Mariano; Ataides; Reis, 2025).

O brincar ocupa posição central no desenvolvimento infantil e constitui um direito fundamental das crianças. Por meio das brincadeiras, os estudantes exploram o mundo, experimentam diferentes papéis sociais, desenvolvem a criatividade e aprendem a lidar com emoções e desafios (Lopes, 2026; Bianchini *et al.*, 2025). A literatura destaca que o brincar também funciona como importante mecanismo de expressão emocional. Muitas vezes, sentimentos que não conseguem ser verbalizados encontram espaço de manifestação durante atividades lúdicas. Nesse sentido, as brincadeiras permitem que crianças elaborem experiências, expressem medos, desenvolvam segurança emocional e fortaleçam recursos internos para lidar com situações desafiadoras. Essas vivências contribuem significativamente para a promoção da saúde mental e para o desenvolvimento socioemocional (Bianchini *et al.*, 2025; Carneiro *et al.*, 2025).

No contexto escolar, as atividades lúdicas favorecem a construção de ambientes mais acolhedores e participativos. Quando integradas às práticas pedagógicas, estimulam o interesse pela aprendizagem, fortalecem o sentimento de pertencimento e ampliam as possibilidades de interação entre os estudantes. Além disso, contribuem para a redução da ansiedade e do estresse frequentemente associados às exigências acadêmicas, tornando a experiência escolar mais prazerosa e significativa (Cristóvão, 2022; Rocha *et al.*, 2025). A Educação Física também desempenha papel relevante na promoção do bem-estar emocional. Muito além do desenvolvimento das capacidades motoras, essa área contribui para a construção da autoestima, da autonomia e das habilidades de convivência. As atividades corporais oferecem oportunidades para que os estudantes conheçam melhor seus corpos, desenvolvam confiança em suas capacidades e fortaleçam sentimentos positivos em relação a si mesmos (Ataides; Reis; Oliveira, 2025; Mariano; Ataides; Reis, 2025).

Os esportes escolares favorecem ainda o desenvolvimento de competências socioemocionais importantes para a vida em sociedade. Experiências relacionadas ao trabalho em equipe, respeito às regras, cooperação, persistência e enfrentamento de desafios auxiliam na formação de valores que contribuem para a convivência saudável. Essas aprendizagens ultrapassam o contexto esportivo e influenciam positivamente diferentes dimensões da vida pessoal e acadêmica dos estudantes (Mariano; Ataides; Reis, 2025; Cardoso *et al.*, 2025). Outro benefício importante das atividades físicas refere-se à

sua contribuição para a saúde mental. Estudos apontam que a prática regular de exercícios físicos está associada à redução dos níveis de estresse, ansiedade e sintomas depressivos. Além disso, a participação em atividades corporais favorece a liberação de substâncias relacionadas à sensação de bem-estar, contribuindo para o equilíbrio emocional e para a melhoria da qualidade de vida dos estudantes (Graeff; Gusmão, 2025; Rocha *et al.*, 2025).

As atividades corporais também podem atuar como importantes instrumentos de inclusão. Quando desenvolvidas de forma acessível e respeitosa, permitem a participação de estudantes com diferentes características, habilidades e necessidades. Essa inclusão fortalece o sentimento de pertencimento, reduz experiências de exclusão e contribui para a construção de ambientes escolares mais acolhedores e comprometidos com a valorização da diversidade (Pedrosa *et al.*, 2026; Carneiro *et al.*, 2025).

Além disso, o brincar e o esporte favorecem a construção de vínculos interpessoais positivos. As experiências compartilhadas durante jogos, atividades recreativas e práticas esportivas ampliam as oportunidades de interação social, fortalecem amizades e contribuem para o desenvolvimento de habilidades relacionadas à comunicação e à cooperação. Esses vínculos representam importantes fatores de proteção para a saúde mental e para a promoção do bem-estar emocional (Lando *et al.*, 2025; Leitão *et al.*, 2025). As escolas que valorizam essas práticas tendem a criar ambientes mais humanizados e favoráveis ao desenvolvimento integral dos estudantes. Ao reconhecer a importância das experiências corporais e lúdicas, ampliam-se as possibilidades de aprendizagem e fortalecem-se os recursos emocionais necessários para enfrentar os desafios da vida escolar e social. Essa perspectiva contribui para superar modelos educacionais excessivamente centrados no desempenho acadêmico e reforça a importância de uma educação voltada para o desenvolvimento humano em sua totalidade (Reginatto *et al.*, 2026; Neves *et al.*, 2025).

Diante dessas reflexões, torna-se evidente que o brincar, o esporte e as atividades corporais constituem importantes ferramentas de promoção da saúde emocional no contexto escolar. Ao favorecerem a expressão de sentimentos, o desenvolvimento socioemocional, a inclusão e a construção de vínculos saudáveis, essas práticas contribuem para a formação de estudantes mais confiantes, resilientes e emocionalmente equilibrados. Assim, investir nessas experiências significa fortalecer uma educação comprometida com o bem-estar e com o desenvolvimento integral dos sujeitos (Lopes, 2026; Mariano; Graeff; Gusmão, 2025).

7. Construindo uma cultura escolar de cuidado e bem-estar

A promoção do bem-estar emocional no contexto educacional não depende apenas de ações isoladas ou projetos desenvolvidos em momentos específicos do calendário escolar. Para que os impactos sejam duradouros e alcancem toda a comunidade educativa, torna-se necessário construir uma verdadeira cultura escolar de cuidado, na qual a saúde mental, o acolhimento e o desenvolvimento humano sejam compreendidos como dimensões centrais da missão educativa. Essa perspectiva exige mudanças nas práticas institucionais, nas relações interpessoais e na forma como a escola compreende seu papel na formação dos estudantes (Reginatto *et al.*, 2026; Pedrosa *et al.*, 2026).

Uma cultura de cuidado caracteriza-se pela valorização das pessoas e pela construção de ambientes onde estudantes, professores e demais profissionais se sintam respeitados, acolhidos e pertencentes à comunidade escolar. Nesses contextos, o bem-estar não é visto como responsabilidade exclusiva de determinados profissionais, mas como um compromisso coletivo compartilhado por todos os membros da instituição (Carneiro *et al.*, 2025; Graeff; Gusmão, 2025). O clima escolar desempenha papel fundamental nesse processo. Ambientes marcados pela confiança, pela cooperação e pelo respeito às diferenças tendem a favorecer o desenvolvimento emocional saudável e a construção de experiências escolares positivas. Quando estudantes e profissionais percebem a escola como um espaço seguro e acolhedor, ampliam-se as possibilidades de participação, aprendizagem e desenvolvimento integral. Dessa forma, investir na qualidade do clima escolar representa uma estratégia essencial para promover o bem-estar coletivo (Lando *et al.*, 2025; Sapucaia, 2025).

A construção dessa cultura exige que o cuidado esteja presente nas práticas pedagógicas, nas formas de gestão e nas relações estabelecidas no cotidiano escolar. Ações como escuta ativa, mediação de conflitos, valorização da diversidade e incentivo à participação dos estudantes contribuem para fortalecer sentimentos de pertencimento e confiança. Essas práticas ajudam a transformar a escola em um espaço onde as necessidades emocionais são reconhecidas e consideradas nos processos educativos (Rocha *et al.*, 2025; Reginatto *et al.*, 2026). Outro aspecto importante refere-se à valorização da educação positiva. Essa abordagem propõe que a escola não se concentre apenas na correção de problemas ou dificuldades, mas também no fortalecimento das potencialidades, competências e recursos emocionais dos estudantes. Ao incentivar

emoções positivas, relações saudáveis e experiências significativas de aprendizagem, a educação positiva contribui para a construção de ambientes mais motivadores e promotores de saúde mental (Neves *et al.*, 2025; Cardoso *et al.*, 2025).

A participação ativa dos estudantes também constitui elemento indispensável para a consolidação de uma cultura de bem-estar. Quando os alunos são envolvidos nos processos de tomada de decisão, na construção de regras de convivência e em projetos voltados ao cuidado coletivo, desenvolvem senso de responsabilidade e pertencimento. Além disso, fortalecem competências relacionadas à cidadania, à cooperação e ao respeito mútuo, fundamentais para a convivência democrática e para a promoção da saúde emocional (Leitão *et al.*, 2025; Pedrosa *et al.*, 2026).

Os professores exercem papel estratégico nesse processo. Por meio de suas atitudes e práticas pedagógicas, influenciam diretamente a forma como os estudantes percebem a escola e as relações interpessoais. Educadores que valorizam o diálogo, demonstram empatia e promovem ambientes inclusivos contribuem significativamente para a construção de uma cultura institucional baseada no cuidado e no respeito (Bem, 2025; Lima Júnior; Iaochite, 2025). A gestão escolar igualmente possui responsabilidade central na promoção do bem-estar institucional. Lideranças comprometidas com a valorização das pessoas, a participação coletiva e a construção de ambientes saudáveis favorecem a implementação de políticas e práticas voltadas à saúde mental. A forma como os gestores conduzem os processos institucionais influencia diretamente a qualidade das relações interpessoais e o fortalecimento da cultura de cuidado na escola (Sapucaia, 2025; Rocha *et al.*, 2025).

As experiências desenvolvidas em diferentes contextos educacionais demonstram que escolas que investem na promoção do bem-estar apresentam benefícios que vão além da saúde mental. A melhoria do clima escolar, o fortalecimento da aprendizagem, a redução de conflitos e o aumento do engajamento dos estudantes figuram entre os resultados frequentemente observados. Esses achados reforçam a compreensão de que cuidar das pessoas também significa fortalecer a qualidade dos processos educativos (Koehler; Gonzales; Marpica, 2021; Cristóvão, 2022). Além disso, a consolidação de uma cultura escolar de cuidado requer continuidade e compromisso institucional. Não se trata de implementar ações pontuais, mas de construir uma visão compartilhada que reconheça a saúde mental como parte integrante do projeto educativo. Esse processo exige planejamento, formação continuada e envolvimento de toda a comunidade escolar na

construção de ambientes mais acolhedores e humanizados (Pedrosa *et al.*, 2026; Reginatto *et al.*, 2026).

Diante dessas reflexões, torna-se evidente que a construção de uma cultura escolar de cuidado e bem-estar representa um dos maiores desafios e, ao mesmo tempo, uma das mais importantes oportunidades para a educação contemporânea. Ao integrar saúde mental, relações humanas e práticas pedagógicas em uma mesma perspectiva formativa, a escola fortalece sua capacidade de promover o desenvolvimento integral dos estudantes e de construir experiências educativas mais significativas, inclusivas e transformadoras (Carneiro *et al.*, 2025; Neves *et al.*, 2025; Graeff; Gusmão, 2025).

8. Considerações Finais

As práticas pedagógicas desempenham papel fundamental na construção de ambientes escolares capazes de promover o bem-estar emocional, a saúde mental e o desenvolvimento integral dos estudantes. Ao longo deste capítulo, foi possível compreender que os processos de ensino e aprendizagem não se restringem à transmissão de conteúdos acadêmicos, estando profundamente relacionados às experiências emocionais vivenciadas no cotidiano escolar. Dessa forma, a educação contemporânea é desafiada a integrar as dimensões cognitivas, afetivas e sociais, reconhecendo que aprender e sentir constituem processos inseparáveis da formação humana.

As reflexões desenvolvidas evidenciaram que as emoções exercem influência significativa sobre a aprendizagem, a motivação, a memória e o engajamento dos estudantes. Ambientes marcados pelo acolhimento, pela segurança emocional e pelo respeito às diferenças favorecem o desenvolvimento de experiências educativas mais significativas e contribuem para o fortalecimento da autoestima e da confiança dos alunos. Nesse sentido, promover o bem-estar emocional não representa uma ação complementar ao ensino, mas uma condição essencial para a construção de aprendizagens duradouras e relevantes.

Também se destacou a importância do professor como agente promotor do bem-estar emocional. Por meio das relações que estabelece com os estudantes, das metodologias que utiliza e da forma como conduz os processos educativos, o educador influencia diretamente a qualidade das experiências escolares. Relações pedagógicas

baseadas na empatia, na escuta e no respeito favorecem o desenvolvimento de vínculos positivos e ampliam as possibilidades de construção de ambientes mais humanos e inclusivos. Ao mesmo tempo, a valorização da saúde emocional dos próprios professores constitui condição indispensável para o fortalecimento dessas práticas.

Outro aspecto relevante discutido neste capítulo refere-se à educação emocional e ao desenvolvimento das competências socioemocionais. Habilidades como autoconsciência, empatia, resiliência, autorregulação emocional e cooperação revelam-se fundamentais para que os estudantes enfrentem desafios pessoais, acadêmicos e sociais de forma saudável. A incorporação dessas competências ao cotidiano escolar amplia as possibilidades de formação integral e fortalece os fatores de proteção relacionados à saúde mental e ao bem-estar.

As metodologias ativas, as atividades cooperativas e as práticas participativas também demonstraram grande potencial para promover ambientes emocionalmente saudáveis. Ao favorecerem o protagonismo estudantil, a colaboração e a construção compartilhada do conhecimento, essas estratégias fortalecem sentimentos de pertencimento, autonomia e valorização pessoal. Além disso, contribuem para tornar a escola um espaço mais significativo, capaz de responder às necessidades emocionais e educativas dos estudantes.

As discussões sobre o brincar, o esporte e as atividades corporais reforçaram a importância de reconhecer diferentes formas de aprendizagem e desenvolvimento humano. Essas experiências favorecem a expressão emocional, fortalecem vínculos interpessoais, ampliam oportunidades de inclusão e contribuem para a promoção da saúde mental. Ao valorizar essas práticas, a escola amplia sua capacidade de oferecer experiências educativas mais completas e alinhadas às necessidades dos estudantes.

Por fim, evidenciou-se que a promoção do bem-estar emocional exige a construção de uma cultura escolar baseada no cuidado, no acolhimento e na valorização das relações humanas. Mais do que ações isoladas, essa perspectiva demanda compromisso institucional, participação coletiva e integração entre práticas pedagógicas, gestão escolar e promoção da saúde mental. Quando a escola assume esse compromisso, fortalece sua função social e amplia sua capacidade de contribuir para a formação de sujeitos mais autônomos, resilientes, empáticos e preparados para os desafios da vida contemporânea. Assim, investir em práticas pedagógicas promotoras de bem-estar significa investir em

uma educação mais humanizada, inclusiva e comprometida com o desenvolvimento integral de todos os estudantes.

REFERÊNCIAS

- ATAIDES, W. L.; REIS, A. G.; OLIVEIRA, J. C. Práticas Pedagógicas Em Educação Física: Contribuições Para A Motivação Estudantil E Permanência Escolar. **REVISTA FOCO**, v. 18, n. 6, p. e8998, 2025.
- BARROS, A. et al. Impacto das emoções na aprendizagem: como o estado emocional do aluno influencia a capacidade de aprender e reter informações. **Revista Tópicos**, v. 3, n. 18, p. 1-16, 2025.
- BEM, M. C. de Perspectivas Dos Estudantes Sobre A Influência Das Emoções Docentes Na Vivência De Sala De Aula. **International Integralize Scientific**, v. 5, n. 52, 2025.
- BIANQUINI, E. de A. E. et al. A Educação Do Sentir: Estratégias Para O Desenvolvimento Emocional No Ensino. **Missioneira**, v. 27, n. 8, p. 177-194, 2025.
- CARDOSO, M. I. da S. et al. Educação positiva e o desenvolvimento socioemocional dos estudantes: práticas pedagógicas para o fortalecimento da empatia, resiliência e autoestima. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 11, n. 10, p. 150-164, 2025.
- CARNEIRO, E. C. S. et al. Entre O Saber E O Sentir: Saúde Emocional Nas Escolas Como Pilar Para Uma Educação Inclusiva, Transformadora E Humanizadora. **Aracê**, v. 7, n. 3, p. 11799-11815, 2025.
- COELHO, S. N. de B. J. et al. As Emoções Na Aprendizagem: Contribuições Da Psicologia Positiva. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 11, n. 7, p. 1626-1643, 2025.
- CONSTANTINO, A. G. et al. Autorregulação Na Perspectiva Da Saúde Emocional Do Professor: Uma Análise Da Teoria Social Cognitiva. **REVISTA FOCO**, v. 18, n. 8, p. e9522, 2025.
- CRISTÓVÃO, A. M. Dinâmicas inovadoras e promotoras de ambientes de Aprendizagem para o Bem-Estar. **Revista de Estudios e Investigación em Psicología y Educación**, v. 9, p. 157-180, 2022.
- DIAS, M. A. Dornelles et al. Inteligência Emocional: Um Conteúdo Urgente. **Missioneira**, v. 27, n. 10, p. 165-178, 2025.
- GRAEFF, P. S.; GUSMÃO, D. Saúde Mental E Bem-Estar Na Educação. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 11, n. 4, p. 1197-1208, 2025.
- KOEHLER, S. M. F.; GONZALES, N. G. P.; MARPICA, J. B. A escola como promotora da saúde mental e do bem-estar juvenil: oficinas pedagógicas com adolescentes. **DESIDADES: Revista Científica da Infância, Adolescência e Juventude**, n. 29, p. 168-185, 2021.

LANDO, D. R. et al. Clima Escolar E Bem-Estar: A Importância Da Educação Emocional No Cotidiano Escolar. **Missioneira**, v. 27, n. 8, p. 161-176, 2025.

LEITÃO, A. et al. Do Vínculo Pedagógico À Comunidade Cooperativa: “Alavancas” Para O Bem-Estar Estudantil No Ensino Superior. **PRÁTICA-Revista Multimídia de Investigação em Inovação Pedagógica e Práticas de e-Learning**, v. 8, n. 2, p. 115-123, 2025.

LIMA JÚNIOR, E. J. de; IAOCHITE, R. T. Relação entre autoeficácia docente para apoiar o bem-estar do aluno, autoeficácia para regular as emoções e comportamento pró-social em professores. **Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos**, v. 106, 2025.

LOPES, J. A. dos S. Brincar Como Direito E Como Currículo: Práticas Pedagógicas Que Favorecem O Desenvolvimento Integral Na Educação Infantil. **International Integralize Scientific**, v. 6, n. 57, 2026.

MARIANO, H. de Q.; ATAIDES, W. L.; REIS, A. G. Educação Física E Esporte Escolar: Autonomia, Inclusão E Bem-Estar Como Estratégias Para O Desenvolvimento Dos Estudantes. **ARACÊ**, v. 7, n. 1, p. 3864-3878, 2025.

NEVES, M. S. de A. G. et al. Educação Positiva E O Desenvolvimento Do Bem-Estar Escolar. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 11, n. 12, p. 5524-5537, 2025.

PEDROSA, V. da S. F. et al. Educação e saúde mental na escola: práticas pedagógicas, políticas e inclusão socioemocional. **REVISTA DELOS**, v. 19, n. 76, p. e8385, 2026.

REGINATTO, I. et al. A Escola Como Espaço De Cuidado: Saúde Mental, Práticas Pedagógicas E Desenvolvimento Da Aprendizagem Na Educação Básica. **Amor Mundi**, v. 7, n. 2, p. 73-87, 2026.

ROCHA, Gláucia Silva et al. Educação E Promoção Da Saúde: Estratégias Para Ambientes Escolares Saudáveis. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 11, n. 12, p. 6445-6458, 2025.

ROSA, E. L. Solidão Na Infância E Na Adolescência: O Papel Da Escola Na Promoção Dos Direitos Humanos E Do Bem-Estar Emocional. **Revista Contemporânea**, v. 5, n. 5, p. e8108, 2025.

SAPUCAIA, G. D. T. de A. Clima Organizacional E Gestão Emocional Na Escola: Um Olhar Para O Bem-Estar No Espaço Educacional. **LUMEN ET VIRTUS**, v. 16, n. 50, p. 8901-8907, 2025.

ESCUTA ATIVA E ACOLHIMENTO NA ESCOLA

Antônio Veimar da Silva

1. Introdução

A escola contemporânea enfrenta o desafio de responder não apenas às necessidades acadêmicas dos estudantes, mas também às demandas emocionais, sociais e relacionais que permeiam os processos educativos. Em um contexto marcado pelo aumento dos casos de ansiedade, sofrimento emocional, conflitos interpessoais e dificuldades de pertencimento, torna-se cada vez mais evidente a necessidade de fortalecer práticas pedagógicas voltadas à escuta, ao acolhimento e à valorização das experiências humanas presentes no cotidiano escolar. Nesse cenário, a escuta ativa emerge como uma ferramenta essencial para a construção de ambientes educativos mais inclusivos, sensíveis e promotores de saúde mental (Wolff, 2024; Manfredo, 2025).

Embora ouvir seja uma capacidade inerente às relações humanas, escutar exige uma postura intencional de atenção, respeito e disponibilidade para compreender o outro em sua singularidade. A escuta ativa envolve acolher sentimentos, reconhecer experiências e criar condições para que crianças, adolescentes e jovens possam expressar suas necessidades, inquietações e expectativas. No contexto escolar, essa prática contribui para o fortalecimento dos vínculos interpessoais e para a construção de relações mais humanas e significativas (Oliveira *et al.*, 2018; Monteiro; Quixadá, 2023).

A literatura educacional tem destacado que a escuta ativa constitui elemento fundamental para a promoção da inclusão e da participação estudantil. Quando os estudantes percebem que suas vozes são valorizadas e consideradas nos processos educativos, fortalecem-se sentimentos de pertencimento, confiança e reconhecimento. Essa valorização contribui para o desenvolvimento da autonomia, da autoestima e do engajamento com a vida escolar, favorecendo experiências mais positivas de aprendizagem e convivência (Gonçalves; Tymoshchuk; Martins, 2025; Bezerra *et al.*, 2025).

O acolhimento, por sua vez, representa uma dimensão complementar à escuta ativa. Mais do que receber estudantes no espaço escolar, acolher significa criar condições para que se sintam respeitados, compreendidos e seguros para compartilhar suas experiências. Essa postura favorece a construção de ambientes emocionalmente protegidos, nos quais os sujeitos podem desenvolver suas potencialidades e enfrentar desafios com maior apoio e segurança (Salas, 2021; Silva *et al.*, 2021). As discussões sobre saúde mental têm reforçado a importância dessas práticas para a prevenção do sofrimento emocional e para a promoção do bem-estar. Ambientes escolares que valorizam a escuta e o acolhimento tendem a favorecer relações mais positivas, reduzir situações de isolamento e fortalecer redes de apoio fundamentais para o desenvolvimento saudável dos estudantes. Nesse sentido, a escola assume papel estratégico na construção de espaços de cuidado e proteção emocional (Ramos; Sousa, 2025; Mora *et al.*, 2026).

O professor ocupa posição central nesse processo. Sua capacidade de ouvir, acolher e estabelecer relações empáticas influencia diretamente a forma como os estudantes percebem a escola e suas experiências educativas. Relações pedagógicas baseadas no diálogo e no reconhecimento do outro contribuem para fortalecer o vínculo entre educadores e alunos, ampliando as possibilidades de aprendizagem e desenvolvimento humano (Santos *et al.*, 2025; Teixeira; Pereira, 2025). Além da atuação docente, a construção de uma cultura de escuta envolve toda a comunidade escolar. Gestores, orientadores educacionais, equipes pedagógicas e demais profissionais desempenham papéis importantes na criação de espaços que favoreçam a expressão, a participação e o cuidado coletivo. Essa perspectiva amplia a compreensão da escuta ativa como uma prática institucional e não apenas individual (Scarsanella, 2026; Sampaio; Gomes, 2023).

Experiências desenvolvidas em diferentes contextos educacionais demonstram que iniciativas voltadas à escuta acolhedora podem contribuir para a melhoria do clima

escolar, fortalecimento dos vínculos interpessoais e promoção da saúde mental. Projetos de rodas de conversa, espaços de escuta, orientação educacional e práticas restaurativas figuram entre as estratégias que têm apresentado resultados positivos na construção de ambientes mais inclusivos e humanizados (Focesi; Presser; Heck, 2020; Mora *et al.*, 2026). A valorização da escuta também está relacionada ao reconhecimento da diversidade presente nas escolas. Ouvir as diferentes vozes que compõem a comunidade escolar significa reconhecer histórias, culturas, identidades e experiências que muitas vezes permanecem invisibilizadas. Dessa forma, a escuta ativa contribui para a construção de práticas mais democráticas, inclusivas e comprometidas com a equidade educacional (Ribeiro *et al.*, 2025; Gonçalves; Tymoshchuk; Martins, 2025).

Este capítulo tem como objetivo discutir a importância da escuta ativa e do acolhimento na escola, analisando seus fundamentos, suas contribuições para a promoção da saúde mental e as estratégias capazes de fortalecer vínculos, promover inclusão e construir ambientes educativos mais humanos, acolhedores e comprometidos com o desenvolvimento integral dos estudantes.

2. A escuta ativa como fundamento das relações educativas

A escuta ativa tem se consolidado como uma das práticas mais relevantes para a construção de relações educativas humanizadas e promotoras de desenvolvimento integral. Em um contexto escolar cada vez mais marcado pela diversidade de experiências, necessidades e desafios emocionais, ouvir atentamente os estudantes tornou-se uma competência indispensável para educadores e gestores. Mais do que captar informações, a escuta ativa envolve acolher sentimentos, compreender perspectivas e reconhecer os sujeitos em sua singularidade, fortalecendo vínculos que favorecem a aprendizagem e o bem-estar emocional (Oliveira *et al.*, 2018; Bezerra *et al.*, 2025).

Embora ouvir seja um processo fisiológico relacionado à audição, escutar implica uma postura consciente de atenção, interesse e disponibilidade para compreender o outro. A escuta ativa exige presença, empatia e respeito, permitindo que a comunicação ultrapasse a simples troca de palavras e se transforme em uma oportunidade de construção de significado e fortalecimento das relações humanas (Monteiro; Quixadá, 2023; Santos; Quixadá, 2023). A literatura educacional destaca que a escuta ativa constitui um dos pilares das relações pedagógicas democráticas. Quando os estudantes percebem

que suas opiniões, dúvidas e sentimentos são considerados, desenvolvem maior confiança nos educadores e ampliam seu engajamento nos processos educativos. Esse reconhecimento fortalece o sentimento de pertencimento à comunidade escolar e favorece a construção de ambientes mais participativos e inclusivos (Gonçalves; Tymoshchuk; Martins, 2025; Nunes, 2023).

As práticas de escuta também contribuem para o desenvolvimento da autonomia estudantil. Ao serem incentivados a expressar ideias, relatar experiências e participar das decisões que afetam sua vida escolar, os estudantes desenvolvem habilidades relacionadas à comunicação, à reflexão crítica e à responsabilidade. Essas competências fortalecem sua participação ativa no processo educativo e ampliam as oportunidades de aprendizagem significativa (Bezerra *et al.*, 2025; Gonçalves; Tymoshchuk; Martins, 2025). Outro aspecto relevante refere-se ao potencial da escuta ativa para identificar necessidades emocionais e dificuldades que muitas vezes permanecem invisíveis no cotidiano escolar. Mudanças de comportamento, sinais de sofrimento emocional, conflitos interpessoais ou dificuldades de adaptação podem ser percebidos mais facilmente quando existe um ambiente de diálogo e confiança. Dessa forma, a escuta torna-se uma importante ferramenta de prevenção e promoção da saúde mental no contexto educacional (Wolff, 2024; Manfredo, 2025).

A escuta ativa também favorece a construção de relações mais respeitadas entre professores e estudantes. Ao demonstrar interesse genuíno pelas experiências dos alunos, os educadores fortalecem vínculos afetivos que contribuem para a criação de um ambiente emocionalmente seguro. Essa segurança favorece a participação nas atividades escolares, reduz sentimentos de isolamento e amplia as possibilidades de desenvolvimento acadêmico e pessoal (Santos *et al.*, 2025; Teixeira; Pereira, 2025). As contribuições da escuta ativa estendem-se ainda à promoção da inclusão escolar. Estudantes que pertencem a grupos historicamente marginalizados ou que enfrentam diferentes formas de vulnerabilidade encontram na escuta uma oportunidade de expressão e reconhecimento. Quando suas vozes são valorizadas, ampliam-se as possibilidades de participação e fortalecem-se os princípios de equidade e justiça social dentro da escola (Ribeiro *et al.*, 2025; Ferreira *et al.*, 2025).

A perspectiva da escuta ativa também dialoga com concepções pedagógicas humanizadoras que compreendem a educação como um processo de encontro entre sujeitos. Nessa visão, ensinar não significa apenas transmitir conteúdos, mas estabelecer

relações capazes de promover crescimento mútuo, respeito e reconhecimento. A escuta torna-se, assim, um instrumento fundamental para a construção de práticas educativas centradas no diálogo e na valorização das experiências humanas (Santos *et al.*, 2025; Ortis, 2025). Entretanto, desenvolver uma cultura de escuta exige intencionalidade e compromisso institucional. Em contextos marcados por excesso de demandas, grandes turmas e limitações estruturais, muitas vezes os espaços de diálogo tornam-se reduzidos. Por isso, é necessário que a escola reconheça a escuta como parte integrante de sua missão educativa, criando condições para que estudantes e profissionais possam estabelecer relações mais próximas, respeitadas e significativas (Pinto *et al.*, 2025; Sampaio; Gomes, 2023).

Assim, torna-se evidente que a escuta ativa representa muito mais do que uma técnica de comunicação. Ela constitui uma prática educativa fundamental para a construção de relações de confiança, para a promoção da inclusão e para o fortalecimento da saúde mental no ambiente escolar. Ao valorizar a voz dos estudantes e reconhecer suas experiências, a escola amplia sua capacidade de promover aprendizagens significativas e de contribuir para o desenvolvimento integral dos sujeitos que dela participam (Oliveira *et al.*, 2018; Bezerra *et al.*, 2025; Monteiro).

3. Acolhimento escolar e construção de vínculos afetivos

O acolhimento constitui uma das práticas mais importantes para a construção de ambientes escolares saudáveis, inclusivos e emocionalmente seguros. Mais do que um ato de recepção, acolher significa reconhecer cada estudante em sua singularidade, respeitando suas histórias, emoções, dificuldades e potencialidades. No contexto educacional, essa postura favorece a criação de relações baseadas na confiança, no respeito e no pertencimento, elementos essenciais para o desenvolvimento integral e para a promoção da saúde mental (Salas, 2021; Silva *et al.*, 2021).

A chegada à escola representa um momento de grande significado na vida de crianças e adolescentes. Seja no ingresso à educação infantil, na transição entre etapas de ensino ou na adaptação a uma nova instituição, os estudantes enfrentam mudanças que podem gerar insegurança, ansiedade e expectativas diversas. Nesse contexto, práticas de acolhimento contribuem para reduzir tensões emocionais e favorecer processos de adaptação mais tranquilos e positivos (Focesi; Presser; Heck, 2020; Silva *et al.*, 2021). A

literatura destaca que o sentimento de pertencimento está diretamente relacionado ao bem-estar emocional dos estudantes. Quando os alunos percebem que são aceitos, respeitados e valorizados pela comunidade escolar, desenvolvem maior confiança em suas capacidades e estabelecem vínculos mais sólidos com a escola. Esse pertencimento fortalece o engajamento acadêmico, reduz comportamentos de evasão e amplia as possibilidades de desenvolvimento pessoal e social (Salas, 2021; Mora *et al.*, 2026).

Os vínculos afetivos construídos no ambiente escolar desempenham papel fundamental na aprendizagem e na saúde mental. Relações positivas entre estudantes, professores e demais profissionais da educação criam uma rede de apoio que favorece o enfrentamento das dificuldades e o fortalecimento da autoestima. A presença de adultos disponíveis para acolher, orientar e apoiar os estudantes contribui para a construção de um ambiente emocionalmente protetor e promotor de desenvolvimento humano (Santos *et al.*, 2025; Teixeira; Pereira, 2025). O acolhimento também está diretamente relacionado à escuta das necessidades dos estudantes. Muitas vezes, comportamentos considerados inadequados ou dificuldades de aprendizagem podem estar associados a situações de sofrimento emocional, insegurança ou vulnerabilidade social. Ao adotar uma postura acolhedora, a escola amplia sua capacidade de compreender essas demandas e de construir respostas mais adequadas às necessidades apresentadas pelos alunos (Manfredo, 2025; Ramos; Sousa, 2025).

Outro aspecto importante refere-se ao acolhimento da diversidade presente no espaço escolar. Estudantes possuem diferentes origens culturais, condições socioeconômicas, identidades, formas de aprender e experiências de vida. Reconhecer e valorizar essa pluralidade contribui para a construção de ambientes mais inclusivos e respeitosos, nos quais todos se sintam representados e pertencentes à comunidade educativa (Ferreira *et al.*, 2025; Ribeiro *et al.*, 2025). As pesquisas também apontam que práticas de acolhimento favorecem a prevenção de conflitos e situações de exclusão. Ambientes escolares que valorizam o respeito, a empatia e o diálogo tendem a apresentar relações interpessoais mais positivas e menores índices de violência ou discriminação. Dessa forma, o acolhimento não beneficia apenas indivíduos específicos, mas fortalece a qualidade das relações estabelecidas em toda a comunidade escolar (Monteiro; Quixadá, 2023; Santos; Quixadá, 2023).

A construção de vínculos afetivos exige continuidade e intencionalidade. Não se trata apenas de realizar atividades de recepção em momentos específicos, mas de

desenvolver práticas permanentes que demonstrem cuidado e atenção às necessidades dos estudantes. Pequenos gestos cotidianos, como cumprimentar os alunos, demonstrar interesse por suas experiências e valorizar suas conquistas, contribuem significativamente para fortalecer esses vínculos (Salas, 2021; Ortis, 2025). A participação da equipe escolar nesse processo é indispensável. Professores, gestores, orientadores e demais profissionais compartilham a responsabilidade de construir um ambiente acolhedor e favorável ao desenvolvimento humano. Quando o acolhimento é compreendido como valor institucional, ele passa a orientar as relações, as decisões e as práticas educativas desenvolvidas pela escola (Sampaio; Gomes, 2023; Pinto *et al.*, 2025).

Diante dessas reflexões, torna-se evidente que o acolhimento escolar representa uma estratégia essencial para a promoção da saúde mental e para a construção de vínculos afetivos significativos. Ao criar ambientes baseados no respeito, na empatia e na valorização das experiências individuais, a escola fortalece o sentimento de pertencimento e amplia sua capacidade de contribuir para o desenvolvimento integral dos estudantes. Assim, acolher significa reconhecer o outro como sujeito de direitos, de emoções e de potencialidades, reafirmando o compromisso da educação com a formação humana e com o cuidado coletivo (Focesi; Presser; Heck, 2020; Silva *et al.*, 2021; Santos *et al.*, 2025).

4. Escuta, empatia e inclusão na promoção da saúde mental

A promoção da saúde mental no ambiente escolar está diretamente relacionada à qualidade das relações humanas construídas no cotidiano educativo. Nesse contexto, a escuta ativa e a empatia assumem papel fundamental na criação de ambientes capazes de acolher as diferenças, fortalecer vínculos e promover o desenvolvimento integral dos estudantes (Monteiro; Quixadá, 2023; Santos; Quixadá, 2023). A empatia pode ser compreendida como a capacidade de compreender os sentimentos, perspectivas e necessidades do outro, respeitando sua individualidade e reconhecendo a legitimidade de suas experiências. No contexto escolar, essa competência favorece relações mais respeitadas entre estudantes, professores e demais profissionais da educação, contribuindo para a construção de uma cultura baseada na solidariedade, no diálogo e na cooperação. A escuta ativa constitui um dos principais caminhos para o desenvolvimento

da empatia, pois possibilita conhecer as realidades e os desafios enfrentados pelos diferentes sujeitos presentes na escola (Ferreira *et al.*, 2025; Santos *et al.*, 2025).

A literatura destaca que estudantes que se sentem ouvidos e compreendidos apresentam maiores níveis de autoestima, segurança emocional e engajamento escolar. A possibilidade de expressar sentimentos, compartilhar dificuldades e participar das decisões relacionadas à vida escolar fortalece o sentimento de pertencimento e reduz experiências de isolamento ou invisibilidade. Esses fatores são particularmente importantes para a promoção da saúde mental e para a prevenção do sofrimento emocional (Bezerra *et al.*, 2025; Mora *et al.*, 2026).

A inclusão escolar também depende da capacidade de escutar as diferentes vozes que compõem a comunidade educativa. Crianças e adolescentes pertencentes a grupos historicamente marginalizados frequentemente enfrentam desafios relacionados ao preconceito, à exclusão e à falta de representatividade. Quando a escola cria espaços de diálogo e valoriza essas narrativas, fortalece práticas mais democráticas e amplia as possibilidades de participação e reconhecimento social (Ribeiro *et al.*, 2025; Gonçalves; Tymoshchuk; Martins, 2025). No contexto da educação inclusiva, a escuta assume importância ainda maior. Estudantes com deficiência, transtornos do desenvolvimento ou outras necessidades específicas frequentemente possuem experiências e demandas que exigem atenção diferenciada por parte dos profissionais da educação. Escutar esses estudantes significa reconhecer suas potencialidades, compreender suas necessidades e construir estratégias pedagógicas mais adequadas às suas formas de aprender e participar da vida escolar (Gonçalves; Tymoshchuk; Martins, 2025; Ferreira *et al.*, 2025).

As práticas de escuta e empatia também contribuem para a prevenção de situações de sofrimento psicológico. Muitos estudantes enfrentam desafios relacionados à ansiedade, tristeza, conflitos familiares, discriminação ou dificuldades de relacionamento. Quando encontram na escola adultos dispostos a ouvi-los sem julgamentos, ampliam-se as possibilidades de acolhimento e de encaminhamento adequado para as situações que exigem maior atenção. Dessa forma, a escuta torna-se uma importante estratégia de proteção emocional (Manfredo, 2025; Ramos; Sousa, 2025). Outro aspecto relevante refere-se ao fortalecimento das relações entre os próprios estudantes. Ambientes que estimulam a empatia e o respeito às diferenças tendem a apresentar menores índices de conflitos, bullying e exclusão social. Ao aprenderem a ouvir e compreender os colegas, os estudantes desenvolvem habilidades importantes para a convivência democrática e para

a construção de relações mais saudáveis dentro e fora da escola (Monteiro; Quixadá, 2023; Santos; Quixadá, 2023).

A valorização da diversidade cultural, étnica e social também encontra na escuta um importante instrumento de transformação. Ouvir histórias, experiências e perspectivas diversas contribui para ampliar a compreensão sobre a realidade social e fortalecer atitudes de respeito e valorização das diferenças. Nesse sentido, a escuta ativa atua como ferramenta de combate aos preconceitos e de promoção da equidade educacional (Ribeiro *et al.*, 2025; Santos *et al.*, 2025). As experiências relatadas na literatura demonstram que projetos voltados à escuta acolhedora e ao fortalecimento da empatia produzem impactos positivos sobre o clima escolar e sobre a saúde mental dos estudantes. Iniciativas que promovem rodas de conversa, espaços de expressão e participação estudantil favorecem o desenvolvimento de sentimentos de confiança, pertencimento e reconhecimento, fortalecendo os fatores de proteção relacionados ao bem-estar emocional (Mora *et al.*, 2026; Ramos; Sousa, 2025).

Diante dessas reflexões, torna-se evidente que escuta, empatia e inclusão constituem dimensões inseparáveis da promoção da saúde mental na escola (Ferreira *et al.*, 2025). Ao reconhecer a importância das diferentes vozes presentes no ambiente educativo e criar espaços para sua expressão, a escola fortalece sua capacidade de acolher, incluir e promover o desenvolvimento integral dos estudantes. Assim, a escuta ativa deixa de ser apenas uma habilidade comunicativa e passa a representar um compromisso ético com a valorização da diversidade, do respeito e da dignidade humana (Gonçalves; Tymoshchuk; Martins, 2025; Santos *et al.*, 2025).

5. O papel dos professores e da equipe escolar na cultura da escuta

A construção de uma cultura de escuta no ambiente escolar não depende exclusivamente de ações isoladas ou da iniciativa individual de determinados profissionais. Trata-se de um compromisso coletivo que envolve professores, gestores, orientadores educacionais, equipes pedagógicas e demais membros da comunidade escolar. Quando a escuta é incorporada como princípio institucional, transforma-se em uma prática cotidiana capaz de fortalecer vínculos, promover inclusão e favorecer a saúde mental dos estudantes (Sampaio; Gomes, 2023; Scarsanella, 2026).

Os professores ocupam posição estratégica nesse processo por estarem em contato direto e contínuo com os estudantes. A convivência diária permite que percebam mudanças comportamentais, dificuldades emocionais, necessidades de apoio e potencialidades que muitas vezes passam despercebidas em outros contextos (Bezerra *et al.*, 2025; Teixeira; Pereira, 2025). A literatura destaca que a relação pedagógica baseada no diálogo favorece a construção de vínculos de confiança entre professores e alunos. Quando os estudantes percebem abertura para expressar sentimentos, opiniões e preocupações, desenvolvem maior segurança para participar das atividades escolares e buscar apoio diante das dificuldades. Esse vínculo fortalece o sentimento de pertencimento e contribui para a criação de ambientes mais acolhedores e emocionalmente seguros (Santos *et al.*, 2025; Monteiro; Quixadá, 2023).

A escuta docente também desempenha papel importante na identificação precoce de situações de sofrimento emocional. Ansiedade, tristeza persistente, isolamento social, dificuldades de relacionamento e alterações no comportamento podem ser percebidos mais facilmente quando existe uma relação próxima e baseada na confiança. Dessa forma, o professor atua como importante agente de proteção, contribuindo para o encaminhamento adequado dos estudantes que necessitam de apoio especializado (Wolff, 2024; Manfredo, 2025). Entretanto, a responsabilidade pelo acolhimento não deve recair exclusivamente sobre os professores. A equipe pedagógica e os profissionais da orientação educacional desempenham funções essenciais na construção de espaços de escuta e acompanhamento. Esses profissionais podem desenvolver ações específicas voltadas ao acolhimento, à mediação de conflitos e ao fortalecimento das relações interpessoais, ampliando as possibilidades de cuidado dentro da instituição escolar (Ortis, 2025; Scarsanella, 2026).

A orientação educacional, em particular, possui importante papel na articulação entre estudantes, famílias e escola. Por meio de práticas de escuta afetiva e acompanhamento individualizado, os orientadores contribuem para compreender as necessidades dos alunos e para construir estratégias que favoreçam seu desenvolvimento acadêmico e emocional. Essa atuação fortalece as redes de apoio e amplia a capacidade da escola de responder às diferentes demandas presentes em seu cotidiano (Ortis, 2025; Scarsanella, 2026). Os gestores escolares também possuem responsabilidade significativa na consolidação de uma cultura de escuta. Cabe a eles criar condições institucionais que favoreçam o diálogo, a participação e o acolhimento, além de promover ações formativas

voltadas ao desenvolvimento dessas competências entre os profissionais da educação. Uma gestão comprometida com a escuta contribui para fortalecer a confiança institucional e para consolidar práticas mais democráticas e participativas (Pinto *et al.*, 2025; Sampaio; Gomes, 2023).

Outro aspecto importante refere-se à necessidade de formação continuada dos profissionais da educação. Escutar de forma ativa e acolhedora exige habilidades que podem ser desenvolvidas e aperfeiçoadas ao longo da trajetória profissional. Capacitações relacionadas à comunicação empática, mediação de conflitos, saúde mental e relações interpessoais fortalecem a capacidade dos educadores de atuar diante das complexas demandas emocionais presentes na escola contemporânea (Bezerra *et al.*, 2025; Ferreira *et al.*, 2025). A construção de uma cultura da escuta também requer que os próprios profissionais encontrem espaços para serem ouvidos. Professores e demais trabalhadores da educação enfrentam desafios significativos relacionados à sobrecarga de trabalho, pressões institucionais e demandas emocionais crescentes. Ambientes que valorizam a escuta entre os próprios profissionais favorecem o fortalecimento das equipes e contribuem para a promoção do bem-estar coletivo (Wolff, 2024; Teixeira; Pereira, 2025).

As experiências descritas na literatura demonstram que escolas que investem em práticas de escuta institucionalizada apresentam melhorias no clima escolar, fortalecimento dos vínculos interpessoais e maior participação estudantil. Esses resultados evidenciam que a escuta não deve ser compreendida apenas como uma habilidade individual, mas como um valor organizacional capaz de transformar as relações educativas e fortalecer a promoção da saúde mental (Mora *et al.*, 2026; Sampaio; Gomes, 2023). Assim, torna-se evidente que professores, gestores, orientadores e demais profissionais da educação são protagonistas na construção de uma cultura escolar baseada na escuta e no acolhimento. Ao reconhecer a importância das relações humanas e da valorização das experiências dos estudantes, a escola fortalece sua capacidade de promover inclusão, bem-estar emocional e desenvolvimento integral. Assim, a escuta ativa transforma-se em uma prática educativa essencial para a construção de ambientes mais humanos, democráticos e comprometidos com o cuidado coletivo (Santos *et al.*, 2025; Scarsanella, 2026).

6. Estratégias de escuta ativa e acolhimento para a construção de uma escola humanizada

A construção de uma escola humanizada exige mais do que boas intenções ou discursos voltados ao cuidado. É necessário desenvolver práticas concretas que favoreçam o diálogo, a participação e o acolhimento dos estudantes em suas múltiplas dimensões. Nesse contexto, a escuta ativa assume papel central como estratégia capaz de fortalecer vínculos, promover inclusão e contribuir para a saúde mental da comunidade escolar. Quando incorporada ao cotidiano educativo, a escuta transforma a escola em um espaço onde os sujeitos são reconhecidos, valorizados e respeitados em suas singularidades (Bezerra *et al.*, 2025; Ferreira *et al.*, 2025).

Entre as estratégias mais utilizadas para promover a escuta ativa destacam-se as rodas de conversa. Esses espaços possibilitam que os estudantes compartilhem experiências, expressem sentimentos e reflitam coletivamente sobre temas relacionados à convivência, ao bem-estar e aos desafios do cotidiano (Mora *et al.*, 2026; Ramos; Sousa, 2025). As práticas de escuta acolhedora também podem ocorrer em atendimentos individuais realizados por professores, orientadores educacionais ou outros profissionais da instituição. Esses momentos permitem compreender necessidades específicas dos estudantes, identificar situações de vulnerabilidade e construir estratégias de apoio mais adequadas às demandas apresentadas. A disponibilidade para ouvir sem julgamentos fortalece a confiança e amplia as possibilidades de intervenção preventiva diante de dificuldades emocionais (Ortis, 2025; Scarsanella, 2026).

Outra estratégia relevante consiste na criação de espaços permanentes de expressão estudantil. Assembleias de classe, grêmios estudantis, fóruns de discussão e canais institucionais de participação oferecem oportunidades para que os estudantes contribuam com ideias, apresentem demandas e participem ativamente da construção da vida escolar. Essas iniciativas fortalecem a autonomia, o protagonismo juvenil e o sentimento de valorização, aspectos fundamentais para o desenvolvimento emocional saudável (Gonçalves; Tymoshchuk; Martins, 2025; Nunes, 2023). A utilização de narrativas e produções autorais também tem se mostrado uma ferramenta importante para promover a escuta e o acolhimento. Atividades que envolvem relatos de experiências, produções textuais, desenhos, dramatizações e outras formas de expressão permitem que os estudantes comuniquem sentimentos e percepções que muitas vezes não conseguem

verbalizar diretamente. Essas práticas favorecem o autoconhecimento e ampliam as possibilidades de diálogo entre educadores e alunos (Focesi; Presser; Heck, 2020; Ribeiro *et al.*, 2025).

As experiências relatadas na literatura demonstram ainda a importância dos projetos voltados à saúde mental e ao cuidado emocional. Iniciativas que promovem espaços de fala, acolhimento psicológico, orientação educacional e fortalecimento das redes de apoio contribuem para a prevenção do sofrimento psíquico e para a construção de ambientes mais seguros emocionalmente (Manfredo, 2025; Ramos; Sousa, 2025). Outro elemento fundamental refere-se à valorização da escuta nas situações de conflito. Em vez de adotar exclusivamente medidas punitivas, escolas comprometidas com a humanização buscam compreender as causas dos comportamentos apresentados pelos estudantes e promover o diálogo como estratégia de resolução de problemas. Essa abordagem favorece a responsabilização, fortalece a empatia e contribui para a construção de relações mais saudáveis entre os membros da comunidade escolar (Monteiro; Quixadá, 2023; Santos; Quixadá, 2023).

A construção de uma escola humanizada também depende da formação dos profissionais da educação para o desenvolvimento de competências relacionadas à comunicação empática e à escuta sensível. Educadores preparados para acolher as demandas emocionais dos estudantes conseguem estabelecer relações mais significativas e responder de forma mais adequada às complexidades presentes no cotidiano escolar (Bezerra *et al.*, 2025; Ferreira *et al.*, 2025). A participação das famílias representa outro aspecto relevante nesse processo. Quando escola e família estabelecem canais de diálogo e colaboração, ampliam-se as possibilidades de compreensão das necessidades dos estudantes e fortalecem-se as redes de apoio disponíveis para seu desenvolvimento. A escuta ativa, nesse sentido, deve envolver não apenas os alunos, mas todos os sujeitos que participam da comunidade educativa (Pinto *et al.*, 2025; Sampaio; Gomes, 2023).

Além disso, a humanização da escola requer que a escuta seja compreendida como prática cotidiana e não apenas como ação pontual. Pequenos gestos, como acolher dúvidas, demonstrar interesse pelas experiências dos estudantes e criar oportunidades de participação, contribuem para fortalecer vínculos e consolidar uma cultura institucional baseada no respeito e no cuidado mútuo (Salas, 2021; Teixeira; Pereira, 2025). Portanto, torna-se evidente que as estratégias de escuta ativa e acolhimento representam ferramentas essenciais para a construção de uma escola mais humana,

inclusiva e promotora de saúde mental. Ao criar espaços de diálogo, participação e reconhecimento das singularidades, a instituição escolar fortalece sua função social e amplia sua capacidade de contribuir para o desenvolvimento integral dos estudantes. Assim, a escuta transforma-se em um ato pedagógico de cuidado, respeito e valorização da dignidade humana, constituindo um dos pilares de uma educação comprometida com o bem-estar e a formação cidadã (Mora *et al.*, 2026; Santos *et al.*, 2025; Wolff, 2024).

7. Considerações Finais

A escuta ativa e o acolhimento constituem elementos essenciais para a construção de ambientes escolares mais humanos, inclusivos e promotores de saúde mental. Ao longo deste capítulo, evidenciou-se que ouvir os estudantes de forma atenta, respeitosa e empática ultrapassa a dimensão da comunicação, configurando-se como uma prática educativa capaz de fortalecer vínculos, favorecer a aprendizagem e promover o desenvolvimento integral. Em uma sociedade marcada por desafios emocionais crescentes, a valorização da escuta torna-se uma estratégia indispensável para que a escola cumpra sua função social e formativa.

As discussões realizadas demonstraram que a escuta ativa favorece a construção de relações pedagógicas baseadas na confiança, no diálogo e no reconhecimento das singularidades dos estudantes. Quando os alunos percebem que suas vozes são valorizadas, desenvolvem maior sentimento de pertencimento, autoestima e engajamento com a vida escolar. Esse reconhecimento fortalece a participação estudantil e amplia as possibilidades de construção de experiências educativas mais significativas e transformadoras.

Também foi possível compreender que o acolhimento representa uma dimensão fundamental da promoção do bem-estar emocional. Ambientes escolares que valorizam o cuidado, a empatia e a segurança afetiva favorecem processos de adaptação, fortalecem vínculos interpessoais e contribuem para a prevenção do sofrimento psíquico. Nesse sentido, acolher significa reconhecer os estudantes em sua integralidade, respeitando suas histórias, necessidades e potencialidades.

Outro aspecto relevante refere-se ao papel dos professores, orientadores educacionais, gestores e demais profissionais da educação na consolidação de uma cultura da escuta. A construção de espaços de diálogo exige compromisso institucional, formação

continuada e disposição para reconhecer a dimensão humana presente nos processos educativos. Quando a escuta é incorporada como valor organizacional, fortalece-se a capacidade da escola de responder aos desafios relacionados à inclusão, à convivência e à saúde mental.

As estratégias apresentadas ao longo do capítulo evidenciaram que a escuta ativa pode ser desenvolvida por meio de diferentes práticas, como rodas de conversa, espaços de expressão estudantil, projetos de acolhimento e ações voltadas à promoção da saúde mental. Essas iniciativas contribuem para fortalecer o protagonismo dos estudantes, ampliar as redes de apoio e consolidar ambientes escolares mais democráticos e acolhedores. Além disso, demonstram que a escuta não deve ser compreendida como ação pontual, mas como prática permanente integrada ao cotidiano educativo.

Assim, conclui-se que a escuta ativa e o acolhimento representam pilares fundamentais para uma educação comprometida com o desenvolvimento humano. Ao promover o diálogo, reconhecer a diversidade de experiências e valorizar a dignidade dos sujeitos, a escola fortalece sua capacidade de formar cidadãos mais conscientes, empáticos e preparados para conviver em sociedade. Assim, construir espaços de escuta significa construir espaços de cuidado, pertencimento e transformação, reafirmando o compromisso da educação com a promoção da saúde mental e do bem-estar coletivo.

REFERÊNCIAS

- BEZERRA, T. N. et al. Aprender a ouvir: o desenvolvimento da escuta ativa nas práticas pedagógicas da Educação Básica. **ARACÊ**, v. 7, n. 8, p. e7004, 2025.
- FERREIRA, F. R. S. et al. Educar Com Os Pés No Chão E O Coração Aberto: A Escuta Sensível Como Prática Inclusiva No Cotidiano Escolar. **REMUNOM**, v. 11, n. 1, p. 1-12, 2025.
- FOCESI, L. V.; PRESSER, M.; HECK, V. Z. Mini-histórias no processo de adaptação e acolhimento: narrativas de escuta, acolhida e reflexão. **Saberes em Foco. Revista da SMED NH, Novo Hamburgo**, v. 3, n. 1, 2020.
- GONÇALVES, S. M.; TYMOSHCHUK, O.; MARTINS, I. C. Escuta Ativa Da Voz Dos Alunos: Um Caminho Para A Inclusão E Inovação Pedagógica¹. **Revista Brasileira de Educação Especial**, v. 31, p. e0329, 2025.
- GUEDES, J. R.; MOREIRA, L. C. de M. A Escuta No Processo De Triagem: Estágio Em Uma Clínica-Escola De Psicologia. **Psique-Relatos Acadêmicos**, v. 4, n. 5, 2024.
- MANFREDO, Y. C. F. A Importância Da Saúde Mental Na Educação Infantojuvenil: Conhecendo O Projeto Escola Escuta. **Revista Mentalis**, v. 1, n. 1, p. 1-37, 2025.
- MONTEIRO, C. M. F. dos S.; QUIXADÁ, L. M. Reflexões sobre a empatia e a escuta ativa no contexto escolar. **Práticas Educativas, Memórias e Oralidades-Rev. Pemo**, v. 5, p. e11420, 2023.
- MORA, G. G. et al. 'Rede Pode Falar': escuta acolhedora e produção de sentidos de adolescentes na relação com a escola. **Saúde em Debate**, v. 50, p. e10774, 2026.
- NUNES, É. Z. Sistema Educacional E A Alternativa Da Escuta Ativa: Município De Cariacica-ES. **Cadernos da Pedagogia**, v. 17, n. 37, 2023.
- OLIVEIRA, M. J. S. et al. A escuta ativa como estratégia de humanização da assistência em saúde. **Saúde e Desenvolvimento Humano**, v. 6, n. 2, p. 33-38, 2018.
- ORTIS, M. L. B. A Escuta Afetiva Como Prática Transformadora Da Orientação Educacional Na Aprendizagem Dos Estudantes Da Educação Básica. **Aurum Revista Multidisciplinar**, v. 1, n. 8, p. 220-232, 2025.
- PINTO, J. C. et al. Desafios da gestão escolar em contextos de vulnerabilidade social. **Rebena-Revista Brasileira de Ensino e Aprendizagem**, v. 11, p. 315-323, 2025.
- RAMOS, R. A.; SOUSA, L. C. B. Escuta Acolhedora Como Estratégia De Promoção Da Saúde Mental De Adolescentes Em Um Colégio Público No Semiárido Baiano: Um Relato De Experiência. **Revista Interfaces: Saúde, Humanas e Tecnologia**, v. 13, n. 2, p. 5486-5498, 2025.

RIBEIRO, E. T. et al. A Escola Como Espaço De Escuta E Acolhimento De Narrativas Negras. **Aurum Editora**, p. 92-103, 2025.

ROCHA, I. S.; HUEB, M. F. D.; SCORSOLINI-COMIN, F. A vida (in) dizível: a escuta ativa de crianças em acolhimento institucional. **Contextos Clínicos**, v. 13, n. 1, p. 125-151, 2020.

ROCHA, I. S.; HUEB, M. F. D.; SCORSOLINI-COMIN, F. Emprestar os ouvidos: a escuta da criança em acolhimento institucional. **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 25, n. 4, p. 424-435, 2020.

SALAS, P. Acolhimento: como fortalecer os vínculos e motivar os alunos a enfrentar os desafios impostos pela pandemia. **Revista Nova Escola**, 2021.

SAMPAIO, A. P. D. dos S.; GOMES, D. de A. Escuta Ativa E Cultura Colaborativa Em Uma Escola Estadual Do Espírito Santo: Ações De Acolhimento. **Cadernos da Pedagogia**, v. 17, n. 37, 2023.

SANTOS, A. N. S. et al. Por uma “Pedagogia do Encontro” –vínculo, escuta, afeto e reconhecimento na relação professor-aluno na formação humanizada a partir das contribuições teóricas de Paulo Freire, bell hooks e Haim Ginott. **ARACÊ**, v. 7, n. 5, p. 21416-21459, 2025.

SANTOS, C. M. F.; QUIXADÁ, L. M. Reflexões sobre a empatia e a escuta ativa no contexto escolar. **Práticas Educativas, Memórias e Oralidades**, v. 5, n. 1, p. 1-17, 2023.

SCARSANELLA, A. Escuta Ativa Na Orientação Escolar: Práticas E Potencialtransformador Na Educação Básica. **International Integralize Scientific**, v. 6, n. 56, 2026.

SILVA, V. M. et al. A importância do acolhimento e escuta na educação infantil. **Revista Primeira Evolução**, v. 1, n. 22, p. 79-83, 2021.

TEIXEIRA, A. Z. A.; PEREIRA, W. F. A. Entre o ensino e o acolhimento: desafios e possibilidades da prática docente no século XXI. **Revista Delos**, v. 18, n. 71, p. e6645, 2025.

WOLFF, J. W. Construindo Espaços De Escuta: A Saúde Mental Na Prática Docente. **Fórum da Rede Municipal de Ensino**, v. 7, n. 1, 2024.

INCLUSÃO ESCOLAR E SAÚDE MENTAL: DESAFIOS E ESTRATÉGIAS

Antônio Veimar da Silva

Larisa Fernanda Nunes da Conceição

Carla Michelle da Silva

1. Introdução

A inclusão escolar tem se consolidado como um dos principais desafios e compromissos da educação contemporânea. Mais do que garantir o acesso dos estudantes aos espaços escolares, a inclusão pressupõe a construção de condições que favoreçam a participação, a aprendizagem e o desenvolvimento integral de todos os sujeitos, respeitando suas singularidades e necessidades. Nesse contexto, a saúde mental emerge como uma dimensão fundamental para a efetivação de práticas educacionais inclusivas, uma vez que influencia diretamente o bem-estar, a aprendizagem e as relações estabelecidas no ambiente escolar (Rabelo *et al.*, 2024; Pedrosa *et al.*, 2026).

As discussões sobre inclusão escolar têm ampliado sua abrangência ao longo das últimas décadas. Inicialmente centradas no acesso de estudantes com deficiência ao ensino regular, passaram a incorporar reflexões relacionadas às múltiplas formas de diversidade presentes nas escolas. Essa ampliação inclui aspectos ligados às condições emocionais, aos transtornos do neurodesenvolvimento, às vulnerabilidades sociais e às diferentes necessidades de apoio que podem interferir na trajetória escolar dos estudantes (Castro, 2026; Gauy, 2016). A literatura evidencia que dificuldades

relacionadas à saúde mental podem impactar significativamente o processo de aprendizagem. Questões como ansiedade, depressão, sofrimento emocional, transtornos comportamentais e dificuldades de adaptação escolar podem comprometer a participação dos estudantes e dificultar a construção de experiências educativas positivas (Souza *et al.*, 2026; Couto; Duarte; Delgado, 2008).

No caso de estudantes com necessidades educacionais específicas, os desafios tornam-se ainda mais complexos. Crianças e adolescentes com Transtorno do Espectro Autista (TEA), Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) e outras condições frequentemente enfrentam barreiras pedagógicas, sociais e atitudinais que dificultam sua plena participação na vida escolar. Tais obstáculos evidenciam a importância de práticas educativas capazes de reconhecer as diferenças e promover condições adequadas para o desenvolvimento de todos os estudantes (Hettwer; Noskoski; Campiol, 2024; Silva *et al.*, 2025).

A promoção da saúde mental no contexto inclusivo exige que a escola seja compreendida como um espaço de cuidado, acolhimento e construção de vínculos. Mais do que adaptar conteúdo ou metodologias, é necessário desenvolver uma cultura institucional que valorize o respeito às diferenças, fortaleça o sentimento de pertencimento e favoreça a participação ativa dos estudantes (Castro; Lelis, 2025; Oliveira *et al.*, 2024). Outro aspecto relevante refere-se à necessidade de formação continuada dos profissionais da educação. A construção de práticas inclusivas e promotoras de saúde mental requer conhecimentos específicos sobre desenvolvimento humano, estratégias pedagógicas diferenciadas e formas de acolhimento das demandas emocionais presentes no cotidiano escolar. Nesse sentido, a formação docente representa um elemento estratégico para a consolidação de processos inclusivos mais efetivos (Barbosa, 2024; Lins; Squassoni; Matsukura, 2023).

A literatura também aponta a importância das ações intersetoriais na promoção da inclusão e da saúde mental. A articulação entre escola, família, serviços de saúde e assistência social amplia as possibilidades de acompanhamento dos estudantes e fortalece as redes de apoio necessárias para enfrentar situações de vulnerabilidade. Essa integração favorece abordagens mais abrangentes e alinhadas às necessidades reais dos sujeitos atendidos (Souza; Amarante; Abrahão, 2019; Oliveira *et al.*, 2024). Além disso, diferentes políticas públicas têm buscado fortalecer a presença da saúde mental nas discussões educacionais. Apesar dos avanços observados nos últimos anos, persistem

desafios relacionados à implementação das políticas, à disponibilidade de recursos e à garantia de suporte adequado para estudantes e profissionais da educação. Tais limitações reforçam a necessidade de investimentos contínuos na construção de escolas mais inclusivas e comprometidas com o cuidado integral (Silva *et al.*, 2024; Couto; Delgado, 2015).

A construção de ambientes escolares inclusivos também está diretamente relacionada à promoção do bem-estar emocional e da convivência respeitosa. Quando os estudantes encontram espaços seguros para aprender, expressar suas emoções e desenvolver suas potencialidades, ampliam-se as oportunidades de participação e fortalecem-se os fatores de proteção relacionados à saúde mental. Assim, inclusão e cuidado emocional tornam-se dimensões inseparáveis da educação de qualidade (Lemos *et al.*, 2025; Teixeira *et al.*, 2026). Assim, este capítulo tem como objetivo discutir as relações entre inclusão escolar e saúde mental, analisando os principais desafios enfrentados pelas instituições de ensino e apresentando estratégias capazes de favorecer ambientes mais acolhedores, inclusivos e promotores do desenvolvimento integral dos estudantes.

2. Inclusão escolar e saúde mental: conceitos, fundamentos e interfaces

A inclusão escolar representa um dos princípios fundamentais da educação contemporânea, estando baseada no reconhecimento do direito de todos os estudantes à participação plena nos processos educativos. Diferentemente de perspectivas que limitavam a inclusão apenas ao acesso físico à escola, as concepções atuais compreendem que incluir significa criar condições efetivas para que todos possam aprender, conviver, desenvolver suas potencialidades e exercer sua cidadania. Nesse contexto, a saúde mental surge como uma dimensão indispensável para a concretização de práticas educacionais verdadeiramente inclusivas (Rabelo *et al.*, 2024; Castro, 2026).

A relação entre inclusão escolar e saúde mental fundamenta-se na compreensão de que os processos de aprendizagem e desenvolvimento humano são influenciados por fatores emocionais, sociais, culturais e cognitivos. Estudantes que enfrentam dificuldades relacionadas ao sofrimento psíquico, transtornos emocionais ou condições específicas do neurodesenvolvimento frequentemente necessitam de apoio adicional para garantir sua participação plena na vida escolar. Assim, promover inclusão implica também reconhecer

e atender às necessidades relacionadas à saúde mental presentes no cotidiano educacional (Souza *et al.*, 2025).

A perspectiva inclusiva está profundamente vinculada aos princípios dos direitos humanos e da justiça social. Todas as crianças e adolescentes possuem o direito de acessar uma educação de qualidade em ambientes que respeitem suas diferenças e valorizem sua dignidade. Essa compreensão reforça a necessidade de superar práticas discriminatórias e construir espaços educativos comprometidos com a equidade e o respeito à diversidade humana (Castro; Lelis, 2025; Gauy, 2016). A literatura evidencia que a exclusão escolar e a vulnerabilidade emocional frequentemente caminham juntas. Estudantes que vivenciam experiências de preconceito, rejeição ou dificuldades de adaptação podem apresentar maior risco para o desenvolvimento de problemas relacionados à saúde mental. Da mesma forma, dificuldades emocionais podem contribuir para o isolamento social, a queda no rendimento acadêmico e o comprometimento das relações interpessoais. Essa interdependência demonstra a necessidade de abordagens integradas entre inclusão e cuidado emocional (Castro, 2026; Souza *et al.*, 2026).

Ao abordar a saúde mental no contexto da inclusão, é importante compreender que não se trata apenas da ausência de transtornos psicológicos. A saúde mental envolve aspectos relacionados ao bem-estar, à autoestima, à capacidade de estabelecer relações saudáveis e ao desenvolvimento de recursos para lidar com os desafios da vida (Oliveira *et al.*, 2024; Teixeira *et al.*, 2026). Outro aspecto relevante refere-se à necessidade de reconhecer a diversidade das demandas presentes no ambiente escolar. Estudantes com deficiência, transtornos do neurodesenvolvimento, dificuldades emocionais ou experiências de vulnerabilidade social possuem necessidades específicas que exigem respostas diferenciadas. O desafio da inclusão consiste justamente em construir estratégias capazes de atender essa diversidade sem comprometer os princípios de participação, pertencimento e equidade (Rabelo *et al.*, 2024; Pedrosa *et al.*, 2026).

As políticas públicas brasileiras têm avançado na defesa da educação inclusiva e na ampliação das discussões sobre saúde mental infantojuvenil. Entretanto, a implementação dessas políticas ainda enfrenta desafios relacionados à formação profissional, à disponibilidade de recursos e à articulação entre os diferentes setores responsáveis pelo cuidado e pela educação das crianças e adolescentes. Tais limitações evidenciam a necessidade de fortalecer ações intersetoriais que integrem educação, saúde e assistência social (Couto; Delgado, 2015; Silva *et al.*, 2024). A escola ocupa posição estratégica nesse

processo por ser um dos principais espaços de socialização e desenvolvimento humano. É no ambiente escolar que muitas dificuldades emocionais são percebidas pela primeira vez, tornando a instituição um importante cenário para ações de promoção da saúde mental e prevenção de situações de sofrimento. Além disso, a convivência cotidiana oferece oportunidades valiosas para fortalecer habilidades socioemocionais e promover relações mais inclusivas e respeitosas (Oliveira *et al.*, 2024; Lemos *et al.*, 2025).

A construção de práticas inclusivas exige uma mudança de paradigma que substitua visões centradas nas limitações dos estudantes por abordagens que valorizem suas potencialidades. Essa perspectiva reconhece que as dificuldades não estão apenas nos indivíduos, mas também nas barreiras existentes nos ambientes, nas metodologias e nas relações sociais (Barbosa, 2024; Pedrosa *et al.*, 2026). Assim, torna-se evidente que inclusão escolar e saúde mental constituem dimensões profundamente interligadas. Promover uma educação inclusiva significa criar condições para que todos os estudantes possam desenvolver-se em ambientes acolhedores, seguros e emocionalmente saudáveis. Assim, a construção de escolas verdadeiramente inclusivas exige o compromisso permanente com o cuidado, o respeito às diferenças e a valorização da dignidade humana como fundamentos da prática educativa (Castro; Lelis, 2025; Oliveira *et al.*, 2024; Teixeira *et al.*, 2026).

3. Saúde mental e aprendizagem de estudantes com necessidades específicas

A aprendizagem é um processo complexo que envolve fatores cognitivos, emocionais, sociais e ambientais. Nesse contexto, a saúde mental desempenha papel fundamental na forma como os estudantes participam das atividades escolares, estabelecem relações interpessoais e desenvolvem suas capacidades acadêmicas. Para estudantes com necessidades específicas, essa relação torna-se ainda mais significativa, uma vez que desafios relacionados ao desenvolvimento, ao comportamento ou às emoções podem influenciar diretamente suas experiências educacionais e suas oportunidades de participação no ambiente escolar (Souza *et al.*, 2026; Castro, 2026).

A literatura evidencia que condições relacionadas à saúde mental podem impactar diferentes aspectos da aprendizagem. Dificuldades de atenção, regulação emocional, interação social, organização das atividades e adaptação às rotinas escolares podem interferir no desempenho acadêmico e no desenvolvimento de competências essenciais

para a vida escolar. Quando essas necessidades não são reconhecidas ou adequadamente atendidas, aumentam os riscos de fracasso escolar, isolamento social e comprometimento da autoestima dos estudantes (Couto; Duarte; Delgado, 2008; Gauy, 2016).

Entre os grupos que demandam atenção especial encontram-se os estudantes com Transtorno do Espectro Autista (TEA). As características associadas ao autismo podem influenciar aspectos relacionados à comunicação, à interação social, à flexibilidade comportamental e à adaptação a diferentes contextos. Embora cada estudante apresente necessidades particulares, a construção de ambientes estruturados, previsíveis e acolhedores favorece significativamente sua participação e aprendizagem. A inclusão efetiva desses estudantes depende da compreensão de suas especificidades e da implementação de estratégias pedagógicas adequadas às suas necessidades (Hettwer; Noskoski; Campiol, 2024; Rabelo *et al.*, 2024).

Outro grupo frequentemente presente nas discussões sobre inclusão e saúde mental é composto pelos estudantes com Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH). As dificuldades relacionadas à atenção sustentada, ao controle dos impulsos e à organização das tarefas podem gerar desafios significativos no contexto escolar. Muitas vezes, esses estudantes enfrentam interpretações equivocadas de seus comportamentos, o que pode resultar em experiências de frustração, desmotivação e baixa autoestima. Por isso, torna-se fundamental que a escola desenvolva práticas pedagógicas que favoreçam sua participação e valorizem suas potencialidades (Silva *et al.*, 2025; Souza *et al.*, 2026).

Além do TEA e do TDAH, existem estudantes que enfrentam dificuldades emocionais relacionadas à ansiedade, depressão, transtornos comportamentais ou situações de vulnerabilidade social. Essas condições podem afetar a concentração, a motivação e o relacionamento com colegas e professores, comprometendo a aprendizagem e a permanência escolar. Muitas vezes, o sofrimento emocional manifesta-se por meio de mudanças de comportamento, queda no rendimento acadêmico ou dificuldades de interação, exigindo atenção e sensibilidade por parte dos profissionais da educação (Souza *et al.*, 2025; Teixeira *et al.*, 2026).

As barreiras enfrentadas por esses estudantes não estão relacionadas apenas às suas características individuais. Diversos estudos apontam que fatores institucionais, metodológicos e atitudinais também contribuem para a exclusão e para as dificuldades de aprendizagem. Práticas pedagógicas pouco flexíveis, ausência de adaptações curriculares,

preconceitos e falta de preparo profissional podem limitar as oportunidades de participação e desenvolvimento dos estudantes com necessidades específicas (Barbosa, 2024; Pedrosa *et al.*, 2026). Nesse sentido, a promoção da saúde mental no contexto inclusivo exige uma mudança de perspectiva. Em vez de focalizar exclusivamente as dificuldades dos estudantes, torna-se necessário identificar e fortalecer suas potencialidades, criando condições para que possam participar ativamente das experiências escolares. Essa abordagem contribui para o desenvolvimento da autonomia, da autoconfiança e do sentimento de pertencimento, fatores essenciais para o sucesso educacional e para o bem-estar emocional (Fofano *et al.*, 2022; Oliveira *et al.*, 2024).

A formação dos professores representa um elemento estratégico para a efetivação dessas práticas. Educadores que compreendem as relações entre saúde mental e aprendizagem estão mais preparados para identificar necessidades específicas, adaptar metodologias e construir ambientes mais acolhedores. Além disso, a formação continuada favorece o desenvolvimento de competências relacionadas à inclusão, ao acolhimento e à promoção do bem-estar dos estudantes (Lins; Squassoni; Matsukura, 2023; Barbosa, 2024). Outro aspecto relevante refere-se à importância da articulação entre escola, família e serviços de saúde. O acompanhamento integrado possibilita uma compreensão mais ampla das necessidades dos estudantes e favorece a construção de estratégias de intervenção mais adequadas (Souza; Amarante; Abrahão, 2019; Oliveira *et al.*, 2024).

As pesquisas também demonstram que ambientes escolares inclusivos e emocionalmente seguros produzem benefícios para toda a comunidade educativa. Quando as diferenças são respeitadas e valorizadas, fortalecem-se as relações interpessoais, ampliam-se as oportunidades de aprendizagem e reduz-se a ocorrência de situações de exclusão e preconceito. Assim, a inclusão não beneficia apenas os estudantes com necessidades específicas, mas contribui para a construção de uma escola mais democrática e comprometida com o desenvolvimento humano (Castro; Lelis, 2025; Lemos *et al.*, 2025).

Diante dessas reflexões, torna-se evidente que a promoção da saúde mental e da aprendizagem de estudantes com necessidades específicas exige ações integradas, sensíveis e comprometidas com a valorização da diversidade. Reconhecer as diferentes formas de aprender, acolher as singularidades e oferecer os apoios necessários representa um passo fundamental para a construção de uma educação verdadeiramente inclusiva,

capaz de garantir participação, bem-estar e desenvolvimento integral para todos os estudantes (Hettwer; Noskoski; Campiol, 2024; Silva *et al.*, 2025; Pedrosa *et al.*, 2026).

4. Desafios enfrentados pelas escolas na promoção da inclusão e da saúde mental

A construção de ambientes escolares inclusivos e promotores de saúde mental representa um dos maiores desafios da educação contemporânea. Embora os avanços nas políticas públicas e nas discussões acadêmicas tenham ampliado a compreensão sobre a importância desses temas, muitas instituições ainda enfrentam dificuldades para transformar os princípios da inclusão em práticas efetivas. Essas limitações envolvem aspectos estruturais, pedagógicos, culturais e institucionais que influenciam diretamente a qualidade do atendimento oferecido aos estudantes (Castro, 2026; Silva *et al.*, 2024).

Um dos principais desafios refere-se à formação dos profissionais da educação. Muitos professores reconhecem a importância da inclusão e da promoção da saúde mental, porém relatam insegurança diante das demandas presentes no cotidiano escolar. A ausência de formação específica sobre transtornos do neurodesenvolvimento, saúde mental infantojuvenil e estratégias pedagógicas inclusivas pode dificultar a identificação das necessidades dos estudantes e a implementação de práticas adequadas de acompanhamento e apoio (Barbosa, 2024; Lins; Squassoni; Matsukura, 2023). Além da formação docente, as condições estruturais das instituições escolares também influenciam os processos de inclusão. Turmas numerosas, escassez de recursos pedagógicos, limitações de acessibilidade e insuficiência de equipes multiprofissionais podem comprometer a qualidade das ações desenvolvidas (Rabelo *et al.*, 2024; Pedrosa *et al.*, 2026).

Outro desafio importante está relacionado à persistência de preconceitos e estigmas associados às questões de saúde mental e às necessidades educacionais específicas. Apesar dos avanços observados nas últimas décadas, ainda existem concepções equivocadas que associam dificuldades emocionais ou comportamentais à falta de interesse, indisciplina ou incapacidade dos estudantes (Castro; Lelis, 2025; Gauy, 2016). Os estudantes que apresentam sofrimento psíquico frequentemente enfrentam barreiras adicionais em sua trajetória escolar. Muitas vezes, sinais de ansiedade, depressão, isolamento social ou dificuldades emocionais não são reconhecidos precocemente, retardando intervenções que poderiam minimizar impactos sobre a

aprendizagem e o bem-estar. Essa realidade evidencia a necessidade de fortalecer mecanismos de identificação, acolhimento e acompanhamento dentro das instituições de ensino (Souza *et al.*, 2025; Teixeira *et al.*, 2026).

A inclusão de estudantes com Transtorno do Espectro Autista (TEA), TDAH e outras condições também apresenta desafios específicos. A adaptação de metodologias, a flexibilização curricular e a construção de estratégias individualizadas exigem planejamento e conhecimento técnico. Quando esses recursos não estão disponíveis, os estudantes podem encontrar dificuldades para participar plenamente das atividades escolares e desenvolver suas potencialidades (Hettwer; Noskoski; Campiol, 2024; Silva *et al.*, 2025). Outro aspecto frequentemente apontado na literatura refere-se à fragilidade da articulação entre os setores da educação, saúde e assistência social. Embora a inclusão e a saúde mental demandem abordagens integradas, muitas vezes os serviços atuam de forma fragmentada, dificultando o acompanhamento contínuo dos estudantes e a construção de estratégias conjuntas de intervenção (Souza; Amarante; Abrahão, 2019; Oliveira *et al.*, 2024).

As famílias também enfrentam desafios relacionados ao acesso à informação e aos serviços especializados. Em diversos contextos, dificuldades socioeconômicas, barreiras geográficas e limitações na oferta de atendimento especializado comprometem o acompanhamento adequado das necessidades dos estudantes. Essas situações reforçam a importância da escola como espaço de apoio e orientação para as famílias, fortalecendo as redes de cuidado e proteção social (Couto; Delgado, 2015; Souza *et al.*, 2021). A implementação das políticas públicas constitui outro desafio relevante. Embora existam legislações e diretrizes que defendem a inclusão escolar e a promoção da saúde mental, a efetivação dessas propostas ainda encontra obstáculos relacionados ao financiamento, à gestão dos recursos e à continuidade das ações. Muitas iniciativas dependem do comprometimento individual dos profissionais ou de projetos específicos, dificultando a consolidação de políticas permanentes e estruturadas (Silva *et al.*, 2024; Pedrosa *et al.*, 2026).

Além disso, as transformações sociais contemporâneas têm ampliado a complexidade das demandas enfrentadas pelas escolas. Questões relacionadas às desigualdades sociais, ao uso intensivo das tecnologias digitais, às mudanças nas relações familiares e ao aumento dos casos de sofrimento emocional entre crianças e adolescentes exigem respostas cada vez mais abrangentes e qualificadas por parte das instituições

educacionais (Castro, 2026; Lemos *et al.*, 2025). Assim, torna-se evidente que os desafios relacionados à inclusão escolar e à saúde mental são múltiplos e interdependentes. Superá-los exige investimentos em formação profissional, fortalecimento das políticas públicas, ampliação das redes de apoio e construção de culturas institucionais comprometidas com o respeito à diversidade e com a promoção do bem-estar (Oliveira *et al.*, 2024; Teixeira *et al.*, 2026).

5. Estratégias pedagógicas e intersetoriais para a inclusão e o cuidado em saúde mental

A promoção da inclusão escolar e da saúde mental exige a implementação de estratégias que ultrapassem ações isoladas e alcancem diferentes dimensões da vida escolar. Diante da complexidade das demandas apresentadas pelos estudantes, torna-se necessário construir abordagens que integrem práticas pedagógicas inclusivas, ações de acolhimento emocional e articulação entre diferentes setores responsáveis pelo cuidado e desenvolvimento humano. Nesse contexto, as estratégias pedagógicas e intersetoriais assumem papel fundamental na construção de ambientes educacionais mais equitativos, acolhedores e promotores de bem-estar (Oliveira *et al.*, 2024; Pedrosa *et al.*, 2026).

As práticas pedagógicas inclusivas constituem um dos principais instrumentos para favorecer a participação e a aprendizagem de todos os estudantes. Essas práticas envolvem a flexibilização curricular, a diversificação de metodologias, a utilização de recursos acessíveis e a valorização das diferentes formas de aprender. Ao reconhecer a heterogeneidade presente nas salas de aula, os educadores ampliam as possibilidades de participação e reduzem barreiras que frequentemente dificultam o desenvolvimento dos estudantes com necessidades específicas (Barbosa, 2024; Rabelo *et al.*, 2024).

A adaptação das estratégias de ensino não deve ser compreendida como privilégio destinado apenas a determinados grupos, mas como uma prática pedagógica que beneficia toda a comunidade escolar. Quando os conteúdos são apresentados por diferentes meios e os estudantes dispõem de variadas formas para demonstrar suas aprendizagens, ampliam-se as oportunidades de sucesso acadêmico e fortalecem-se os princípios da educação inclusiva (Pedrosa *et al.*, 2026; Souza *et al.*, 2026). Outro aspecto relevante refere-se à promoção das competências socioemocionais no cotidiano escolar. Habilidades como empatia, autocontrole, cooperação, resiliência e resolução de conflitos

favorecem não apenas a convivência, mas também a saúde mental dos estudantes. A incorporação dessas competências às práticas educativas fortalece os fatores de proteção emocional e contribui para a construção de relações mais saudáveis dentro da escola (Souza *et al.*, 2025; Lemos *et al.*, 2025).

A criação de espaços de escuta e acolhimento também representa uma estratégia importante para a promoção da inclusão e do cuidado em saúde mental. Rodas de conversa, projetos de convivência, grupos de apoio e momentos de diálogo possibilitam que os estudantes expressem sentimentos, compartilhem experiências e construam vínculos de confiança com colegas e profissionais da educação (Teixeira *et al.*, 2026; Oliveira *et al.*, 2024). As ações intersetoriais ocupam posição estratégica nesse processo. A articulação entre educação, saúde e assistência social permite uma compreensão mais ampla das necessidades dos estudantes e favorece a construção de intervenções mais efetivas. Essa integração possibilita que diferentes profissionais compartilhem conhecimentos, acompanhem situações específicas e desenvolvam estratégias conjuntas de cuidado, ampliando a capacidade de resposta às demandas apresentadas pelas crianças e adolescentes (Souza; Amarante; Abrahão, 2019; Oliveira *et al.*, 2024).

A participação das famílias constitui outro elemento indispensável para o sucesso das estratégias inclusivas. A comunicação permanente entre escola e família favorece a troca de informações, fortalece os vínculos institucionais e contribui para a construção de ações mais alinhadas às necessidades dos estudantes. Quando as famílias participam ativamente do processo educativo, ampliam-se as possibilidades de acompanhamento e de apoio ao desenvolvimento acadêmico e emocional dos alunos (Lemos *et al.*, 2025; Souza *et al.*, 2021). Os serviços especializados também desempenham papel importante na construção dessas redes de cuidado. Psicólogos, terapeutas ocupacionais, fonoaudiólogos, assistentes sociais e outros profissionais podem contribuir para a identificação de necessidades específicas, orientação dos educadores e acompanhamento dos estudantes (Couto; Duarte; Delgado, 2008; Oliveira *et al.*, 2024).

A formação continuada dos profissionais da educação é igualmente fundamental para a efetivação dessas estratégias. Professores preparados para compreender as relações entre inclusão, saúde mental e aprendizagem possuem melhores condições de desenvolver práticas pedagógicas sensíveis às necessidades dos estudantes. Além disso, a formação fortalece a capacidade institucional de promover ambientes mais acolhedores e

comprometidos com o desenvolvimento integral dos alunos (Lins; Squassoni; Matsukura, 2023; Barbosa, 2024).

Experiências descritas na literatura demonstram que escolas que investem em ações integradas apresentam resultados positivos relacionados à redução de situações de exclusão, fortalecimento do clima escolar e melhoria das condições de aprendizagem. Esses resultados evidenciam que a promoção da inclusão e da saúde mental depende de ações planejadas, contínuas e desenvolvidas de forma colaborativa entre diferentes atores sociais (Fofano *et al.*, 2022; Teixeira *et al.*, 2026).

Diante dessas reflexões, torna-se evidente que a construção de estratégias pedagógicas e intersetoriais representa um caminho fundamental para fortalecer a inclusão escolar e a promoção da saúde mental. A integração entre práticas educativas, ações de cuidado e redes de apoio amplia as possibilidades de desenvolvimento dos estudantes e contribui para a construção de escolas mais justas, acolhedoras e comprometidas com o respeito à diversidade humana. Assim, a inclusão deixa de ser apenas um princípio legal e transforma-se em uma prática efetiva de valorização da dignidade e das potencialidades de cada estudante (Pedrosa *et al.*, 2026; Oliveira *et al.*, 2024; Souza *et al.*, 2025).

6. Construindo escolas inclusivas e emocionalmente saudáveis

A construção de escolas inclusivas e emocionalmente saudáveis representa um dos maiores desafios da educação contemporânea, mas também uma das mais importantes oportunidades de transformação social. Uma escola inclusiva não se limita a garantir matrícula ou permanência dos estudantes; ela promove participação efetiva, respeito às diferenças, desenvolvimento das potencialidades individuais e fortalecimento das condições necessárias para o bem-estar emocional. Nessa perspectiva, inclusão e saúde mental constituem dimensões complementares e indispensáveis para uma educação de qualidade (Castro, 2026; Pedrosa *et al.*, 2026).

O primeiro passo para a construção desse modelo de escola consiste no fortalecimento de uma cultura institucional baseada no respeito à diversidade. Isso implica reconhecer que cada estudante possui características, necessidades, ritmos e formas de aprendizagem próprias. Quando a escola valoriza essa pluralidade, reduz práticas excludentes e amplia as oportunidades de participação para todos os membros

da comunidade educativa (Rabelo *et al.*, 2024; Castro; Lelis, 2025). A promoção da saúde mental deve ser compreendida como parte integrante do projeto pedagógico da instituição. Isso significa que ações voltadas ao bem-estar emocional precisam estar presentes no cotidiano escolar, nas relações interpessoais, nas práticas pedagógicas e nos processos de gestão. Quando a saúde mental é incorporada à cultura organizacional da escola, amplia-se a capacidade de prevenção de situações de sofrimento e fortalecem-se os fatores de proteção relacionados ao desenvolvimento humano (Lemos *et al.*, 2025; Teixeira *et al.*, 2026).

Outro aspecto fundamental refere-se à construção de ambientes emocionalmente seguros. Estudantes que se sentem acolhidos, respeitados e valorizados apresentam maiores condições de desenvolver autonomia, confiança e motivação para aprender. A criação desses ambientes depende da qualidade das relações estabelecidas entre estudantes, professores, gestores e famílias, reforçando a importância de práticas baseadas na empatia, na escuta e no diálogo permanente (Oliveira *et al.*, 2024; Souza *et al.*, 2025).

As políticas institucionais também desempenham papel importante na consolidação de escolas inclusivas. A implementação de protocolos de acolhimento, programas de promoção da saúde mental, ações de prevenção ao bullying e estratégias de acompanhamento dos estudantes contribui para fortalecer a capacidade da escola de responder às diferentes demandas presentes em seu cotidiano (Silva *et al.*, 2024; Pedrosa *et al.*, 2026). A formação dos profissionais da educação permanece como elemento indispensável nesse processo. Educadores preparados para compreender as relações entre aprendizagem, inclusão e saúde mental possuem maiores condições de identificar dificuldades precocemente, adaptar práticas pedagógicas e construir estratégias de apoio adequadas às necessidades dos estudantes. Além disso, contribuem para disseminar uma cultura de respeito e valorização da diversidade em toda a comunidade escolar (Barbosa, 2024; Lins; Squassoni; Matsukura, 2023).

As experiências relatadas na literatura apontam que escolas inclusivas e emocionalmente saudáveis apresentam benefícios que ultrapassam o desempenho acadêmico. Entre os resultados observados destacam-se a melhoria das relações interpessoais, o fortalecimento do clima escolar, a redução de situações de violência e exclusão, o aumento do engajamento estudantil e a ampliação das oportunidades de desenvolvimento pessoal e social. Esses benefícios demonstram que investir em inclusão

e saúde mental significa investir na qualidade da educação como um todo (Fofano *et al.*, 2022; Lemos *et al.*, 2025).

Outro elemento importante é o fortalecimento das redes de apoio que envolvem escola, família, comunidade e serviços especializados. Nenhuma instituição consegue responder sozinha à complexidade das demandas relacionadas à inclusão e à saúde mental. A atuação colaborativa entre diferentes setores amplia os recursos disponíveis para o cuidado e fortalece as possibilidades de intervenção diante de situações que exigem acompanhamento mais específico (Souza; Amarante; Abrahão, 2019; Oliveira *et al.*, 2024).

A construção dessas escolas também exige compromisso político e social. É necessário garantir investimentos em infraestrutura, recursos pedagógicos, formação profissional e políticas públicas que assegurem condições adequadas para a implementação das práticas inclusivas (Couto; Delgado, 2015; Silva *et al.*, 2024). Assim, fica evidente que construir escolas inclusivas e emocionalmente saudáveis significa assumir a educação como um espaço de cuidado, respeito e promoção da dignidade humana. Essa construção requer mudanças culturais, fortalecimento das políticas institucionais e compromisso coletivo com a valorização das diferenças. Ao integrar inclusão e saúde mental em uma mesma perspectiva educativa, a escola amplia sua capacidade de formar cidadãos mais autônomos, resilientes e preparados para participar de uma sociedade mais justa e democrática (Castro; Lelis, 2025; Pedrosa *et al.*, 2026; Teixeira *et al.*, 2026).

7. Considerações Finais

A inclusão escolar e a promoção da saúde mental constituem desafios indissociáveis para a educação contemporânea. Ao longo deste capítulo, foi possível compreender que garantir o acesso dos estudantes à escola representa apenas uma etapa inicial de um processo muito mais amplo, que envolve participação efetiva, pertencimento, respeito às diferenças e desenvolvimento integral. Nesse contexto, a construção de ambientes inclusivos exige o reconhecimento de que as condições emocionais, sociais e cognitivas influenciam diretamente as oportunidades de aprendizagem e de desenvolvimento humano.

As discussões apresentadas evidenciaram que a saúde mental exerce papel fundamental na trajetória escolar dos estudantes. Dificuldades emocionais, transtornos

do neurodesenvolvimento e situações de vulnerabilidade podem impactar significativamente a aprendizagem, as relações interpessoais e a participação nas atividades escolares. Ao mesmo tempo, experiências de exclusão, preconceito ou falta de apoio institucional podem intensificar situações de sofrimento psíquico, reforçando a necessidade de abordagens integradas que articulem educação e cuidado emocional.

Também foi possível observar que estudantes com necessidades específicas enfrentam desafios que ultrapassam as limitações individuais frequentemente atribuídas a eles. Muitas das barreiras encontradas estão relacionadas às práticas institucionais, às metodologias utilizadas, à insuficiência de recursos e à permanência de estigmas sociais. Os desafios enfrentados pelas escolas evidenciam a necessidade de investimentos contínuos em formação profissional, fortalecimento das políticas públicas e ampliação das redes de apoio. Professores, gestores e demais profissionais da educação precisam estar preparados para lidar com a complexidade das demandas relacionadas à inclusão e à saúde mental, desenvolvendo práticas pedagógicas sensíveis às necessidades dos estudantes e comprometidas com a construção de ambientes acolhedores e respeitosos.

As estratégias pedagógicas e intersetoriais discutidas ao longo do capítulo demonstraram que a inclusão escolar e a promoção da saúde mental dependem de ações articuladas entre diferentes atores sociais. A colaboração entre escola, família, serviços de saúde e assistência social amplia as possibilidades de cuidado e fortalece os recursos disponíveis para apoiar o desenvolvimento acadêmico, emocional e social dos estudantes.

Outro aspecto relevante refere-se à construção de escolas inclusivas e emocionalmente saudáveis como espaços de convivência democrática e valorização da diversidade. Quando a instituição escolar assume o compromisso de promover respeito, participação, acolhimento e equidade, fortalece não apenas a aprendizagem, mas também a formação cidadã dos estudantes. Essa perspectiva amplia a compreensão da educação como um processo voltado para o desenvolvimento integral dos indivíduos e para a construção de sociedades mais justas e inclusivas.

Portanto, conclui-se que a inclusão escolar e a saúde mental devem ser compreendidas como responsabilidades coletivas e permanentes. Construir ambientes educativos capazes de acolher as diferenças e promover o bem-estar exige compromisso institucional, investimento em políticas públicas e fortalecimento das redes de apoio que sustentam o desenvolvimento humano. Ao integrar inclusão, aprendizagem e saúde mental em uma mesma perspectiva formativa, a escola reafirma seu papel como espaço

de transformação social, cuidado e promoção da dignidade humana, contribuindo para que todos os estudantes tenham oportunidades reais de aprender, participar e desenvolver plenamente suas potencialidades.

REFERÊNCIAS

- BARBOSA, F. P. dos S. Educação Especial E Inclusiva: Ação Docente Especializada Na Perspectiva Da Psicoeducação Em Saúde Mental. **Epitaya E-books**, v. 1, n. 91, p. 9-26, 2024.
- CASTRO, E. de. Inclusão Escolar E Saúde Mental: Desafios E Impactos No Processo De Aprendizagem. **International Integralize Scientific**, v. 6, n. 56, 2026.
- CASTRO, Y. K. M.; LELIS, H. R. Saúde Mental E Direitos Humanos No Cotidiano Escolar Brasileiro. **Revista Foco**, v. 18, n. 1, p. e7415, 2025.
- COUTO, M. C. V.; DELGADO, P. G. G. Crianças e adolescentes na agenda política da saúde mental brasileira: inclusão tardia, desafios atuais. **Psicologia clínica**, v. 27, p. 17-40, 2015.
- COUTO, M. C. V.; DUARTE, C. S.; DELGADO, P. G. G. A saúde mental infantil na Saúde Pública brasileira: situação atual e desafios. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 30, n. 4, p. 390-398, 2008.
- FOFANO, C. S. et al. A Promoção Da Saúde Mental Na Escola: A Inclusão De Alunos Com Necessidades Educativas Especiais. **Revista Transformar**, v. 16, n. 2, p. 148-161, 2022.
- FRANZOLOSO, C. L. S.; FERRO, L. F. Economia Solidária e Saúde Mental: Problemáticas e estratégias para a inclusão social de pessoas em sofrimento mental. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 7, p. e57710716924, 2021.
- GAUY, F. V. Crianças e adolescentes com problemas emocionais e comportamentais têm necessidade de políticas de inclusão escolar?. **Educar em Revista**, p. 79-95, 2016.
- HETTWER, A. D.; NOSKOSKI, B. S.; CAMPIOL, J. Desafios E Estratégias Na Inclusão Escolar De Crianças Autistas: Uma Revisão De Literatura. **Revista Contemporânea**, v. 4, n. 12, p. e6925, 2024.
- LEMOS, R. L. F. et al. Promoção de saúde mental no ambiente escolar: desafios e estratégias em duas realidades brasileiras. **Revista Semiárido De Visu**, p. 136-151, 2025.
- LINS, S. R. A.; SQUASSONI, C. E.; MATSUKURA, T. S. Formação em Saúde Mental Infantojuvenil: construindo saberes com professores de Sala de Recursos Multifuncionais. **Olhar de Professor**, v. 26, p. 1-17, 2023.
- OLIVEIRA, B. D. C. de et al. Promoção de Saúde Mental no contexto escolar: potências, desafios e a importância da colaboração intersetorial para o campo da Atenção Psicossocial. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 34, p. e34077, 2024.

PEDROSA, V. da S. F. et al. Educação e saúde mental na escola: práticas pedagógicas, políticas e inclusão socioemocional. **REVISTA DELOS**, v. 19, n. 76, p. e8385, 2026.

RABELO, E. P. et al. Educação especial: desafios e avanços na inclusão escolar. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 10, n. 8, p. 2206-2215, 2024.

SILVA, C. E. et al. Avaliação das políticas de saúde mental em ambientes escolares: desafios e perspectivas. **Cuadernos de Educación y Desarrollo**, v. 16, n. 10, p. e6085, 2024.

SILVA, E. J. et al. TDAH e aprendizagem escolar: desafios, estratégias pedagógicas e inclusão educacional. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 11, n. 5, p. 4504-4522, 2025.

SOUZA, Â. C. de; AMARANTE, P. D.; ABRAHÃO, A. L. Inclusão da saúde mental na atenção básica à saúde: estratégia de cuidado no território. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 72, p. 1677-1682, 2019.

SOUZA, M. F. B. et al. Saúde Mental De Adolescentes: Desafios E Estratégias De Promoção No Contexto Escolar. **Extensão em Rede: Conexões que Transformam**, v. 1, n. 1, p. e112507, 2025.

SOUZA, T. T. et al. Promoção em saúde mental de adolescentes em países da América Latina: uma revisão integrativa da literatura. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 2575-2586, 2021.

SOUZA, V. C. et al. Os Efeitos Da Saúde Mental Infantil No Processo De Aprendizagem: Desafios Pedagógicos E Estratégias De Intervenção Na Escola. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 12, n. 1, p. 1-12, 2026.

TEIXEIRA, A. R. et al. Ação E Promoção Da Saúde Mental No Ambiente Escolar: Estratégias E Desafios. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, v. 2, n. 01, p. 1-18, 2026.

TRANSTORNOS DE APRENDIZAGEM E SOFRIMENTO EMOCIONAL

Crystiane Oliveira Rego

Antônio Veimar da Silva

1. Introdução

Os processos de aprendizagem constituem uma das dimensões centrais do desenvolvimento humano e desempenham papel fundamental na trajetória escolar de crianças, adolescentes e adultos. Entretanto, nem todos os estudantes percorrem esse caminho da mesma forma. Para alguns, dificuldades persistentes relacionadas à leitura, escrita, atenção, memória, linguagem ou processamento das informações podem representar obstáculos significativos ao desenvolvimento acadêmico. Quando essas dificuldades decorrem de condições específicas que afetam os mecanismos de aprendizagem, surgem os chamados transtornos de aprendizagem, fenômeno que exige atenção especializada e abordagens educacionais adequadas (Freitas; Freitas, 2025; Lima, 2021).

Durante muito tempo, os transtornos de aprendizagem foram interpretados exclusivamente sob uma perspectiva pedagógica ou cognitiva, com foco nas dificuldades apresentadas pelos estudantes em determinadas áreas do conhecimento. Contudo, estudos mais recentes têm demonstrado que os impactos dessas condições ultrapassam os limites do desempenho escolar, alcançando aspectos emocionais, sociais e

comportamentais que influenciam significativamente a qualidade de vida dos indivíduos (Enumo; Ferrão; Ribeiro, 2006; Queiroz, 2025).

A vivência contínua de dificuldades escolares pode gerar sentimento de frustração, insegurança e incapacidade, especialmente quando os estudantes não recebem o apoio necessário para compreender suas dificuldades e desenvolver estratégias adequadas de enfrentamento. Em muitos casos, o fracasso escolar repetido contribui para a construção de uma imagem negativa de si mesmo, afetando a autoestima e comprometendo a motivação para aprender. Esse processo pode desencadear diferentes formas de sofrimento emocional, tornando ainda mais complexa a trajetória educacional desses estudantes (Soares, 2018; Oliveira, 2012).

A literatura evidencia que estudantes com transtornos de aprendizagem apresentam maior vulnerabilidade ao desenvolvimento de sintomas relacionados à ansiedade, ao estresse e à depressão. A constante exposição a situações de avaliação, comparação com colegas e dificuldades acadêmicas pode intensificar sentimentos de inadequação e aumentar o risco de adoecimento emocional. Esses fatores reforçam a necessidade de uma compreensão mais ampla das relações entre aprendizagem e saúde mental, superando abordagens que focalizam exclusivamente os aspectos cognitivos das dificuldades escolares (Pereira; Silva, 2021; Rodrigues *et al.*, 2016).

Entre os transtornos frequentemente associados a desafios emocionais encontram-se a dislexia, o Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), os transtornos específicos da aprendizagem e outras condições que afetam o processamento das informações e a adaptação ao contexto escolar. Além das dificuldades acadêmicas, muitos desses estudantes enfrentam problemas relacionados à regulação emocional, às relações interpessoais e à construção de sua identidade, aspectos que exigem atenção por parte da escola, da família e dos profissionais de saúde (Nunes, 2025; Freitas; Freitas, 2025). Outro aspecto relevante refere-se à influência do ambiente escolar sobre a experiência emocional dos estudantes com transtornos de aprendizagem. Contextos marcados por incompreensão, estigmatização ou práticas pedagógicas inadequadas podem agravar o sofrimento psicológico e dificultar ainda mais os processos de inclusão e permanência escolar. Por outro lado, ambientes acolhedores e comprometidos com a valorização das diferenças contribuem para fortalecer a autoestima, promover o sentimento de pertencimento e ampliar as possibilidades de sucesso acadêmico e pessoal (Kruger, 2026; Mencaroni, 2026).

As famílias também desempenham papel fundamental nesse processo. O apoio emocional, o acompanhamento das dificuldades e a participação ativa na trajetória escolar constituem fatores de proteção importantes para minimizar os impactos negativos dos transtornos de aprendizagem sobre a saúde mental. Quando família e escola atuam de forma colaborativa, ampliam-se as oportunidades de desenvolvimento e fortalecem-se as redes de apoio necessárias para enfrentar os desafios vivenciados pelos estudantes (Costa; Carvalho, 2025; Anauate *et al.*, 2024).

A atuação multiprofissional representa outro elemento essencial para o acompanhamento adequado dessas situações. Psicólogos, psicopedagogos, neurologistas, terapeutas ocupacionais, fonoaudiólogos e educadores podem contribuir de forma integrada para a identificação das necessidades dos estudantes e para a elaboração de estratégias que favoreçam sua aprendizagem e seu bem-estar emocional. Essa abordagem interdisciplinar permite uma compreensão mais abrangente dos fatores envolvidos e amplia as possibilidades de intervenção (Moojen, 2004; Alexndrini; Brandl, 2024).

Nos últimos anos, as discussões sobre saúde mental no contexto educacional têm ganhado maior visibilidade, evidenciando a necessidade de ampliar o olhar sobre os estudantes que enfrentam dificuldades de aprendizagem. Mais do que promover desempenho acadêmico, a escola precisa assumir o compromisso de construir ambientes capazes de acolher as diferenças, prevenir o sofrimento emocional e fortalecer os recursos necessários para o desenvolvimento integral dos sujeitos (Queiroz, 2025; Mencaroni, 2026). Assim, este capítulo tem como objetivo discutir as relações entre transtornos de aprendizagem e sofrimento emocional, analisando seus impactos sobre a saúde mental dos estudantes, os desafios enfrentados no contexto escolar e as estratégias de apoio que podem contribuir para uma educação mais inclusiva, acolhedora e comprometida com o desenvolvimento humano integral.

2. Compreendendo os transtornos de aprendizagem e suas manifestações escolares

Os transtornos de aprendizagem constituem condições que afetam significativamente a aquisição, o processamento e a utilização das informações necessárias para o desenvolvimento das habilidades acadêmicas. Diferentemente das dificuldades de aprendizagem ocasionadas por fatores pedagógicos, sociais ou emocionais transitórios, os transtornos possuem características persistentes e estão relacionados a

alterações específicas nos processos neuropsicológicos envolvidos na aprendizagem. Essa distinção é fundamental para que a escola compreenda adequadamente as necessidades dos estudantes e desenvolva estratégias de apoio compatíveis com suas demandas (Freitas; Freitas, 2025; Lima, 2021).

A compreensão dos transtornos de aprendizagem exige uma abordagem multidimensional que considere aspectos biológicos, cognitivos, emocionais e sociais. Estudos apontam que essas condições não resultam da falta de inteligência, interesse ou esforço dos estudantes, mas de diferenças no funcionamento cerebral que interferem na forma como determinadas informações são processadas e utilizadas. Essa perspectiva contribui para superar concepções estigmatizantes e favorece uma compreensão mais humanizada das dificuldades vivenciadas pelos alunos (Freitas; Freitas, 2025; Moojen, 2004).

Entre os transtornos mais frequentemente identificados no contexto escolar destacam-se os transtornos específicos da aprendizagem relacionados à leitura, à escrita e à matemática. Estudantes com dislexia, por exemplo, podem apresentar dificuldades persistentes na decodificação e compreensão da linguagem escrita, enquanto aqueles com discalculia enfrentam obstáculos relacionados ao raciocínio matemático e à compreensão de conceitos numéricos (Lima, 2021; Freitas; Freitas, 2025). O Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) também ocupa posição de destaque nas discussões sobre aprendizagem escolar. Caracterizado por dificuldades relacionadas à atenção, impulsividade e hiperatividade, o transtorno pode interferir na organização das tarefas, no acompanhamento das atividades propostas e na manutenção do foco durante os processos de aprendizagem. Embora não seja classificado especificamente como um transtorno de aprendizagem, suas repercussões acadêmicas frequentemente exigem adaptações pedagógicas e acompanhamento especializado (Nunes, 2025; Silva *et al.*, 2025).

As manifestações dos transtornos de aprendizagem variam conforme as características individuais de cada estudante e o contexto em que estão inseridos. Algumas crianças apresentam dificuldades mais evidentes desde os primeiros anos escolares, enquanto outras conseguem compensar parcialmente suas limitações até que as exigências acadêmicas se tornem mais complexas. Essa diversidade de manifestações reforça a importância de avaliações cuidadosas e individualizadas, capazes de identificar necessidades específicas e orientar intervenções adequadas (Moojen, 2004; Kruger,

2026). No ambiente escolar, os sinais dos transtornos de aprendizagem podem manifestar-se de diferentes formas. Baixo rendimento acadêmico persistente, dificuldades na leitura e escrita, lentidão na execução das tarefas, erros frequentes, problemas de atenção e dificuldades na organização das atividades figuram entre os indicadores mais frequentemente observados pelos educadores. Entretanto, esses sinais precisam ser analisados com cautela, evitando interpretações simplistas ou diagnósticos precipitados (Freitas; Freitas, 2025; Moojen, 2004).

A literatura destaca que muitos estudantes com transtornos de aprendizagem desenvolvem estratégias próprias para lidar com suas dificuldades. Em alguns casos, essas estratégias favorecem a adaptação escolar; em outros, podem mascarar temporariamente os desafios enfrentados, retardando a identificação das necessidades de apoio. Por essa razão, torna-se fundamental que professores e demais profissionais da educação estejam atentos aos diferentes modos pelos quais essas condições podem se manifestar no cotidiano escolar (Kruger, 2026; Queiroz, 2025).

Outro aspecto importante refere-se à influência do contexto escolar sobre a experiência dos estudantes com transtornos de aprendizagem. Ambientes rígidos, excessivamente competitivos ou pouco sensíveis às diferenças tendem a ampliar as dificuldades enfrentadas pelos alunos. Por outro lado, práticas pedagógicas flexíveis, inclusivas e acolhedoras favorecem a participação, fortalecem a autoestima e ampliam as possibilidades de desenvolvimento acadêmico e social (Mencaroni, 2026; Kruger, 2026). A identificação precoce dos transtornos de aprendizagem representa um fator decisivo para a construção de intervenções eficazes. Quanto mais cedo as necessidades dos estudantes são reconhecidas, maiores são as possibilidades de desenvolver estratégias que minimizem impactos negativos sobre a aprendizagem e sobre o desenvolvimento emocional. Esse processo requer a colaboração entre escola, família e profissionais especializados, fortalecendo uma abordagem integrada e centrada nas necessidades dos estudantes (Alexandrini; Brandl, 2024; Costa; Carvalho, 2025).

Portanto, torna-se evidente que compreender os transtornos de aprendizagem exige superar visões reducionistas e reconhecer a complexidade dos fatores envolvidos. Mais do que identificar dificuldades acadêmicas, é necessário compreender como essas condições influenciam a trajetória escolar, as relações interpessoais e a construção da identidade dos estudantes. Somente a partir dessa compreensão ampla será possível

desenvolver práticas educativas capazes de promover inclusão, aprendizagem e bem-estar emocional de forma efetiva (Lima, 2021; Queiroz, 2025; Freitas; Freitas, 2025).

3. O impacto emocional dos transtornos de aprendizagem na vida escolar

Os transtornos de aprendizagem produzem efeitos que vão muito além das dificuldades observadas no desempenho acadêmico. Embora as manifestações mais visíveis estejam relacionadas à leitura, escrita, atenção, memória ou raciocínio matemático, suas repercussões frequentemente alcançam dimensões emocionais que influenciam profundamente a forma como os estudantes percebem a si mesmos, seus colegas e o ambiente escolar. Dessa maneira, compreender os impactos emocionais dessas condições é fundamental para a construção de práticas educativas mais inclusivas e promotoras de bem-estar (Enumo; Ferrão; Ribeiro, 2006; Soares, 2018).

A experiência repetida de dificuldades na realização das atividades escolares pode gerar sentimento de frustração e incapacidade. Muitos estudantes dedicam esforço significativo às tarefas acadêmicas, mas não obtêm resultados compatíveis com suas expectativas ou com as expectativas dos adultos que os acompanham. Quando essas experiências se tornam frequentes, podem surgir percepções negativas sobre as próprias capacidades, comprometendo a confiança e a motivação para aprender (Oliveira, 2012; Pereira; Silva, 2021). A autoestima figura entre os aspectos mais afetados pelos transtornos de aprendizagem. Crianças e adolescentes que enfrentam dificuldades persistentes frequentemente passam a acreditar que são menos capazes que seus colegas, desenvolvendo sentimentos de inferioridade e insegurança. Essa percepção pode ser agravada quando os estudantes são comparados constantemente a outros alunos ou quando suas dificuldades são interpretadas como falta de interesse ou esforço (Soares, 2018; Enumo; Ferrão; Ribeiro, 2006).

A ansiedade também aparece de forma recorrente entre estudantes com transtornos de aprendizagem. Situações como provas, apresentações, leitura em voz alta e atividades que exigem exposição pública podem ser percebidas como ameaçadoras, gerando tensão emocional significativa. O medo de cometer erros, ser criticado ou não corresponder às expectativas pode provocar elevados níveis de ansiedade, comprometendo ainda mais o desempenho acadêmico e reforçando um ciclo de insegurança e sofrimento emocional (Pereira; Silva, 2021; Rodrigues *et al.*, 2016). Além da

ansiedade, o estresse constitui uma resposta frequente às exigências escolares enfrentadas por esses estudantes. A necessidade constante de lidar com dificuldades acadêmicas, cumprir tarefas e enfrentar situações de avaliação pode gerar desgaste emocional significativo. Estudos apontam que crianças e adolescentes com transtornos de aprendizagem apresentam maior probabilidade de manifestar sinais de estresse quando comparados a estudantes sem essas dificuldades, evidenciando a necessidade de intervenções que considerem não apenas os aspectos pedagógicos, mas também o bem-estar emocional (Santos *et al.*, 2016; Rodrigues *et al.*, 2016).

As relações interpessoais também podem ser afetadas. Alguns estudantes evitam participar de atividades coletivas por receio de julgamentos ou exposição de suas dificuldades. Outros enfrentam situações de rejeição, isolamento ou até mesmo bullying em decorrência de suas limitações acadêmicas. Essas experiências contribuem para o enfraquecimento dos vínculos sociais e podem ampliar sentimentos de solidão, inadequação e sofrimento psicológico (Enumo; Ferrão; Ribeiro, 2006; Oliveira, 2012). Outro aspecto importante refere-se ao impacto dos transtornos de aprendizagem sobre a construção da identidade dos estudantes. A escola representa um dos principais espaços de socialização durante a infância e a adolescência, sendo também um local onde os indivíduos constroem percepções sobre suas capacidades e potencialidades (Queiroz, 2025; Soares, 2018).

Em alguns casos, as dificuldades emocionais associadas aos transtornos de aprendizagem podem evoluir para quadros mais complexos de sofrimento psíquico. Sintomas depressivos, sentimentos persistentes de tristeza, desesperança e desmotivação podem surgir como consequência de experiências prolongadas de insucesso escolar e exclusão (Rodrigues *et al.*, 2016; Coutinho *et al.*, 2026). A literatura também destaca que a forma como a escola responde às dificuldades dos estudantes influencia diretamente seus impactos emocionais. Ambientes acolhedores, que valorizam o esforço individual, reconhecem as potencialidades dos alunos e oferecem suporte adequado, tendem a reduzir o sofrimento psicológico e fortalecer a autoestima. Em contrapartida, contextos marcados por cobranças excessivas, incompreensão ou estigmatização podem intensificar os desafios emocionais enfrentados pelos estudantes (Kruger, 2026; Mencaroni, 2026).

Nesse cenário, torna-se fundamental compreender que os transtornos de aprendizagem não afetam apenas a capacidade de aprender determinados conteúdos, mas influenciam a forma como os estudantes vivenciam sua trajetória escolar e constroem

sua relação consigo mesmos e com os outros. Reconhecer essa dimensão emocional permite que educadores, famílias e profissionais da saúde desenvolvam intervenções mais sensíveis e eficazes, promovendo não apenas melhores condições de aprendizagem, mas também maior bem-estar, inclusão e desenvolvimento humano integral (Anauate *et al.*, 2024; Costa; Carvalho, 2025).

4. Transtornos de aprendizagem, ansiedade, depressão e sofrimento psíquico

A relação entre transtornos de aprendizagem e saúde mental tem sido amplamente discutida nas últimas décadas devido à elevada frequência com que dificuldades acadêmicas e sofrimento emocional se manifestam de forma simultânea. Embora os transtornos de aprendizagem tenham origem em alterações relacionadas aos processos cognitivos envolvidos na aquisição do conhecimento, suas repercussões frequentemente ultrapassam o campo pedagógico e alcançam a esfera emocional. Essa interação complexa torna essencial uma abordagem que considere tanto as necessidades educacionais quanto as condições psicológicas dos estudantes (Lima, 2021; Queiroz, 2025).

Entre os problemas emocionais mais frequentemente associados aos transtornos de aprendizagem, a ansiedade ocupa posição de destaque. Crianças e adolescentes que enfrentam dificuldades persistentes no contexto escolar costumam vivenciar situações de cobrança, comparação e exposição que podem desencadear elevados níveis de tensão emocional (Pereira; Silva, 2021; Rodrigues *et al.*, 2016). A ansiedade escolar pode manifestar-se de diferentes maneiras. Alguns estudantes apresentam inquietação constante, dificuldade de concentração e preocupação excessiva com seu desempenho. Outros desenvolvem sintomas físicos, como dores de cabeça, alterações no sono, desconfortos gastrointestinais e fadiga frequente. Essas manifestações tendem a interferir nos processos de aprendizagem, criando um ciclo em que a ansiedade compromete o desempenho acadêmico e as dificuldades escolares, por sua vez, intensificam os sintomas ansiosos (Pereira; Silva, 2021; Santos *et al.*, 2016).

Além da ansiedade, estudos apontam uma associação significativa entre transtornos de aprendizagem e sintomas depressivos. A experiência contínua de fracassos escolares, dificuldades de adaptação e sentimentos de inadequação pode favorecer o surgimento de tristeza persistente, desmotivação e perda do interesse pelas atividades acadêmicas (Rodrigues *et al.*, 2016; Coutinho *et al.*, 2026). Os sintomas depressivos

podem comprometer ainda mais os processos de aprendizagem. A redução da motivação, as dificuldades de concentração e o isolamento social frequentemente observados em quadros depressivos afetam diretamente a participação nas atividades escolares e dificultam a construção de relações positivas com colegas e professores. Dessa forma, a depressão não apenas surge como consequência das dificuldades acadêmicas, mas também pode atuar como fator agravante dos desafios já enfrentados pelos estudantes (Coutinho *et al.*, 2026; Oliveira, 2012).

O sofrimento psíquico relacionado aos transtornos de aprendizagem também pode manifestar-se por meio de alterações comportamentais. Irritabilidade, agressividade, evasão das atividades escolares, resistência às tarefas acadêmicas e comportamentos de retraimento figuram entre as respostas frequentemente observadas em estudantes que enfrentam dificuldades persistentes e não encontram apoio adequado. Muitas vezes, esses comportamentos são interpretados apenas como problemas disciplinares, sem que suas causas emocionais sejam devidamente consideradas (Mencaroni, 2026; Enumo; Ferrão; Ribeiro, 2006).

A literatura também destaca a importância da regulação emocional nesse contexto. Estudantes com determinadas condições, como o Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), podem apresentar dificuldades adicionais relacionadas ao controle das emoções, à tolerância à frustração e ao manejo dos conflitos interpessoais (Nunes, 2025; Lima, 2021). Outro aspecto relevante refere-se à influência do ambiente escolar sobre a intensificação ou redução do sofrimento emocional. Escolas que adotam práticas inclusivas, valorizam o potencial dos estudantes e oferecem suporte pedagógico adequado tendem a funcionar como fatores de proteção para a saúde mental. Em contrapartida, ambientes marcados por críticas constantes, rotulações e baixa compreensão das dificuldades dos alunos podem ampliar significativamente o risco de adoecimento emocional (Kruger, 2026; Mencaroni, 2026).

As relações familiares também exercem influência importante sobre esse processo. Famílias que oferecem apoio emocional, compreensão e acompanhamento adequado contribuem para fortalecer a autoestima e os recursos de enfrentamento dos estudantes. Por outro lado, contextos marcados por cobranças excessivas, incompreensão ou conflitos familiares podem intensificar os sentimentos de inadequação e agravar o sofrimento psíquico associado aos transtornos de aprendizagem (Costa; Carvalho, 2025; Anauate *et al.*, 2024). Diante desse cenário, torna-se fundamental que a identificação dos transtornos

de aprendizagem seja acompanhada de uma avaliação cuidadosa das condições emocionais dos estudantes. A observação de sinais de ansiedade, depressão, estresse e sofrimento psicológico permite intervenções mais precoces e eficazes, reduzindo impactos negativos sobre a aprendizagem e sobre o desenvolvimento global dos indivíduos. Essa abordagem integrada favorece uma compreensão mais ampla das necessidades dos estudantes e amplia as possibilidades de apoio (Alexandrini; Brandl, 2024; Moojen, 2004).

Portanto, compreender a relação entre transtornos de aprendizagem, ansiedade, depressão e sofrimento psíquico significa reconhecer que aprender não é apenas um processo cognitivo, mas também emocional. As experiências vivenciadas pelos estudantes no ambiente escolar influenciam diretamente sua saúde mental e sua percepção sobre si mesmos. Por isso, a promoção do bem-estar emocional deve ser considerada parte essencial das estratégias educacionais voltadas para estudantes com transtornos de aprendizagem, contribuindo para uma educação mais inclusiva, acolhedora e comprometida com o desenvolvimento humano integral (Queiroz, 2025; Ferreira; Pícolo, 2026; Coutinho *et al.*, 2026).

5. O papel da família e da escola no apoio emocional e educacional

O enfrentamento dos desafios associados aos transtornos de aprendizagem exige uma atuação conjunta entre família e escola, uma vez que ambos os contextos exercem influência direta sobre o desenvolvimento acadêmico, emocional e social dos estudantes. Quando essas instituições trabalham de forma integrada, ampliam-se as possibilidades de identificação precoce das dificuldades, fortalecimento da autoestima e construção de estratégias que favoreçam a aprendizagem e o bem-estar emocional (Costa; Carvalho, 2025; Anauate *et al.*, 2024).

A família representa o primeiro ambiente de socialização e desenvolvimento da criança, desempenhando papel fundamental na construção da identidade, da segurança emocional e das habilidades necessárias para enfrentar desafios. Quando os familiares compreendem as características dos transtornos de aprendizagem e oferecem apoio adequado, contribuem significativamente para reduzir sentimento de frustração e incapacidade. O acolhimento familiar fortalece a autoconfiança dos estudantes e favorece

o desenvolvimento de estratégias positivas de enfrentamento das dificuldades acadêmicas (Costa; Carvalho, 2025; Anauate *et al.*, 2024).

Entretanto, nem sempre as famílias possuem informações suficientes para compreender as particularidades dessas condições. Muitas vezes, as dificuldades escolares são interpretadas como falta de interesse, preguiça ou ausência de esforço, gerando conflitos que podem agravar o sofrimento emocional dos estudantes (Freitas; Freitas, 2025; Queiroz, 2025). Nesse contexto, a orientação às famílias torna-se uma estratégia fundamental. A oferta de informações sobre os transtornos, suas características e formas de apoio contribui para fortalecer o vínculo familiar e ampliar a capacidade dos responsáveis de acompanhar o desenvolvimento dos estudantes. Quando os familiares compreendem que as dificuldades não decorrem de falta de capacidade ou esforço, tornam-se mais preparados para oferecer suporte emocional e colaborar com as intervenções propostas pelos profissionais envolvidos (Costa; Carvalho, 2025; Moojen, 2004).

A escola, por sua vez, ocupa posição estratégica na identificação dos sinais relacionados aos transtornos de aprendizagem e ao sofrimento emocional. Como os estudantes passam grande parte do tempo em atividades escolares, professores e demais profissionais da educação frequentemente são os primeiros a perceber mudanças de comportamento, dificuldades persistentes e manifestações emocionais associadas ao processo de aprendizagem (Kruger, 2026; Mencaroni, 2026). Além de identificar as dificuldades, a escola possui a responsabilidade de criar ambientes pedagógicos que favoreçam a inclusão e o desenvolvimento dos estudantes. Isso envolve a adoção de metodologias diversificadas, adaptações pedagógicas, avaliações compatíveis com as necessidades dos alunos e práticas que valorizem suas potencialidades. Essas ações contribuem para reduzir experiências de fracasso escolar e fortalecem a percepção de competência e pertencimento dos estudantes (Kruger, 2026; Freitas; Freitas, 2025).

O apoio emocional oferecido pelos professores também exerce influência significativa sobre a trajetória dos estudantes com transtornos de aprendizagem. Educadores que demonstram empatia, compreensão e disponibilidade para auxiliar os alunos contribuem para a construção de relações de confiança e segurança. Esses vínculos favorecem a participação escolar e reduzem os impactos emocionais das dificuldades acadêmicas, funcionando como importantes fatores de proteção para a saúde mental (Mencaroni, 2026; Enumo; Ferrão; Ribeiro, 2006).

A comunicação entre escola e família representa outro elemento essencial nesse processo. O compartilhamento de informações sobre avanços, dificuldades e necessidades dos estudantes permite a construção de estratégias mais consistentes e alinhadas às suas demandas. Quando existe diálogo permanente entre esses dois contextos, fortalecem-se as redes de apoio e ampliam-se as possibilidades de intervenção diante dos desafios enfrentados pelos alunos (Kruger, 2026).

A atuação multiprofissional também contribui para potencializar os resultados das ações desenvolvidas pela família e pela escola. Psicólogos, psicopedagogos, terapeutas ocupacionais, fonoaudiólogos e outros especialistas podem oferecer orientações técnicas e estratégias específicas para favorecer o desenvolvimento acadêmico e emocional dos estudantes (Alexndrini; Brandl, 2024; Moojen, 2004). Outro aspecto relevante refere-se à necessidade de fortalecer as potencialidades dos estudantes, e não apenas concentrar a atenção em suas dificuldades. O reconhecimento das conquistas, dos talentos e dos avanços individuais contribui para o desenvolvimento de uma autoimagem mais positiva e favorece a construção de sentimentos de competência e autonomia. Tanto a família quanto a escola desempenham papel fundamental nesse processo de valorização das capacidades dos estudantes (Anauate et al., 2024; Soares, 2018).

Portanto, torna-se evidente que a promoção da aprendizagem e da saúde mental de estudantes com transtornos de aprendizagem depende de uma rede de apoio construída de forma colaborativa. Família, escola e profissionais especializados precisam atuar de maneira integrada para oferecer suporte acadêmico e emocional capaz de responder às necessidades desses estudantes. Essa parceria fortalece os fatores de proteção, reduz os impactos do sofrimento emocional e amplia as oportunidades de desenvolvimento integral, inclusão e sucesso escolar (Costa; Carvalho, 2025; Alexndrini; Brandl, 2024; Kruger, 2026).

6. Estratégias pedagógicas e intervenções para estudantes com transtornos de aprendizagem

A promoção da aprendizagem e do bem-estar emocional de estudantes com transtornos de aprendizagem depende da implementação de estratégias pedagógicas que considerem suas necessidades específicas e valorizem suas potencialidades. Mais do que adaptar conteúdo ou flexibilizar avaliações, essas intervenções devem buscar criar

condições para que os estudantes participem ativamente dos processos educativos, desenvolvam autonomia e fortaleçam sua confiança em relação às próprias capacidades. Nesse sentido, a inclusão efetiva exige práticas planejadas, contínuas e fundamentadas em conhecimentos científicos sobre aprendizagem e desenvolvimento humano (Kruger, 2026; Freitas; Freitas, 2025).

Uma das estratégias mais importantes consiste na individualização do ensino. Embora os currículos escolares possuam objetivos comuns, os caminhos percorridos pelos estudantes para alcançá-los podem variar significativamente. A adaptação das metodologias de ensino, dos recursos didáticos e das formas de avaliação possibilita atender às diferenças individuais e reduzir barreiras que dificultam a aprendizagem. Essa abordagem contribui para que os estudantes tenham acesso ao conhecimento de maneira mais compatível com suas características e necessidades (Freitas; Freitas, 2025; Kruger, 2026).

A utilização de recursos pedagógicos diversificados também favorece a aprendizagem dos estudantes com transtornos de aprendizagem. Materiais visuais, jogos educativos, recursos tecnológicos, mapas conceituais, organizadores gráficos e atividades práticas podem facilitar a compreensão dos conteúdos e tornar o processo de aprendizagem mais significativo (Mencaroni, 2026; Freitas; Freitas, 2025). Outro aspecto relevante refere-se à organização do ambiente escolar. Rotinas estruturadas, instruções claras, divisão das tarefas em etapas menores e acompanhamento contínuo contribuem para reduzir dificuldades relacionadas à atenção, memória e planejamento. Essas medidas favorecem a participação dos estudantes e ajudam a minimizar situações de ansiedade frequentemente associadas às exigências acadêmicas (Nunes, 2025; Kruger, 2026).

As intervenções psicopedagógicas desempenham papel fundamental nesse contexto. Por meio da avaliação das dificuldades e potencialidades dos estudantes, o trabalho psicopedagógico possibilita a construção de estratégias específicas para favorecer a aprendizagem. Além disso, contribui para compreender aspectos emocionais relacionados às dificuldades escolares, fortalecendo o desenvolvimento de recursos que auxiliem os estudantes a enfrentar os desafios acadêmicos de forma mais positiva (Moojen, 2004; Costa; Carvalho, 2025).

A literatura também destaca os benefícios das abordagens fundamentadas na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC). Essas intervenções auxiliam os estudantes a identificar pensamentos negativos relacionados às suas capacidades, desenvolver

estratégias de enfrentamento e fortalecer habilidades de regulação emocional. Ao promover mudanças na forma como interpretam suas dificuldades, a TCC contribui para reduzir sintomas de ansiedade e melhorar a autoestima, favorecendo o desempenho acadêmico e o bem-estar emocional (Alexandrini; Brandl, 2024; Pereira; Silva, 2021).

O desenvolvimento das competências socioemocionais constitui outra estratégia importante para estudantes com transtornos de aprendizagem. Habilidades como autocontrole, resiliência, empatia e resolução de problemas auxiliam os alunos a lidar com situações de frustração e a construir relações interpessoais mais saudáveis. Essas competências fortalecem fatores de proteção emocional e contribuem para reduzir os impactos psicológicos associados às dificuldades escolares (Anauate *et al.*, 2024; Queiroz, 2025).

As intervenções voltadas à autoestima também apresentam relevância significativa. Muitos estudantes com transtornos de aprendizagem acumulam experiências negativas relacionadas ao fracasso escolar e às comparações com colegas. Nesse contexto, reconhecer avanços, valorizar esforços e criar oportunidades para que os alunos demonstrem suas habilidades contribui para fortalecer a autoconfiança e a motivação para aprender. O foco nas potencialidades favorece uma visão mais positiva de si mesmos e amplia o engajamento com as atividades escolares (Soares, 2018; Enumo; Ferrão; Ribeiro, 2006). A participação da família continua sendo um elemento indispensável para o sucesso das intervenções. O acompanhamento das atividades escolares, o apoio emocional e a manutenção de expectativas realistas favorecem a construção de um ambiente seguro para o desenvolvimento dos estudantes. Quando família e escola atuam de forma colaborativa, as estratégias adotadas tornam-se mais consistentes e eficazes, ampliando as possibilidades de aprendizagem e adaptação escolar (Costa; Carvalho, 2025; Anauate *et al.*, 2024).

Outro fator importante refere-se à atuação integrada de equipes multiprofissionais. Psicólogos, psicopedagogos, neurologistas, terapeutas ocupacionais, fonoaudiólogos e demais especialistas podem contribuir para a construção de intervenções abrangentes e alinhadas às necessidades dos estudantes. Essa colaboração favorece uma compreensão mais completa dos fatores envolvidos e possibilita o desenvolvimento de estratégias que contemplem tanto os aspectos acadêmicos quanto os emocionais (Alexandrini; Brandl, 2024; Moojen, 2004).

Diante dessas reflexões, torna-se evidente que as estratégias pedagógicas e as intervenções voltadas aos estudantes com transtornos de aprendizagem devem ir além da simples adaptação curricular. É necessário promover ações que integrem aprendizagem, inclusão e saúde mental, reconhecendo a complexidade das experiências vivenciadas por esses estudantes. Ao construir práticas educativas mais flexíveis, acolhedoras e centradas nas potencialidades individuais, a escola fortalece as oportunidades de desenvolvimento acadêmico, emocional e social, contribuindo para uma educação verdadeiramente inclusiva e humanizada (Kruger, 2026; Alexndrini; Brandl, 2024; Queiroz, 2025).

7. Desafios contemporâneos e perspectivas para uma educação inclusiva e emocionalmente saudável

Os avanços científicos e educacionais das últimas décadas ampliaram significativamente a compreensão sobre os transtornos de aprendizagem e suas implicações para a saúde mental. Entretanto, apesar desse progresso, persistem desafios importantes relacionados à identificação precoce, ao acesso aos serviços especializados, à formação dos profissionais da educação e à construção de ambientes escolares verdadeiramente inclusivos (Queiroz, 2025; Kruger, 2026). Um dos principais desafios contemporâneos refere-se à permanência de concepções equivocadas sobre os transtornos de aprendizagem. Ainda é comum que dificuldades relacionadas à leitura, escrita, atenção ou organização sejam interpretadas como falta de interesse, desmotivação ou ausência de esforço por parte dos estudantes. Essas interpretações simplificadas favorecem processos de rotulação e estigmatização, comprometendo a autoestima dos alunos e dificultando o acesso ao apoio necessário para seu desenvolvimento (Freitas; Freitas, 2025; Mencaroni, 2026).

Outro aspecto relevante envolve a necessidade de fortalecer a formação inicial e continuada dos professores. O reconhecimento dos sinais relacionados aos transtornos de aprendizagem e ao sofrimento emocional exige conhecimentos específicos que nem sempre estão presentes na formação docente. Investir em programas de capacitação contribui para ampliar a capacidade dos educadores de identificar dificuldades, desenvolver estratégias inclusivas e construir ambientes pedagógicos mais acolhedores e sensíveis às necessidades dos estudantes (Alves *et al.*, 2026; Kruger, 2026).

As transformações sociais e tecnológicas também têm produzido novos desafios para a educação. O aumento das exigências acadêmicas, a intensificação do uso das tecnologias digitais e as mudanças nas formas de interação social influenciam diretamente a saúde mental de crianças e adolescentes (Picolo, 2026). A literatura também aponta para a crescente preocupação com os impactos emocionais associados à trajetória educacional. Estudos demonstram que o sofrimento psicológico não se restringe à infância ou adolescência, podendo acompanhar os indivíduos ao longo da vida acadêmica e profissional. Jovens e adultos com histórico de dificuldades de aprendizagem frequentemente relatam experiências relacionadas à ansiedade, baixa autoestima e insegurança diante de situações que exigem desempenho intelectual, evidenciando a necessidade de intervenções contínuas e abrangentes (Teixeira, 2025; Mota; Pimentel; Mota, 2023).

Diante desse cenário, torna-se fundamental fortalecer uma perspectiva educacional baseada na inclusão e na promoção da saúde mental. Essa abordagem pressupõe o reconhecimento das diferenças individuais, a valorização das potencialidades dos estudantes e a construção de práticas pedagógicas capazes de responder à diversidade presente nas salas de aula. Mais do que corrigir dificuldades, a educação inclusiva busca criar condições para que todos os estudantes possam desenvolver-se de forma plena e participativa (Queiroz, 2025; Kruger, 2026). As perspectivas futuras apontam para a ampliação das abordagens interdisciplinares no acompanhamento dos estudantes com transtornos de aprendizagem. A integração entre educação, psicologia, psicopedagogia, neuropsicologia e demais áreas do conhecimento favorece uma compreensão mais abrangente dos fatores envolvidos e possibilita a construção de intervenções mais eficazes. Essa articulação fortalece as redes de apoio e amplia as oportunidades de desenvolvimento acadêmico e emocional (Alexndrini; Brandl, 2024; Moojen, 2004).

Outro caminho promissor envolve o fortalecimento das políticas públicas voltadas à inclusão e à saúde mental no contexto educacional. Investimentos em formação profissional, ampliação dos serviços especializados e desenvolvimento de programas de apoio psicossocial representam medidas essenciais para garantir atendimento adequado às necessidades dos estudantes e reduzir as desigualdades existentes no acesso aos recursos educacionais e de saúde (Alves *et al.*, 2026; Kruger, 2026). Além disso, torna-se cada vez mais importante promover uma cultura escolar baseada no acolhimento, na

empatia e no respeito às diferenças. Ambientes que valorizam a diversidade e reconhecem as singularidades dos estudantes contribuem para reduzir o sofrimento emocional e fortalecer fatores de proteção relacionados à saúde mental (Anauate *et al.*, 2024; Costa; Carvalho, 2025).

As experiências descritas na literatura demonstram que estudantes com transtornos de aprendizagem podem alcançar desenvolvimento acadêmico e pessoal significativo quando recebem apoio adequado e encontram ambientes favoráveis ao seu crescimento. Isso reforça a necessidade de superar perspectivas centradas nas limitações e investir em abordagens que valorizem as capacidades, os interesses e os potenciais de cada indivíduo (Freitas; Freitas, 2025; Queiroz, 2025). Dessa forma, os desafios contemporâneos relacionados aos transtornos de aprendizagem e ao sofrimento emocional devem ser compreendidos como oportunidades para repensar práticas educacionais e fortalecer políticas de inclusão. Ao integrar conhecimento científico, sensibilidade humana e compromisso com a diversidade, a educação amplia sua capacidade de promover não apenas aprendizagem, mas também saúde mental, cidadania e desenvolvimento integral para todos os estudantes (Kruger, 2026; Teixeira, 2025; Alves *et al.*, 2026).

8. Considerações Finais

Os transtornos de aprendizagem representam um desafio significativo para os sistemas educacionais, não apenas pelos impactos que exercem sobre o desempenho acadêmico dos estudantes, mas também pelas profundas repercussões emocionais que podem acompanhar suas trajetórias escolares. Ao longo deste capítulo, foi possível compreender que as dificuldades relacionadas à leitura, escrita, atenção, memória e outras habilidades cognitivas frequentemente se associam a sentimento de frustração, insegurança, ansiedade e sofrimento psíquico, exigindo uma abordagem que integre educação, saúde mental e inclusão.

As discussões realizadas evidenciaram que os transtornos de aprendizagem não devem ser compreendidos como sinônimos de incapacidade ou limitação permanente. Pelo contrário, os estudantes que convivem com essas condições possuem potencialidades, talentos e possibilidades de desenvolvimento que podem ser fortalecidos quando encontram ambientes educacionais acolhedores e estratégias pedagógicas

adequadas. Outro aspecto relevante refere-se à estreita relação entre transtornos de aprendizagem e saúde mental. A literatura analisada demonstrou que estudantes que enfrentam dificuldades persistentes no contexto escolar apresentam maior vulnerabilidade ao desenvolvimento de sintomas relacionados à ansiedade, depressão, estresse e baixa autoestima. Essas condições podem comprometer não apenas a aprendizagem, mas também as relações sociais, a motivação para estudar e a construção de uma identidade positiva. Dessa forma, torna-se fundamental que as intervenções educacionais considerem simultaneamente os aspectos cognitivos e emocionais envolvidos.

A atuação da família e da escola revelou-se um dos principais fatores de proteção para o desenvolvimento desses estudantes. Quando existe diálogo, cooperação e apoio mútuo entre esses contextos, ampliam-se as possibilidades de identificação precoce das dificuldades e de construção de estratégias capazes de minimizar seus impactos. Além disso, o suporte emocional oferecido por familiares e educadores contribui significativamente para fortalecer a autoestima, a autonomia e os recursos de enfrentamento dos estudantes diante dos desafios acadêmicos.

As estratégias pedagógicas e psicopedagógicas discutidas ao longo do capítulo demonstraram que a inclusão efetiva exige muito mais do que adaptações pontuais. É necessário construir práticas educativas flexíveis, diversificadas e centradas nas necessidades dos estudantes, favorecendo sua participação ativa nos processos de aprendizagem. A utilização de recursos variados, a individualização do ensino e o acompanhamento multiprofissional representam caminhos promissores para promover o desenvolvimento acadêmico e emocional dos alunos com transtornos de aprendizagem.

Os desafios contemporâneos reforçam a necessidade de ampliar as discussões sobre saúde mental no contexto educacional. O aumento das demandas acadêmicas, as transformações sociais e as exigências cada vez mais complexas impostas aos estudantes tornam indispensável a construção de ambientes escolares que promovam acolhimento, segurança emocional e respeito às diferenças. Portanto, conclui-se que a promoção da aprendizagem e da saúde mental deve ser compreendida como um compromisso coletivo que envolve escola, família, profissionais especializados e políticas públicas. A construção de uma educação verdadeiramente inclusiva depende da capacidade de reconhecer as singularidades dos estudantes, acolher suas dificuldades e valorizar suas potencialidades. Ao integrar conhecimento científico, sensibilidade humana e compromisso ético com a

inclusão, torna-se possível criar oportunidades para que estudantes com transtornos de aprendizagem desenvolvam plenamente suas capacidades, construam trajetórias escolares bem-sucedidas e alcancem melhor qualidade de vida e bem-estar emocional.

REFERÊNCIAS

- ALEXNDRINI, F.; BRANDL, E. Terapia Cognitivo-Comportamental Em Transtornos De Aprendizagem: Impactos Positivos. **Revista De Extensão E Iniciação Científica Da Unisociesc**, v. 11, n. 1, 2024.
- ALVES, D. V. B. et al. Saúde Mental Dos Professores: Ansiedade E Transtornos Emocionais–Uma Revisão Sistemática Da Literatura. **Revista Tópicos**, v. 4, n. 30, p. 1-15, 2026.
- ANAUATE, C. et al. Un Apoio emocional à crianças com transtornos de aprendizagem: Apoio Emocional À Crianças. **Neuropsicologia Latinoamericana**, v. 16, n. 3, p. 16-23, 2024.
- COSTA, S. F.; CARVALHO, G. B. O Papel Da Família No Processo Psicopedagógico De Crianças Com Transtornos De Aprendizagem. **Aurum Editora**, p. 77-91, 2025.
- COUTINHO, V. V. A. et al. Impacto Da Depressão No Desenvolvimento Emocional De Crianças E Adolescentes Com Transtorno Do Espectro. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 12, n. 1, p. 1-21, 2026.
- ENUMO, S. R. F.; FERRÃO, E. da S.; RIBEIRO, M. P. L. Crianças com dificuldade de aprendizagem ea escola: emoções e saúde em foco. **Estudos de Psicologia**, v. 23, n. 2, p. 139-149, 2006.
- FERREIRA, B. S.; PICOLO, D. Sofrimento Psíquico Em Universitários: Uma Revisão Integrativa. **Unifunec Científica Multidisciplinar**, v. 15, n. 17, p. 1-14, 2026.
- FIOROTTI, K. P. et al. Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 59, n. 1, p. 17-23, 2010.
- FREITAS, R. K. C.; FREITAS, A. S. Transtornos De Aprendizagem: Das Causas Biológicas À Inclusão Escolar–Revisão De Literatura. **Revista Acadêmica Online**, v. 11, n. 56, p. e456, 2025.
- KRUGER, J. M. Inclusão, Permanência E Êxito De Alunos Com Transtornos No Âmbito Escolar: Procedimentos E Recursos Para Atendimento. **Quaestio-Revista de Estudos em Educação**, v. 28, p. e026025-e026025, 2026.
- LIMA, C. M. Transtornos Mentais: neuropsicologia e aprendizagem. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 11, p. 738-764, 2021.
- MENCARONI, F. **Transtornos emocionais-O que fazer e o que evitar: Guia rápido para professores do Ensino Fundamental-Anos finais**. Editora Vozes, 2026.

MOOJEN, S. M. P. Diagnósticos em psicopedagogia. **Revista psicopedagogia**, v. 21, n. 66, p. 245-255, 2004.

MOTA, A. A. S.; PIMENTEL, S. M.; MOTA, M. R. S. Expressões de sofrimento psíquico de estudantes da Universidade Federal do Tocantins. **Educação e Pesquisa**, v. 49, p. e254990, 2023.

NUNES, M. O. O Impacto Psicológico Do Tdah, Como Dificuldade Na Regulação Emocional E Ideação Suicida. **International Integralize Scientific**, v. 5, n. 54, 2025.

OLIVEIRA, F. A. F. de. **O sentido pessoal da escola e o sofrimento em adolescentes com dificuldades no processo de escolarização**. 2012. Dissertação de Mestrado. Universidade Estadual de Maringá.

PEREIRA, M. D.; SILVA, J. P. Ansiedade e autoestima associadas ao baixo desempenho escolar em estudantes com dislexia de desenvolvimento: uma revisão integrativa. **Revista Educação Especial**, v. 34, p. 1-23, 2021.

QUEIROZ, C. C. da S. F. Mentres Em Labirintos: Transtornos Mentais E O Desafio Pedagógico Invisível. **Educação & Inovação**, 2025.

RODRIGUES, I. O. et al. Sinais preditores de depressão em escolares com transtorno de aprendizagem. **Revista CEFAC**, v. 18, n. 4, p. 864-875, 2016.

SANTOS, J. B. G. et al. Sinais sugestivos de estresse infantil em escolares com transtorno de aprendizagem. **Revista Cefac**, v. 18, n. 4, p. 854-863, 2016.

SANTOS, R. P.; NASCIMENTO, M. L. P.; SOUZA, S. A. N. A sobrecarga acadêmica como fator desencadeante de transtornos mentais. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 8, n. 18, p. e082237, 2025.

SOARES, L. J. Dificuldades de aprendizagem e as emoções dos (as) aprendizes na sala de aula. **Anais V CONEDU**. Campina Grande: Realize Editora, 2018.

TEIXEIRA, V. da S. Transtornos De Aprendizagem Na Vida Adulta: Uma Análise Da Saúde Mental De Indivíduos Neuroatípicos. **Repositório Institucional do Unifip**, v. 10, n. 1, 2025.

AUTOCUIDADO E AUTORREGULAÇÃO EMOCIONAL NO CONTEXTO ESCOLAR

Antônio Veimar da Silva

1. Introdução

A crescente preocupação com a saúde mental de estudantes e profissionais da educação tem impulsionado novas reflexões sobre a necessidade de desenvolver competências que favoreçam o equilíbrio emocional e o bem-estar no contexto escolar. Em uma sociedade marcada por mudanças rápidas, pressões acadêmicas, uso intensivo das tecnologias digitais e desafios relacionados às relações interpessoais, torna-se cada vez mais importante que crianças, adolescentes e educadores aprendam a reconhecer, compreender e gerenciar suas emoções de forma saudável. Nesse cenário, o autocuidado e a autorregulação emocional emergem como dimensões fundamentais para a promoção da saúde mental e para a construção de ambientes educacionais mais acolhedores e humanizados (Barroso; Araújo, 2025; Rocha *et al.*, 2025).

O autocuidado pode ser compreendido como o conjunto de práticas e atitudes voltadas à preservação da saúde física, emocional, mental e social dos indivíduos. Trata-se de uma postura ativa diante das próprias necessidades, envolvendo a capacidade de reconhecer limites, buscar apoio quando necessário e adotar hábitos que favoreçam o bem-estar. No ambiente escolar, o desenvolvimento dessa competência contribui para

fortalecer a autonomia, a autoestima e a capacidade de enfrentamento diante das dificuldades cotidianas (Ribeiro *et al.*, 2024; Fonseca *et al.*, 2026).

A autorregulação emocional, por sua vez, refere-se à habilidade de identificar, compreender e administrar emoções, pensamentos e comportamentos diante das diferentes situações vivenciadas. Essa competência não significa reprimir sentimentos, mas aprender a lidar com eles de maneira consciente e equilibrada (Oliveira *et al.*, 2025; Constantino *et al.*, 2025). No contexto escolar, a autorregulação emocional exerce influência direta sobre a aprendizagem. As emoções afetam processos como atenção, memória, motivação e tomada de decisão, podendo favorecer ou dificultar o desempenho acadêmico. Estudantes que desenvolvem habilidades de regulação emocional apresentam maior capacidade de lidar com frustrações, persistir diante das dificuldades e participar de forma mais ativa das experiências educativas. Da mesma forma, professores emocionalmente equilibrados tendem a construir ambientes mais positivos e favoráveis ao desenvolvimento dos alunos (Souza *et al.*, 2026; Russo, 2025).

A infância e a adolescência representam períodos particularmente importantes para o desenvolvimento dessas competências. Durante essas fases, os indivíduos estão construindo sua identidade, aprendendo a lidar com emoções complexas e desenvolvendo habilidades sociais que influenciarão diferentes aspectos de suas vidas futuras (Magalhães *et al.*, 2018; Oliveira *et al.*, 2025). A literatura também destaca a importância de compreender que o autocuidado não deve ser direcionado apenas aos estudantes. Os profissionais da educação enfrentam demandas crescentes relacionadas à gestão da sala de aula, às exigências institucionais e ao acompanhamento das necessidades emocionais dos alunos. Essas responsabilidades tornam indispensável a criação de espaços que favoreçam o cuidado com a saúde mental dos educadores, fortalecendo seu bem-estar e sua qualidade de vida profissional (Fonseca *et al.*, 2026; Constantino *et al.*, 2025).

Nos últimos anos, diferentes estratégias têm sido incorporadas ao ambiente escolar com o objetivo de fortalecer a saúde emocional. Programas de educação emocional, práticas de mindfulness, oficinas de desenvolvimento socioemocional e ações voltadas ao autocuidado têm apresentado resultados positivos na redução do estresse, na melhoria das relações interpessoais e no fortalecimento das competências emocionais de estudantes e educadores. Essas iniciativas demonstram que a promoção da saúde mental pode ser integrada ao cotidiano escolar de forma prática e significativa (Tatton-Ramos *et al.*, 2016; Gomes; Teixeira, 2025). Além disso, a promoção do autocuidado e da

autorregulação emocional está diretamente relacionada à construção de uma cultura escolar baseada no respeito, na empatia e no cuidado coletivo. Ambientes que valorizam o bem-estar emocional tendem a apresentar melhores índices de convivência, participação e engajamento, fortalecendo tanto os processos de aprendizagem quanto a qualidade das relações estabelecidas na comunidade educativa (Guimarães; Freitas, 2026).

Diante dos desafios contemporâneos relacionados à saúde mental, torna-se fundamental que a escola amplie seu papel para além da transmissão de conhecimentos acadêmicos. É necessário criar condições para que estudantes e profissionais desenvolvam recursos emocionais capazes de promover equilíbrio, resiliência e qualidade de vida. Essa perspectiva contribui para uma formação mais integral e alinhada às demandas da sociedade atual (Barroso; Araújo, 2025; Souza *et al.*, 2026). Este capítulo tem como objetivo discutir a importância do autocuidado e da autorregulação emocional no contexto escolar, analisando seus fundamentos, suas contribuições para a saúde mental e as estratégias que podem ser desenvolvidas para fortalecer o bem-estar de estudantes e educadores em ambientes educativos mais saudáveis e humanizados.

2. Autocuidado e autorregulação emocional: conceitos e fundamentos para a saúde mental

O autocuidado e a autorregulação emocional têm se destacado como competências essenciais para a promoção da saúde mental e do desenvolvimento humano em diferentes contextos sociais, especialmente no ambiente escolar. Em uma realidade marcada por constantes mudanças, pressões acadêmicas e desafios relacionados à convivência, a capacidade de cuidar de si mesmo e de administrar adequadamente as emoções torna-se um importante fator de proteção para estudantes e educadores. Essas competências favorecem o equilíbrio emocional, fortalecem a resiliência e contribuem para a construção de relações mais saudáveis e produtivas (Barroso; Araújo, 2025; Rocha *et al.*, 2025).

O conceito de autocuidado está relacionado ao conjunto de ações intencionais que os indivíduos realizam para preservar e promover seu bem-estar físico, emocional, mental e social. Essas ações envolvem desde hábitos básicos relacionados à alimentação, ao sono e à atividade física até práticas voltadas à gestão do estresse, ao fortalecimento da autoestima e à busca por apoio diante das dificuldades (Ribeiro *et al.*, 2024; Fonseca *et al.*,

2026). A autorregulação emocional, por sua vez, refere-se à capacidade de reconhecer, compreender e gerenciar as próprias emoções de maneira consciente e adaptativa. Essa habilidade permite que os indivíduos respondam aos desafios de forma equilibrada, evitando reações impulsivas e desenvolvendo estratégias mais eficazes para lidar com situações de conflito, frustração ou pressão (Oliveira *et al.*, 2025; Constantino *et al.*, 2025).

A literatura aponta que autocuidado e autorregulação emocional são competências interdependentes. O desenvolvimento de hábitos saudáveis favorece o equilíbrio emocional, enquanto a capacidade de regular emoções contribui para a adoção de comportamentos mais conscientes e benéficos para a saúde. Essa relação demonstra que o cuidado consigo mesmo não se restringe aos aspectos físicos, abrangendo também a capacidade de compreender e administrar os próprios estados emocionais (Silva *et al.*, 2025; Fleury; Lima, 2020).

Durante a infância e a adolescência, essas competências assumem importância ainda maior devido às transformações cognitivas, emocionais e sociais características dessas etapas do desenvolvimento. Crianças e adolescentes estão constantemente aprendendo a lidar com sentimentos complexos, construir sua identidade e desenvolver habilidades de convivência (Magalhães *et al.*, 2018; Russo, 2025). No ambiente escolar, a autorregulação emocional está diretamente relacionada ao desempenho acadêmico e às relações interpessoais. Estudantes que conseguem identificar e administrar suas emoções tendem a apresentar maior capacidade de concentração, persistência diante das dificuldades e resolução de problemas (Souza *et al.*, 2026; Oliveira *et al.*, 2025).

As emoções exercem influência significativa sobre os processos cognitivos envolvidos na aprendizagem. Sentimentos como ansiedade excessiva, medo ou estresse podem comprometer a atenção, a memória e a tomada de decisões, dificultando a assimilação dos conteúdos escolares. Em contrapartida, estados emocionais positivos favorecem a motivação, a criatividade e o engajamento nas atividades acadêmicas. Por essa razão, promover a autorregulação emocional também significa criar condições mais favoráveis para a aprendizagem (Barroso; Araújo, 2025; Russo, 2025).

A formação das competências socioemocionais está intimamente ligada ao desenvolvimento da autorregulação. Habilidades como empatia, autocontrole, responsabilidade, cooperação e resiliência auxiliam os estudantes a enfrentar desafios e construir relações mais saudáveis. Essas competências não surgem de forma espontânea, mas podem ser desenvolvidas por meio de experiências educativas planejadas e de

ambientes que valorizem o diálogo, o respeito e o cuidado mútuo (Magalhães *et al.*, 2018; Silva *et al.*, 2025).

Os educadores também se beneficiam do desenvolvimento dessas competências. Professores que apresentam maior capacidade de autorregulação emocional tendem a lidar de forma mais equilibrada com as demandas profissionais, os conflitos cotidianos e as pressões associadas ao exercício da docência. Além disso, tornam-se referências positivas para os estudantes, contribuindo para a construção de ambientes escolares mais acolhedores e emocionalmente saudáveis (Constantino *et al.*, 2025; Lopes; Pinto, 2026).

Diante dessas reflexões, torna-se evidente que o autocuidado e a autorregulação emocional constituem pilares fundamentais para a promoção da saúde mental no contexto escolar. Ao desenvolver essas competências, estudantes e educadores ampliam sua capacidade de enfrentar desafios, fortalecer relações interpessoais e construir trajetórias mais saudáveis e equilibradas. Assim, investir no desenvolvimento dessas habilidades representa uma estratégia essencial para a formação integral dos sujeitos e para a construção de escolas comprometidas com o bem-estar e o desenvolvimento humano (Fonseca *et al.*, 2026; Souza *et al.*, 2026).

3. A importância da autorregulação emocional no desenvolvimento escolar

A autorregulação emocional desempenha papel fundamental no desenvolvimento escolar, uma vez que influencia diretamente a forma como os estudantes enfrentam desafios, constroem relações interpessoais e participam das experiências de aprendizagem. Mais do que uma habilidade relacionada ao controle das emoções, a autorregulação envolve a capacidade de reconhecer sentimentos, compreender suas causas e utilizar estratégias adequadas para responder às situações de maneira equilibrada e consciente. Essa competência contribui significativamente para o bem-estar emocional e para o sucesso acadêmico ao longo da trajetória escolar (Oliveira *et al.*, 2025; Constantino *et al.*, 2025).

Durante a vida escolar, crianças e adolescentes são constantemente expostos a situações que exigem adaptação emocional. Avaliações, conflitos interpessoais, mudanças de rotina, expectativas familiares e desafios relacionados ao desempenho acadêmico constituem experiências que podem gerar diferentes reações emocionais. Nesse contexto, estudantes que desenvolvem habilidades de autorregulação tendem a lidar de forma mais

eficaz com essas demandas, reduzindo o impacto negativo do estresse e fortalecendo sua capacidade de enfrentamento (Russo, 2025; Hilário, 2025). A literatura aponta que a autorregulação emocional está diretamente associada à aprendizagem. Emoções influenciam processos cognitivos fundamentais, como atenção, memória, tomada de decisões e resolução de problemas (Souza *et al.*, 2026; Oliveira *et al.*, 2025).

A tolerância à frustração representa um dos componentes mais importantes da autorregulação emocional no contexto escolar. Nem sempre os estudantes alcançam os resultados desejados imediatamente, sendo comum enfrentar erros, dificuldades e desafios durante o processo educativo. A capacidade de compreender essas experiências como oportunidades de aprendizagem favorece a perseverança e reduz comportamentos de desistência ou desmotivação (Hilário, 2025; Russo, 2025). Outro aspecto relevante refere-se ao controle dos impulsos e à gestão dos comportamentos. Estudantes que desenvolvem habilidades de autorregulação apresentam maior facilidade para organizar suas ações, respeitar regras de convivência e tomar decisões mais conscientes. Essas competências favorecem não apenas o desempenho acadêmico, mas também a qualidade das relações estabelecidas com colegas, professores e demais membros da comunidade escolar (Oliveira *et al.*, 2025; Magalhães *et al.*, 2018).

A convivência escolar constitui um espaço privilegiado para o desenvolvimento dessas habilidades. Situações de cooperação, resolução de conflitos, trabalho em grupo e participação em atividades coletivas oferecem oportunidades para que os estudantes aprendam a reconhecer emoções, expressar sentimentos de forma adequada e construir estratégias para lidar com desafios interpessoais (Lopes; Pinto, 2026; Russo, 2025). As pesquisas também demonstram que a autorregulação emocional atua como importante fator de proteção para a saúde mental. Estudantes que conseguem compreender e administrar suas emoções apresentam menores índices de ansiedade, estresse e dificuldades comportamentais. Além disso, desenvolvem maior senso de autoeficácia, confiança e autonomia, características que favorecem o desenvolvimento integral e a adaptação às diferentes demandas da vida escolar e social (Barroso; Araújo, 2025; Souza *et al.*, 2026).

O desenvolvimento da autorregulação emocional não ocorre de forma espontânea. Trata-se de uma competência que pode ser ensinada, estimulada e fortalecida por meio de experiências educativas planejadas. Estratégias como educação emocional, rodas de conversa, atividades reflexivas e práticas voltadas ao autoconhecimento contribuem para

que os estudantes ampliem sua consciência emocional e desenvolvam recursos para lidar com diferentes situações do cotidiano (Gomes; Teixeira, 2025; Silva *et al.*, 2025).

Os professores exercem influência significativa nesse processo. Além de atuarem como mediadores da aprendizagem, servem como modelos de comportamento emocional para os estudantes. Educadores que demonstram equilíbrio, empatia e capacidade de lidar com desafios de forma construtiva contribuem para a construção de ambientes emocionalmente seguros e favorecem o desenvolvimento dessas competências nos alunos (Constantino *et al.*, 2025; Lopes; Pinto, 2026).

Diante desses achados, torna-se evidente que a autorregulação emocional constitui uma habilidade essencial para o desenvolvimento escolar e para a promoção da saúde mental. Ao fortalecer a capacidade dos estudantes de compreender, expressar e administrar suas emoções, a escola amplia as possibilidades de aprendizagem, melhora a convivência e contribui para a formação de indivíduos mais resilientes, autônomos e preparados para enfrentar os desafios da vida. Assim, investir no desenvolvimento da autorregulação emocional representa um compromisso fundamental com a educação integral e com a construção de ambientes escolares mais saudáveis e humanizados (Rocha *et al.*, 2025; Barroso; Araújo, 2025)

4. Estratégias de autocuidado para estudantes e educadores

O autocuidado tem sido reconhecido como uma das principais estratégias de promoção da saúde mental e prevenção do adoecimento emocional em diferentes contextos sociais, especialmente no ambiente escolar. Em uma realidade marcada pelo aumento das demandas acadêmicas, pelas pressões relacionadas ao desempenho e pelos desafios presentes nas relações interpessoais, desenvolver práticas de autocuidado tornou-se uma necessidade tanto para estudantes quanto para educadores. Essas práticas contribuem para o fortalecimento do bem-estar, da qualidade de vida e da capacidade de enfrentamento diante das dificuldades cotidianas (Fonseca *et al.*, 2026; Rocha *et al.*, 2025).

Para os estudantes, o autocuidado envolve o desenvolvimento de hábitos que favoreçam o equilíbrio físico, emocional e social. A manutenção de uma rotina adequada de sono, alimentação equilibrada, prática regular de atividades físicas e momentos de lazer representa um conjunto de ações que contribui para o fortalecimento da saúde

mental e para a melhoria da capacidade de aprendizagem. Essas práticas auxiliam na redução dos níveis de estresse, aumentam a disposição para as atividades escolares e favorecem o desenvolvimento integral dos indivíduos (Ribeiro *et al.*, 2024; Souza *et al.*, 2026).

Além dos cuidados físicos, o autocuidado emocional desempenha papel igualmente relevante. Reconhecer emoções, expressar sentimentos de forma saudável e buscar apoio diante das dificuldades constituem habilidades fundamentais para a construção do equilíbrio psicológico. Muitos estudantes enfrentam desafios relacionados à ansiedade, insegurança e pressão acadêmica, tornando essencial o desenvolvimento de recursos que lhes permitam lidar adequadamente com essas experiências (Silva *et al.*, 2025; Russo, 2025). O autoconhecimento representa uma dimensão central do autocuidado. Quando os estudantes aprendem a identificar suas emoções, compreender seus limites e reconhecer suas necessidades, tornam-se mais capazes de tomar decisões conscientes em relação ao próprio bem-estar. Esse processo favorece o desenvolvimento da autoestima, da autonomia e da capacidade de enfrentar situações adversas de maneira mais equilibrada e saudável (Oliveira *et al.*, 2025; Silva *et al.*, 2025).

As relações interpessoais também constituem importantes fontes de proteção para a saúde mental. O fortalecimento dos vínculos familiares, das amizades e das relações positivas no ambiente escolar contribui para a construção de redes de apoio emocional capazes de auxiliar os estudantes em momentos de dificuldade. O sentimento de pertencimento e a percepção de suporte social favorecem a resiliência e reduzem os impactos negativos do estresse e das adversidades (Barroso; Araújo, 2025; Rocha *et al.*, 2025). No caso dos educadores, o autocuidado assume importância ainda mais significativa diante das múltiplas responsabilidades associadas à profissão docente. Além do planejamento e desenvolvimento das atividades pedagógicas, os professores frequentemente atuam como mediadores de conflitos, orientadores emocionais e referências para os estudantes. Essas demandas podem gerar desgaste físico e psicológico, tornando indispensável a adoção de estratégias voltadas à preservação da saúde mental (Fonseca *et al.*, 2026; Constantino *et al.*, 2025).

A literatura aponta que muitos profissionais da educação enfrentam elevados níveis de estresse ocupacional, sobrecarga emocional e dificuldades relacionadas ao equilíbrio entre vida pessoal e profissional. Nesse cenário, práticas de autocuidado tornam-se fundamentais para prevenir o adoecimento e fortalecer a qualidade de vida.

Reservar momentos para descanso, lazer, convivência familiar e atividades prazerosas representa uma forma importante de preservar a saúde física e emocional dos educadores (Constantino *et al.*, 2025; Fonseca *et al.*, 2026).

Outro aspecto relevante refere-se ao desenvolvimento de estratégias de gerenciamento emocional. Professores que conseguem reconhecer seus sentimentos, estabelecer limites saudáveis e desenvolver recursos para lidar com situações de tensão tendem a apresentar maior bem-estar e satisfação profissional. Além disso, tornam-se mais preparados para construir ambientes educativos positivos e emocionalmente seguros para os estudantes (Lopes; Pinto, 2026; Constantino *et al.*, 2025). As instituições escolares também possuem responsabilidade na promoção do autocuidado. A criação de espaços de diálogo, programas de apoio emocional, ações de valorização profissional e iniciativas voltadas à promoção da saúde mental contribuem para fortalecer o bem-estar da comunidade educativa. Essas medidas demonstram que o cuidado não deve ser compreendido apenas como responsabilidade individual, mas como compromisso coletivo e institucional (Guimarães; Freitas, 2026; Rocha *et al.*, 2025).

Experiências relatadas na literatura evidenciam que escolas que investem em práticas de autocuidado apresentam melhorias no clima organizacional, fortalecimento das relações interpessoais e redução dos níveis de estresse entre estudantes e profissionais. Esses resultados reforçam a importância de incorporar o cuidado consigo mesmo como parte integrante das práticas educativas e da cultura escolar (Fonseca *et al.*, 2026; Gomes; Teixeira, 2025). Assim, o autocuidado representa uma ferramenta essencial para a promoção da saúde mental no contexto escolar. Ao incentivar estudantes e educadores a desenvolver hábitos saudáveis (Barroso; Araújo, 2025), fortalecer o autoconhecimento e construir estratégias de enfrentamento emocional, a escola contribui para a formação de indivíduos mais equilibrados, resilientes e preparados para lidar com os desafios da vida pessoal, acadêmica e profissional. Dessa forma, o autocuidado deixa de ser uma prática complementar e passa a constituir um elemento central para a construção de ambientes educacionais mais saudáveis, humanizados e sustentáveis (Ribeiro *et al.*, 2024; Rocha *et al.*, 2025).

5. Mindfulness, atenção plena e educação emocional no ambiente escolar

Nas últimas décadas, práticas relacionadas ao mindfulness, também conhecido como atenção plena, têm despertado crescente interesse de pesquisadores e educadores devido ao seu potencial para promover saúde mental, bem-estar emocional e desenvolvimento socioemocional. No contexto escolar, essas práticas têm sido incorporadas como estratégias capazes de auxiliar estudantes e profissionais da educação a lidar com o estresse, desenvolver a autorregulação emocional e fortalecer habilidades relacionadas à atenção, à concentração e à convivência interpessoal. Dessa forma, o mindfulness tem se consolidado como uma importante ferramenta para a construção de ambientes educacionais mais saudáveis e equilibrados (Tatton-Ramos *et al.*, 2016; Yantunes, 2025).

A atenção plena pode ser definida como a capacidade de direcionar a consciência para o momento presente de forma intencional, acolhedora e sem julgamentos. Essa prática estimula os indivíduos a observar pensamentos, emoções e sensações corporais com maior clareza, favorecendo uma relação mais consciente consigo mesmos e com o ambiente ao seu redor. No contexto educacional, essa habilidade contribui para o fortalecimento do autoconhecimento e para o desenvolvimento de respostas emocionais mais equilibradas diante das situações cotidianas (Souza; Schwingel, 2022).

Diversos estudos apontam que a prática regular de mindfulness pode favorecer a redução dos níveis de ansiedade, estresse e impulsividade entre crianças e adolescentes. Em um cenário marcado por cobranças acadêmicas, excesso de estímulos e dificuldades de concentração, aprender a direcionar a atenção para o presente torna-se uma estratégia importante para melhorar o foco e fortalecer a capacidade de lidar com desafios emocionais (Yantunes, 2025; Souza *et al.*, 2026). A literatura também destaca que a atenção plena contribui para o desenvolvimento da autorregulação emocional. Ao ampliar a consciência sobre os próprios sentimentos e reações, os estudantes tornam-se mais capazes de identificar estados emocionais antes que eles se intensifiquem e influenciem negativamente seus comportamentos. Esse processo favorece respostas mais reflexivas diante de situações de conflito, frustração ou pressão, fortalecendo habilidades relacionadas ao autocontrole e à tomada de decisões (Oliveira *et al.*, 2025; Tatton-Ramos *et al.*, 2016).

Outro benefício frequentemente associado ao mindfulness refere-se à melhoria da atenção e da concentração. As práticas de atenção plena estimulam os indivíduos a direcionar o foco para uma atividade específica, reduzindo distrações e fortalecendo a capacidade de manter-se presente nas tarefas realizadas. No ambiente escolar, essa habilidade favorece a participação nas atividades de aprendizagem, melhora o desempenho acadêmico e contribui para a organização dos processos cognitivos envolvidos na aquisição do conhecimento (Yantunes, 2025; Hilário, 2025).

A educação emocional constitui um importante complemento às práticas de mindfulness. Enquanto a atenção plena fortalece a consciência sobre pensamentos e emoções, a educação emocional oferece ferramentas para compreender, nomear e administrar esses sentimentos de forma construtiva. A integração dessas abordagens possibilita que estudantes desenvolvam competências relacionadas à empatia, à resiliência, à comunicação e à resolução de conflitos, contribuindo para uma formação mais integral e humanizada (Gomes; Teixeira, 2025; Russo, 2025). As experiências desenvolvidas em diferentes instituições educacionais demonstram que atividades simples podem produzir resultados significativos. Exercícios de respiração consciente, momentos de silêncio, práticas de relaxamento, meditações guiadas e atividades voltadas ao reconhecimento das emoções podem ser incorporados ao cotidiano escolar sem comprometer o desenvolvimento curricular (Souza; Schwingel, 2022; Tatton-Ramos *et al.*, 2016).

Os benefícios das práticas de atenção plena não se restringem aos estudantes. Professores e demais profissionais da educação também podem utilizar essas estratégias para lidar com as demandas emocionais associadas ao trabalho docente. A prática do mindfulness tem sido associada à redução do estresse ocupacional, ao fortalecimento do equilíbrio emocional e à melhoria da qualidade das relações interpessoais, contribuindo para o bem-estar dos educadores e para a construção de ambientes escolares mais positivos (Constantino *et al.*, 2025; Fonseca *et al.*, 2026). Outro aspecto relevante refere-se à necessidade de adaptação dessas práticas às características e necessidades de cada contexto escolar. Não existe um modelo único de intervenção capaz de atender todas as realidades. Por isso, a implementação de programas de mindfulness e educação emocional deve considerar aspectos culturais, étários e institucionais, garantindo que as estratégias sejam significativas e acessíveis para a comunidade educativa (Tatton-Ramos *et al.*, 2016; Guimarães; Freitas, 2026).

As pesquisas mais recentes apontam que a combinação entre atenção plena, educação emocional e promoção da saúde mental constitui uma abordagem promissora para enfrentar muitos dos desafios presentes na educação contemporânea. Ao fortalecer habilidades relacionadas ao autoconhecimento, à gestão emocional e à convivência respeitosa, essas práticas ampliam as possibilidades de desenvolvimento integral dos estudantes e contribuem para a construção de escolas mais acolhedoras e comprometidas com o bem-estar coletivo (Barroso; Araújo, 2025; Rocha *et al.*, 2025).

Portanto, fica claro que o mindfulness e a educação emocional representam importantes estratégias para a promoção da saúde mental no contexto escolar. Ao estimular a atenção consciente, o equilíbrio emocional e a capacidade de lidar com os desafios cotidianos, essas práticas fortalecem competências essenciais para a aprendizagem, para a convivência e para o desenvolvimento humano. Assim, sua incorporação ao ambiente escolar constitui uma oportunidade valiosa para construir espaços educativos mais saudáveis, inclusivos e preparados para responder às demandas emocionais da sociedade contemporânea (Yantunes, 2025; Gomes; Teixeira, 2025; Tatton-Ramos *et al.*, 2016).

6. O papel da escola na promoção das competências socioemocionais

A escola desempenha um papel fundamental na formação integral dos estudantes, não apenas por meio da transmissão de conhecimentos acadêmicos, mas também pela promoção de competências que favorecem o desenvolvimento emocional, social e ético. Em uma sociedade marcada por transformações constantes, relações complexas e desafios crescentes para a saúde mental, torna-se cada vez mais necessário que as instituições educativas assumam um compromisso efetivo com o desenvolvimento das competências socioemocionais. Essas habilidades contribuem para a construção de indivíduos mais autônomos, resilientes e preparados para enfrentar as demandas da vida pessoal, acadêmica e profissional (Barroso; Araújo, 2025; Rocha *et al.*, 2025).

As competências socioemocionais abrangem um conjunto de capacidades relacionadas ao reconhecimento e gerenciamento das emoções, à empatia, à cooperação, à tomada de decisões responsáveis e à construção de relacionamentos saudáveis. Essas habilidades influenciam diretamente a forma como os estudantes aprendem, interagem com os outros e enfrentam desafios cotidianos (Russo, 2025; Magalhães *et al.*, 2018). O

ambiente escolar oferece inúmeras oportunidades para o desenvolvimento dessas competências. As interações diárias entre estudantes, professores e demais membros da comunidade educativa constituem experiências que favorecem a aprendizagem emocional e social. Situações relacionadas à convivência, à resolução de conflitos, ao trabalho colaborativo e à participação em atividades coletivas possibilitam o exercício de habilidades fundamentais para o desenvolvimento humano e para a construção da cidadania (Lopes; Pinto, 2026; Guimarães; Freitas, 2026).

A educação emocional tem se destacado como uma das principais estratégias para promover competências socioemocionais no contexto escolar. Por meio de atividades planejadas, os estudantes aprendem a identificar emoções, compreender seus efeitos sobre pensamentos e comportamentos e desenvolver estratégias adequadas para lidar com diferentes situações (Gomes; Teixeira, 2025; Oliveira *et al.*, 2025). As oficinas das emoções constituem exemplos de práticas que podem ser incorporadas ao cotidiano escolar. Essas atividades criam espaços seguros para o diálogo, a expressão de sentimentos e a reflexão sobre experiências emocionais vivenciadas pelos estudantes. Além de favorecer a autorregulação emocional, tais iniciativas contribuem para fortalecer vínculos, promover empatia e desenvolver habilidades relacionadas à comunicação e à resolução de conflitos (Gomes; Teixeira, 2025; Silva *et al.*, 2025).

Outro aspecto importante refere-se à integração das competências socioemocionais ao currículo escolar. Em vez de serem trabalhadas de forma isolada, essas habilidades podem ser desenvolvidas transversalmente nas diferentes áreas do conhecimento e nas diversas experiências educativas oferecidas pela escola. Essa abordagem amplia as possibilidades de aprendizagem e favorece a construção de uma cultura institucional comprometida com o desenvolvimento integral dos estudantes (Magalhães *et al.*, 2018; Russo, 2025). Os professores desempenham papel central nesse processo. Além de mediadores da aprendizagem, são referências importantes para os estudantes na construção de atitudes, valores e comportamentos. Educadores que demonstram empatia, escuta ativa, equilíbrio emocional e respeito às diferenças contribuem significativamente para o desenvolvimento das competências socioemocionais dos alunos, fortalecendo a qualidade das relações estabelecidas no ambiente escolar (Constantino *et al.*, 2025; Lopes; Pinto, 2026).

A literatura também destaca a importância dos programas estruturados de promoção da saúde mental nas escolas. Essas iniciativas podem envolver ações de

educação emocional, prevenção de problemas relacionados à saúde mental, fortalecimento das relações interpessoais e desenvolvimento de habilidades de enfrentamento. Quando implementados de forma sistemática, esses programas contribuem para melhorar o clima escolar, reduzir situações de conflito e promover maior bem-estar entre estudantes e profissionais da educação (Guimarães; Freitas, 2026; Rocha *et al.*, 2025).

As competências socioemocionais apresentam ainda forte relação com os processos de aprendizagem. Estudos indicam que estudantes que desenvolvem habilidades como persistência, autocontrole, responsabilidade e cooperação tendem a apresentar maior engajamento acadêmico e melhores condições para lidar com as dificuldades encontradas ao longo da trajetória escolar (Souza *et al.*, 2026; Oliveira *et al.*, 2025). Outro benefício importante refere-se à promoção da saúde mental e à prevenção do sofrimento emocional. Ao aprender a reconhecer emoções, buscar apoio quando necessário e utilizar estratégias adequadas para lidar com situações desafiadoras, os estudantes ampliam seus recursos de enfrentamento e fortalecem fatores de proteção relacionados ao bem-estar psicológico. Essa perspectiva torna-se especialmente relevante diante do aumento das demandas emocionais observadas entre crianças e adolescentes na contemporaneidade (Barroso; Araújo, 2025; Russo, 2025).

Diante dos achados, nota-se que a escola ocupa posição estratégica na promoção das competências socioemocionais. Ao criar oportunidades para o desenvolvimento do autoconhecimento, da empatia, da cooperação e da autorregulação emocional, a instituição escolar contribui para a formação de indivíduos mais preparados para enfrentar desafios, construir relações saudáveis e participar ativamente da sociedade (Gomes; Teixeira, 2025). Assim, fortalecer a educação socioemocional representa um investimento fundamental na construção de escolas mais humanas, inclusivas e comprometidas com o desenvolvimento integral dos estudantes (Rocha *et al.*, 2025; Guimarães; Freitas, 2026).

7. Construindo uma cultura escolar de autocuidado e bem-estar

A promoção da saúde mental no ambiente educacional exige mais do que ações pontuais ou intervenções isoladas. Para que os benefícios do autocuidado e da autorregulação emocional sejam efetivamente incorporados à rotina escolar, torna-se

necessário construir uma cultura institucional fundamentada no cuidado, no respeito às diferenças e na valorização do bem-estar coletivo. Essa perspectiva compreende a escola como um espaço de desenvolvimento humano integral, no qual a aprendizagem acadêmica caminha lado a lado com a promoção da saúde emocional e da qualidade de vida (Barroso; Araújo, 2025; Rocha *et al.*, 2025).

Uma cultura escolar de autocuidado caracteriza-se pela criação de ambientes que favorecem a escuta, o acolhimento, o diálogo e a construção de relações interpessoais saudáveis. Nesses espaços, estudantes e profissionais sentem-se seguros para expressar emoções, compartilhar dificuldades e buscar apoio quando necessário. Essa atmosfera de confiança contribui para reduzir fatores associados ao sofrimento emocional e fortalece o sentimento de pertencimento à comunidade escolar (Guimarães; Freitas, 2026; Gomes; Teixeira, 2025).

O fortalecimento do bem-estar coletivo depende do envolvimento de todos os membros da comunidade educativa. Gestores, professores, estudantes, famílias e demais profissionais da escola precisam compartilhar a responsabilidade pela construção de ambientes emocionalmente saudáveis. Quando o cuidado é compreendido como um compromisso coletivo, ampliam-se as possibilidades de desenvolvimento de ações permanentes voltadas à promoção da saúde mental e à prevenção de problemas emocionais (Rocha *et al.*, 2025; Barroso; Araújo, 2025). A gestão escolar exerce papel estratégico nesse processo. Líderes comprometidos com a promoção do bem-estar tendem a incentivar práticas de acolhimento, formação continuada e valorização dos profissionais da educação. Além disso, podem criar condições para que temas relacionados à saúde mental e às competências socioemocionais sejam incorporados ao planejamento institucional e às ações pedagógicas desenvolvidas ao longo do ano letivo (Guimarães; Freitas, 2026; Lopes; Pinto, 2026).

A formação continuada dos educadores constitui outro elemento fundamental para a consolidação dessa cultura. Professores que compreendem os processos emocionais envolvidos na aprendizagem e desenvolvem competências relacionadas ao autocuidado tornam-se mais preparados para apoiar os estudantes e lidar com os desafios da prática docente. Além disso, a formação contribui para fortalecer o bem-estar dos próprios profissionais, reduzindo situações de desgaste emocional e favorecendo a satisfação no trabalho (Constantino *et al.*, 2025; Silva, 2025). As práticas de educação emocional também desempenham papel importante na construção de uma cultura escolar voltada

ao bem-estar. Atividades que promovem o autoconhecimento, a empatia, a resolução pacífica de conflitos e a autorregulação emocional contribuem para transformar as relações estabelecidas no cotidiano escolar. Essas experiências favorecem o desenvolvimento de atitudes mais colaborativas e fortalecem os vínculos entre os diferentes integrantes da comunidade educativa (Gomes; Teixeira, 2025; Russo, 2025).

Outro aspecto relevante refere-se à valorização das pequenas ações de cuidado presentes na rotina escolar. Momentos de acolhimento, rodas de conversa, espaços de escuta, práticas de relaxamento e iniciativas voltadas à promoção da saúde podem gerar impactos significativos quando incorporados de forma contínua ao cotidiano da instituição. Essas ações demonstram que o cuidado emocional não depende exclusivamente de grandes programas, mas pode ser construído por meio de experiências simples e significativas (Fonseca *et al.*, 2026; Souza; Schwingel, 2022). As práticas de mindfulness e atenção plena também podem contribuir para fortalecer essa cultura institucional. Ao estimular a consciência emocional, a concentração e a redução do estresse, essas estratégias favorecem a criação de ambientes mais tranquilos e acolhedores. Além disso, auxiliam estudantes e educadores a desenvolver recursos internos para enfrentar desafios de forma mais equilibrada, fortalecendo o bem-estar individual e coletivo (Tatton-Ramos *et al.*, 2016; Yantunes, 2025).

A participação das famílias representa igualmente um componente essencial para o sucesso dessas iniciativas. Quando escola e família compartilham valores relacionados ao cuidado, ao respeito e à promoção da saúde mental, ampliam-se as oportunidades de desenvolvimento socioemocional dos estudantes (Rocha *et al.*, 2025). Além dos benefícios para a saúde mental, a construção de uma cultura de autocuidado influencia positivamente os processos de aprendizagem. Estudantes que se sentem acolhidos, valorizados e emocionalmente seguros tendem a apresentar maior engajamento, motivação e participação nas atividades escolares. Da mesma forma, profissionais que atuam em ambientes saudáveis demonstram maior satisfação, comprometimento e capacidade de promover experiências educativas significativas (Souza *et al.*, 2026; Guimarães; Freitas, 2026).

Dessa forma, construir uma cultura escolar de autocuidado e bem-estar significa reconhecer que a saúde mental deve ocupar posição central nas práticas educativas contemporâneas. Ao integrar cuidado, aprendizagem e desenvolvimento socioemocional em uma mesma perspectiva formativa, a escola fortalece sua função social e amplia sua

capacidade de promover o desenvolvimento integral dos indivíduos. Mais do que preparar estudantes para avaliações ou para o mercado de trabalho, uma escola comprometida com o bem-estar contribui para a formação de pessoas mais conscientes, resilientes e capazes de construir relações saudáveis ao longo da vida (Barroso; Araújo, 2025; Rocha *et al.*, 2025; Russo, 2025).

8. Considerações Finais

O autocuidado e a autorregulação emocional constituem competências essenciais para a promoção da saúde mental e para o desenvolvimento integral de estudantes e educadores. Ao longo deste capítulo, foi possível compreender que essas habilidades não se limitam ao gerenciamento de emoções ou à adoção de hábitos saudáveis, mas representam recursos fundamentais para enfrentar desafios, construir relações positivas e promover qualidade de vida no contexto escolar. Em uma realidade marcada por crescentes demandas emocionais, fortalecer essas competências torna-se uma necessidade cada vez mais evidente.

As reflexões apresentadas evidenciaram que a autorregulação emocional influencia diretamente os processos de aprendizagem, a convivência escolar e a capacidade de adaptação diante das adversidades. Estudantes que desenvolvem habilidades relacionadas ao reconhecimento e à gestão das emoções tendem a apresentar maior equilíbrio emocional, melhor desempenho acadêmico e relações interpessoais mais saudáveis. Da mesma forma, educadores emocionalmente preparados tornam-se agentes importantes na construção de ambientes educativos acolhedores e promotores de bem-estar.

O autocuidado também se revelou uma importante estratégia de proteção à saúde mental. A adoção de práticas voltadas ao cuidado físico, emocional e social contribui para reduzir os impactos do estresse, fortalecer a autoestima e ampliar a capacidade de enfrentamento diante das dificuldades cotidianas. Tanto estudantes quanto profissionais da educação se beneficiam dessas ações, reforçando a necessidade de incorporar o cuidado consigo mesmo como parte integrante da cultura escolar. As estratégias de *mindfulness*, atenção plena e educação emocional demonstraram potencial significativo para fortalecer competências socioemocionais e promover ambientes escolares mais equilibrados. Ao favorecer o autoconhecimento, a concentração e a regulação emocional,

essas práticas ampliam os recursos disponíveis para lidar com os desafios acadêmicos e relacionais presentes na vida escolar. Além disso, contribuem para a prevenção do sofrimento emocional e para a promoção de uma convivência mais respeitosa e colaborativa.

Outro aspecto importante refere-se ao papel da escola como espaço privilegiado para o desenvolvimento dessas competências. Ao integrar ações voltadas ao bem-estar emocional em seu projeto educativo, a instituição amplia sua capacidade de promover não apenas aprendizagem, mas também saúde, cidadania e desenvolvimento humano. Essa perspectiva exige o compromisso de gestores, professores, famílias e estudantes na construção de ambientes fundamentados no cuidado, na empatia e no respeito às diferenças.

Por fim, conclui-se que a promoção do autocuidado e da autorregulação emocional deve ser compreendida como um investimento permanente na qualidade da educação e na saúde mental da comunidade escolar. Construir escolas que valorizem o bem-estar, a escuta, o acolhimento e o desenvolvimento socioemocional significam fortalecer as condições necessárias para que estudantes e educadores desenvolvam plenamente suas potencialidades. Dessa forma, o autocuidado e a autorregulação emocional consolidam-se como pilares fundamentais para a construção de ambientes educativos mais humanos, inclusivos e comprometidos com a formação integral dos sujeitos.

REFERÊNCIAS

- BARROSO, M. R. C.; ARAÚJO, R. do N. Interconexão Entre Saúde Mental e Práticas Educacionais: Abordagens Interdisciplinares. **Revista FSA**, v. 22, n. 4, 2025.
- CONSTANTINO, A. G. et al. Autorregulação Na Perspectiva Da Saúde Emocional Do Professor: Uma Análise Da Teoria Social Cognitiva. **Revista Foco**, v. 18, n. 8, p. e9522, 2025.
- FLEURY, E. A. de B.; LIMA, L. M. Cultura da Autorregulação: reflexões sobre uma prática de extensão universitária na Escola de Música e Artes Cênicas da Universidade Federal de Goiás. **Expressa Extensão**, v. 25, n. 3, p. 83-95, 2020.
- FONSECA, G. L. L. et al. Cuidar de quem cuida: a extensão como caminho de humanização e autocuidado. **Revista de Extensão e Educação em Saúde Ciências Médicas**, v. 5, n. 1, p. e715-e715, 2026.
- GOMES, W. R.; TEIXEIRA, M. de M. A Psicoeducação E A Oficina Das Emoções Como Estratégias De Promoção Da Saúde Mental No Contexto Escolar. **Revista Multidisciplinar Integrada-REMI**, v. 7, n. 02, p. 1-18, 2025.
- GUIMARÃES, A. M. B.; FREITAS, L. C. Programas de saúde mental em escolas do Grande Porto, Portugal. **Horizontes**, v. 44, n. 1, p. e023256, 2026.
- HILÁRIO, M. C. Desenvolvendo A Atenção E O Autocontrole Na Escola: Um Estudo Bibliográfico. **International Integralize Scientific**, v. 5, n. 53, 2025.
- LOPES, D. A.; PINTO, S. S. Gestão de Conflitos e Formação Socioemocional no Contexto Escolar: um Estudo com Professores do Ensino Fundamental. **Interfaces Da Educação**, v. 17, n. 48, 2026.
- MAGALHÃES, C. R. et al. Formação de professores e profissionais de saúde para a promoção da autorregulação em saúde na infância. **Revista de Educação PUC-Campinas**, v. 23, n. 3, p. 425-437, 2018.
- OLIVEIRA, C. L. A. et al. O Poder Das Emoções No Contexto Escolar: Autorregulação E Desenvolvimento Infantil. **Pensar Acadêmico**, v. 23, n. 4, p. 337-348, 2025.
- PINTO, R. S. Educação Emocional E O Uso Do Celular Na Escola: Desafios E Possibilidades. **International Integralize Scientific**, v. 5, n. 52, 2025.
- RIBEIRO, N. P. et al. Autocuidado corporal e o bem-estar dos estudantes, em uma escola estadual de tempo integral em Porto Nacional-TO. **Observatorio de la Economía Latinoamericana**, v. 22, n. 12, p. 104, 2024.

ROCHA, G. S. et al. Educação E Promoção Da Saúde: Estratégias Para Ambientes Escolares Saudáveis. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 11, n. 12, p. 6445-6458, 2025.

RUSSO, A. R. A. **Competências socioemocionais dos adolescentes: Promoção da saúde em contexto escolar**. 2025. Dissertação de Mestrado. Instituto Politecnico de Beja (Portugal).

SILVA, K. B. de S. et al. Aquarela Dos 5as No Ambiente Escolar: autocuidado, autoestima, autoconhecimento, autoregulação e autoconfiança. **Educação, Cultura e Comunicação**, v. 16, n. 31, 2025.

SILVA, L. A. V. B. **Tecnodocência e mapas mentais como estratégias de autorregulação das competências socioemocionais na formação docente**. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo.

SOUZA, N. F.; SCHWINGEL, P. A. Relato de experiência da série “Medita Rural”: pequenas pausas de autocuidado humano baseadas em mindfulness em uma universidade pública brasileira durante a pandemia de COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 6, p. e50511629305, 2022.

SOUZA, V. C. et al. Os Efeitos Da Saúde Mental Infantil No Processo De Aprendizagem: Desafios Pedagógicos E Estratégias De Intervenção Na Escola. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 12, n. 1, p. 1-12, 2026.

TATTON-RAMOS, T. P. et al. Mindfulness em ambientes escolares: adaptações e protocolos emergentes. **Temas em Psicologia**, v. 24, n. 4, p. 1375-1388, 2016.

YANTUNES, D. S. H. Atenção Plena Como Estratégia Para Desenvolvimento Socioemocional De Escolares. **Communitas**, v. 9, n. 23, p. e8994, 2025.

POLÍTICAS PÚBLICAS E SAÚDE MENTAL NA EDUCAÇÃO BÁSICA

Carla Michelle da Silva

Rosana Alves Sampaio

Antônio Veimar da Silva

1. Introdução

A saúde mental tem ocupado posição cada vez mais relevante nos debates sobre educação, especialmente diante do aumento das demandas emocionais observadas entre estudantes, professores e demais profissionais que atuam no ambiente escolar. As transformações sociais, culturais e tecnológicas ocorridas nas últimas décadas, associadas às mudanças nos modos de vida e às exigências contemporâneas, têm contribuído para o surgimento de novos desafios relacionados ao bem-estar psicológico e à qualidade das relações estabelecidas no contexto educacional. Nesse cenário, torna-se fundamental discutir o papel das políticas públicas na promoção da saúde mental e na construção de ambientes escolares mais acolhedores e saudáveis (Caçapava; Colvero; Pereira, 2009; Lima *et al.*, 2024).

Historicamente, as políticas públicas de saúde mental estiveram concentradas nos serviços especializados de saúde, com foco predominantemente assistencial e clínico. Entretanto, a ampliação da compreensão sobre os determinantes sociais da saúde favoreceu o reconhecimento da importância de ações preventivas e promocionais desenvolvidas em diferentes espaços sociais, incluindo as instituições educacionais. A

escola passou a ser reconhecida como ambiente estratégico para a promoção da saúde mental, devido à sua capacidade de influenciar o desenvolvimento humano, fortalecer vínculos sociais e favorecer a construção de fatores de proteção ao longo da vida (Gama; Campos, 2009).

A relação entre educação e saúde mental tornou-se ainda mais evidente diante do crescimento dos indicadores de sofrimento psíquico entre crianças, adolescentes e profissionais da educação. Problemas relacionados à ansiedade, depressão, violência escolar, dificuldades de aprendizagem e adoecimento ocupacional têm despertado preocupação de pesquisadores, gestores e formuladores de políticas públicas (Lemos *et al.*, 2025; Silva *et al.*, 2024). No contexto da educação básica, as políticas públicas voltadas à saúde mental buscam promover ações preventivas, fortalecer fatores de proteção e garantir condições adequadas para o desenvolvimento integral dos estudantes. Essas iniciativas envolvem programas de apoio psicossocial, ações de promoção da convivência saudável, estratégias de prevenção da violência e articulação entre os setores da educação, saúde e assistência social (Ribeiro, 2025; Goes *et al.*, 2021).

A saúde mental dos profissionais da educação também tem recebido crescente atenção nas discussões sobre políticas públicas. Estudos apontam que professores e gestores escolares estão frequentemente expostos a situações de sobrecarga de trabalho, estresse ocupacional, adoecimento emocional e síndrome de burnout. Esses fatores impactam não apenas a qualidade de vida dos profissionais, mas também os processos de ensino e aprendizagem, evidenciando a necessidade de políticas que promovam condições adequadas de trabalho e valorização profissional (Andrade *et al.*, 2026; Caitano; Vidal; Vianna, 2026). Outro aspecto relevante refere-se à importância da intersetorialidade na implementação das políticas públicas de saúde mental. A complexidade dos desafios enfrentados pela comunidade escolar exige a articulação entre diferentes áreas do conhecimento e diferentes setores governamentais. A integração entre educação, saúde, assistência social, cultura e direitos humanos amplia a capacidade de atendimento das necessidades dos estudantes e fortalece as redes de apoio fundamentais para a promoção do bem-estar e da inclusão (Dias; Amarante, 2022; Santos *et al.*, 2024).

As políticas públicas também desempenham papel importante na redução das desigualdades sociais que afetam a saúde mental. Crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade social frequentemente enfrentam maiores riscos relacionados ao sofrimento psicológico, à exclusão escolar e às dificuldades de acesso aos serviços

especializados. Nesse sentido, políticas inclusivas e territorializadas contribuem para ampliar oportunidades de desenvolvimento e fortalecer a equidade no acesso aos direitos fundamentais (Ribeiro, 2025). Além da formulação de políticas, torna-se necessário avaliar continuamente sua efetividade e seus impactos sobre a realidade escolar. A implementação de programas e ações nem sempre garante resultados satisfatórios quando não existe acompanhamento adequado, investimento financeiro suficiente ou formação dos profissionais envolvidos. Dessa forma, a avaliação permanente constitui elemento essencial para o aprimoramento das estratégias voltadas à promoção da saúde mental na educação básica (Silva *et al.*, 2024; Lima *et al.*, 2024).

A construção de escolas promotoras de saúde mental exige uma compreensão ampliada do processo educativo, reconhecendo que o desenvolvimento humano envolve dimensões cognitivas, emocionais, sociais e culturais. Essa perspectiva fortalece a ideia de que a educação deve contribuir não apenas para a aprendizagem de conteúdos acadêmicos, mas também para a formação de sujeitos capazes de desenvolver relações saudáveis, exercer a cidadania e construir projetos de vida significativos (Reginatto *et al.*, 2026; Ferreira *et al.*, 2025). Diante desse contexto, este capítulo tem como objetivo analisar as políticas públicas voltadas à saúde mental na educação básica, discutindo seus avanços, desafios e perspectivas, bem como o papel da escola, dos profissionais da educação e das redes intersetoriais na promoção do bem-estar e do desenvolvimento integral de estudantes e educadores.

2. A construção das políticas públicas de saúde mental no contexto educacional

A construção das políticas públicas de saúde mental no contexto educacional resulta de um processo histórico marcado pela ampliação da compreensão sobre os fatores que influenciam o desenvolvimento humano e o bem-estar coletivo. Durante muito tempo, as questões relacionadas à saúde mental foram tratadas predominantemente sob uma perspectiva biomédica, centrada no diagnóstico e no tratamento de transtornos psicológicos em ambientes especializados. Com o avanço das discussões sobre promoção da saúde e direitos sociais, tornou-se evidente a necessidade de desenvolver estratégias preventivas e intersetoriais capazes de atuar nos diferentes contextos de vida dos indivíduos, incluindo o ambiente escolar (Caçapava; Colvero; Pereira, 2009; Gama; Campos, 2009).

No Brasil, a Reforma Psiquiátrica representou um marco importante para a transformação das políticas de saúde mental. Esse movimento contribuiu para a substituição progressiva de modelos centrados na institucionalização por abordagens voltadas à atenção comunitária, à inclusão social e à garantia de direitos. A partir dessa nova perspectiva, a saúde mental passou a ser compreendida como uma dimensão inseparável da cidadania e da qualidade de vida, favorecendo a ampliação das ações desenvolvidas em espaços sociais diversos, entre eles a escola (Couto; Duarte; Delgado, 2008; Caçapava; Colvero; Pereira, 2009).

A aproximação entre os campos da saúde e da educação ocorreu de forma gradual, impulsionada pelo reconhecimento de que os processos educativos influenciam diretamente o desenvolvimento emocional, cognitivo e social dos indivíduos (Dias; Amarante, 2022). As instituições escolares passaram a ser vistas não apenas como locais destinados à transmissão de conhecimentos, mas também como espaços estratégicos para a promoção da saúde, a prevenção de agravos e o fortalecimento de fatores de proteção relacionados ao bem-estar psicológico (Ferreira *et al.*, 2025).

A literatura destaca que a infância e a adolescência constituem períodos decisivos para a promoção da saúde mental. Muitas das dificuldades emocionais e comportamentais observadas na vida adulta possuem origem em experiências vivenciadas durante essas etapas do desenvolvimento. Por essa razão, políticas públicas voltadas ao contexto escolar assumem papel fundamental na identificação precoce de vulnerabilidades, na promoção de ambientes saudáveis e no fortalecimento das redes de apoio destinadas às crianças e aos adolescentes (Couto; Duarte; Delgado, 2008; Goes *et al.*, 2021). O reconhecimento da saúde mental como direito social contribuiu para ampliar a responsabilidade do Estado na formulação de políticas voltadas à proteção e ao cuidado das populações escolares. Nesse contexto, diferentes programas e estratégias passaram a incorporar ações relacionadas à promoção da saúde mental, à prevenção da violência, ao fortalecimento dos vínculos comunitários e à construção de ambientes educacionais mais inclusivos e acolhedores. Essas iniciativas refletem uma compreensão mais abrangente da relação entre educação, saúde e desenvolvimento humano (Lima *et al.*, 2024; Ribeiro, 2025).

Outro aspecto importante refere-se à influência das políticas internacionais sobre a formulação das ações nacionais. Organismos internacionais têm defendido a integração entre saúde mental e educação como estratégia para promover o desenvolvimento sustentável, reduzir desigualdades e fortalecer a qualidade dos sistemas educacionais

(Santos *et al.*, 2024; Dias; Amarante, 2022). A construção das políticas públicas também tem sido influenciada pelo aumento das demandas relacionadas ao sofrimento psíquico na população escolar. O crescimento dos casos de ansiedade, depressão, violência, dificuldades de convivência e problemas emocionais evidenciou a necessidade de respostas institucionais mais consistentes e articuladas. Nesse cenário, a escola passou a ocupar posição estratégica na implementação de ações voltadas à promoção da saúde mental e à prevenção de fatores de risco (Lemos *et al.*, 2025; Silva *et al.*, 2024).

A intersectorialidade constitui um dos princípios fundamentais dessas políticas. A complexidade dos desafios relacionados à saúde mental exige a articulação entre diferentes setores governamentais e diferentes áreas do conhecimento. Educação, saúde, assistência social, cultura e direitos humanos precisam atuar de forma integrada para construir respostas mais eficazes às necessidades da comunidade escolar, fortalecendo as redes de proteção e ampliando o alcance das ações desenvolvidas (Dias; Amarante, 2022). Apesar dos avanços observados, diversos desafios ainda persistem na consolidação das políticas públicas de saúde mental na educação básica. Limitações relacionadas ao financiamento, à formação profissional, à disponibilidade de serviços especializados e à articulação entre os diferentes setores dificultam a implementação efetiva de muitas iniciativas. Além disso, as desigualdades regionais e sociais existentes no país influenciam diretamente o acesso aos recursos necessários para a promoção da saúde mental nas escolas (Silva *et al.*, 2024; Lima *et al.*, 2024).

Diante dessas reflexões, torna-se evidente que a construção das políticas públicas de saúde mental no contexto educacional representa um processo contínuo, marcado por avanços, desafios e possibilidades de aprimoramento. A consolidação dessas políticas depende do fortalecimento das redes de cuidado, da ampliação da intersectorialidade e do reconhecimento da escola como espaço privilegiado para a promoção da saúde mental e do desenvolvimento humano integral. Dessa forma, investir em políticas públicas voltadas ao bem-estar da comunidade escolar significa fortalecer não apenas a educação, mas também a cidadania, a inclusão social e a qualidade de vida da população (Reginatto *et al.*, 2026; Ferreira *et al.*, 2025).

3. Saúde mental na educação básica: avanços, desafios e demandas atuais

A saúde mental na educação básica tem se consolidado como uma temática prioritária nas discussões educacionais e nas agendas de políticas públicas devido ao crescente reconhecimento de sua influência sobre os processos de aprendizagem, desenvolvimento humano e qualidade das relações escolares. Nas últimas décadas, houve importantes avanços na compreensão de que o bem-estar emocional dos estudantes e dos profissionais da educação constitui elemento indispensável para a construção de ambientes escolares saudáveis e promotores de desenvolvimento integral. Esse entendimento tem impulsionado a criação de programas, projetos e estratégias voltadas à promoção da saúde mental no contexto educacional (Lima *et al.*, 2024; Ferreira *et al.*, 2025).

Entre os avanços observados destaca-se a ampliação do debate sobre saúde mental dentro das escolas. Temas anteriormente restritos aos serviços especializados de saúde passaram a integrar discussões pedagógicas, programas de formação docente e iniciativas voltadas ao fortalecimento da convivência escolar. Esse movimento contribuiu para reduzir parte dos estigmas associados ao sofrimento psíquico e favoreceu a construção de práticas mais sensíveis às necessidades emocionais da comunidade escolar (Dias; Amarante, 2022; Ribeiro, 2025).

Outro progresso importante refere-se ao fortalecimento da compreensão da escola como espaço de promoção da saúde. A instituição escolar passou a ser reconhecida não apenas como local de ensino formal, mas também como ambiente capaz de desenvolver fatores de proteção relacionados ao bem-estar psicológico, à construção da cidadania e à prevenção de problemas emocionais (Reginatto *et al.*, 2026; Ferreira *et al.*, 2025). Apesar desses avanços, a realidade da educação básica ainda apresenta desafios significativos. Um dos principais está relacionado ao aumento dos indicadores de sofrimento emocional entre crianças e adolescentes. Problemas como ansiedade, depressão, automutilação, violência escolar, dificuldades de convivência e transtornos emocionais têm sido relatados com frequência crescente por educadores e profissionais da saúde. Esses fenômenos evidenciam a necessidade de fortalecer as políticas públicas e ampliar os mecanismos de apoio disponíveis nas instituições educacionais (Lemos *et al.*, 2025).

As transformações sociais ocorridas nos últimos anos também contribuíram para o surgimento de novas demandas relacionadas à saúde mental. O uso intensivo das

tecnologias digitais, a exposição às redes sociais, as mudanças nas dinâmicas familiares e as pressões associadas ao desempenho acadêmico influenciam diretamente o bem-estar emocional dos estudantes (Neiman, 2026; Silva *et al.*, 2024). Outro desafio relevante refere-se às desigualdades sociais que impactam o desenvolvimento de crianças e adolescentes. Estudantes em situação de vulnerabilidade frequentemente convivem com condições que aumentam os riscos de sofrimento psicológico, incluindo insegurança alimentar, violência, exclusão social e dificuldades de acesso aos serviços de saúde. Nesse contexto, as políticas públicas precisam considerar as especificidades territoriais e sociais para garantir intervenções mais efetivas e equitativas (Goes *et al.*, 2021; Ribeiro, 2025).

A formação dos profissionais da educação também aparece como uma demanda importante. Embora os educadores estejam frequentemente na linha de frente da identificação de sinais de sofrimento emocional, muitos relatam dificuldades para lidar com situações relacionadas à saúde mental devido à insuficiência de formação específica sobre o tema. O fortalecimento das ações formativas constitui uma estratégia essencial para ampliar a capacidade das escolas de responder às necessidades dos estudantes de maneira adequada e humanizada (Lopes; Novais, 2023; Silva *et al.*, 2024). A saúde mental dos próprios profissionais da educação representa outro aspecto que merece atenção. Professores e gestores enfrentam diariamente situações relacionadas à sobrecarga de trabalho, pressão por resultados, conflitos interpessoais e desafios estruturais que podem comprometer seu bem-estar psicológico. O adoecimento docente tem sido apontado como um problema crescente, exigindo políticas que promovam melhores condições de trabalho e cuidado emocional para esses profissionais (Andrade *et al.*, 2026; Pereira *et al.*, 2023).

Além disso, a implementação das políticas públicas nem sempre ocorre de forma homogênea entre as diferentes regiões e sistemas de ensino. Muitas escolas enfrentam limitações relacionadas à infraestrutura, à disponibilidade de equipes multiprofissionais e ao acesso a serviços especializados. Essas dificuldades comprometem a efetividade das ações propostas e evidenciam a necessidade de investimentos contínuos para fortalecer a rede de atenção à saúde mental no contexto educacional (Lima *et al.*, 2024; Silva *et al.*, 2024).

A literatura também destaca a importância de fortalecer a articulação entre escola, família e serviços de saúde. O cuidado em saúde mental exige abordagens integradas que considerem os diferentes contextos de vida dos estudantes. Quando essas instituições

atuam de forma colaborativa, ampliam-se as possibilidades de identificação precoce de dificuldades, construção de estratégias preventivas e promoção do desenvolvimento saudável das crianças e adolescentes (Caçapava; Colvero; Pereira, 2009; Dias; Amarante, 2022). Diante desse cenário, torna-se evidente que a saúde mental na educação básica apresenta avanços importantes, mas continua marcada por desafios complexos e demandas crescentes. O fortalecimento das políticas públicas, a ampliação dos investimentos em ações preventivas, a formação continuada dos profissionais e a consolidação de redes intersetoriais de cuidado constituem caminhos fundamentais para garantir ambientes escolares mais saudáveis, inclusivos e comprometidos com o desenvolvimento integral da comunidade educativa (Reginatto *et al.*, 2026; Ferreira *et al.*, 2025).

4. Políticas públicas de promoção da saúde mental para estudantes

As políticas públicas voltadas à promoção da saúde mental dos estudantes têm adquirido crescente relevância no cenário educacional contemporâneo devido ao reconhecimento de que o desenvolvimento emocional constitui um componente essencial da aprendizagem e da formação humana. Crianças e adolescentes enfrentam desafios cada vez mais complexos relacionados às transformações sociais, às exigências acadêmicas, às relações interpessoais e às condições de vulnerabilidade presentes em diferentes contextos. Nesse cenário, torna-se fundamental que as políticas educacionais incorporem estratégias capazes de promover o bem-estar psicológico e fortalecer fatores de proteção ao longo da trajetória escolar (Ribeiro, 2025; Lima *et al.*, 2024).

A promoção da saúde mental no contexto escolar ultrapassa a perspectiva centrada na prevenção de transtornos psicológicos. Trata-se de uma abordagem que busca fortalecer competências socioemocionais, desenvolver habilidades de convivência, promover ambientes acolhedores e ampliar as oportunidades de desenvolvimento integral dos estudantes. Essa visão está alinhada aos princípios da promoção da saúde, que compreendem o bem-estar como resultado da interação entre fatores individuais, sociais, culturais e institucionais (Caçapava; Colvero; Pereira, 2009; Dias; Amarante, 2022).

A infância e a adolescência representam períodos estratégicos para a implementação dessas políticas. Estudos indicam que muitas dificuldades emocionais e

comportamentais manifestadas na vida adulta têm origem em experiências vivenciadas durante essas fases do desenvolvimento. Por essa razão, ações preventivas realizadas no ambiente escolar possuem elevado potencial para reduzir riscos futuros e fortalecer recursos psicológicos importantes para a vida em sociedade (Couto; Duarte; Delgado, 2008; Goes *et al.*, 2021). As políticas públicas direcionadas aos estudantes frequentemente contemplam ações voltadas ao fortalecimento da convivência escolar, à prevenção da violência, ao combate ao bullying e à promoção das competências socioemocionais. Essas iniciativas contribuem para a construção de ambientes mais seguros e inclusivos, favorecendo o desenvolvimento de habilidades relacionadas à empatia, ao respeito às diferenças e à resolução pacífica de conflitos. Além disso, fortalecem o sentimento de pertencimento e os vínculos entre os membros da comunidade escolar (Neiman, 2026; Reginatto *et al.*, 2026).

Outro aspecto importante refere-se à atenção às necessidades específicas de grupos que apresentam maior vulnerabilidade ao sofrimento psíquico. Crianças e adolescentes em situação de pobreza, exclusão social, violência doméstica ou dificuldades de aprendizagem frequentemente necessitam de suporte adicional para enfrentar os desafios presentes em suas trajetórias. As políticas públicas devem considerar essas particularidades e promover estratégias capazes de reduzir desigualdades e ampliar oportunidades de desenvolvimento saudável (Goes *et al.*, 2021; Ribeiro, 2025). A intersetorialidade constitui um dos pilares fundamentais para a efetividade dessas ações. A promoção da saúde mental dos estudantes exige articulação entre os setores da educação, saúde, assistência social e proteção dos direitos da criança e do adolescente. Essa integração possibilita a construção de redes de apoio mais abrangentes e favorece o acompanhamento adequado das situações que exigem atenção especializada, ampliando a capacidade de resposta das instituições diante das demandas identificadas (Caçapava; Colvero; Pereira, 2009; Dias; Amarante, 2022).

As escolas desempenham papel central na implementação dessas políticas. Por estarem diretamente inseridas no cotidiano dos estudantes, possuem condições privilegiadas para identificar sinais de sofrimento emocional, promover ações preventivas e fortalecer fatores de proteção relacionados ao desenvolvimento psicológico. A atuação da escola como espaço de cuidado amplia sua função social e fortalece seu compromisso com a formação integral dos indivíduos (Lemos *et al.*, 2025; Reginatto *et al.*, 2026). A literatura também destaca a importância dos programas de educação socioemocional

como estratégia de promoção da saúde mental. Essas iniciativas contribuem para o desenvolvimento de habilidades relacionadas ao autoconhecimento, à autorregulação emocional, à empatia e à tomada de decisões responsáveis. Ao fortalecer essas competências, os estudantes tornam-se mais preparados para lidar com desafios acadêmicos e sociais, reduzindo fatores de risco associados ao sofrimento psicológico (Ferreira *et al.*, 2025; Reginatto *et al.*, 2026).

Outro avanço importante observado nas políticas públicas recentes refere-se à ampliação das discussões sobre inclusão e saúde mental infantojuvenil. O reconhecimento das necessidades específicas de estudantes com deficiência, transtornos do neurodesenvolvimento e outras condições que afetam o processo de escolarização têm impulsionado a criação de estratégias voltadas à promoção da equidade e do acesso aos recursos necessários para o desenvolvimento integral desses sujeitos (Goes *et al.*, 2021; Silva *et al.*, 2024). Apesar dos avanços alcançados, diversos desafios ainda permanecem. Limitações relacionadas ao financiamento, à escassez de profissionais especializados, à insuficiência de formação continuada e às dificuldades de articulação intersetorial comprometem a efetividade de muitas iniciativas (Lima *et al.*, 2024; Ribeiro, 2025).

Assim, as políticas públicas de promoção da saúde mental para estudantes desempenham papel fundamental na construção de sistemas educacionais mais inclusivos, humanizados e comprometidos com o desenvolvimento integral. O fortalecimento dessas políticas exige investimentos contínuos, ampliação das redes de cuidado e articulação entre diferentes setores sociais. Ao promover ambientes escolares capazes de acolher, proteger e desenvolver seus estudantes, as políticas públicas contribuem não apenas para a melhoria da aprendizagem, mas também para a formação de indivíduos mais saudáveis, resilientes e preparados para os desafios da vida contemporânea (Ferreira *et al.*, 2025; Ribeiro, 2025; Reginatto *et al.*, 2026).

5. Saúde mental docente e políticas de valorização profissional

A saúde mental dos profissionais da educação tem se tornado uma das principais preocupações das políticas públicas educacionais devido ao aumento dos indicadores de adoecimento emocional observados entre professores e gestores escolares. As transformações ocorridas no trabalho docente, associadas às crescentes exigências institucionais, às mudanças sociais e às demandas relacionadas ao processo de ensino e

aprendizagem, têm contribuído para a intensificação dos fatores de risco que afetam o bem-estar desses profissionais. Nesse contexto, discutir políticas de valorização profissional torna-se fundamental para garantir condições adequadas de trabalho e promover uma educação de qualidade (Andrade *et al.*, 2026; Lopes; Novais, 2023).

A docência é uma atividade que envolve não apenas competências técnicas e pedagógicas, mas também intensa mobilização emocional. Os professores lidam diariamente com desafios relacionados à gestão da sala de aula, às demandas dos estudantes, às expectativas familiares e às exigências administrativas impostas pelos sistemas educacionais (Pereira *et al.*, 2023). A literatura aponta que o estresse ocupacional constitui um dos problemas mais frequentes entre os profissionais da educação básica. Jornadas extensas, acúmulo de funções, pressão por resultados e escassez de recursos pedagógicos figuram entre os fatores que contribuem para o desgaste emocional dos docentes. Quando essas condições persistem ao longo do tempo, podem comprometer significativamente a saúde mental e afetar a qualidade das atividades desenvolvidas no ambiente escolar (Andrade *et al.*, 2026; Villegas, 2023).

Entre os agravos mais discutidos no campo da saúde mental docente destaca-se a Síndrome de Burnout. Caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional, essa condição tem sido identificada com frequência crescente entre professores da educação básica. O burnout não afeta apenas o indivíduo, mas também repercute nos processos de ensino e aprendizagem, influenciando a motivação, a qualidade das relações interpessoais e o desempenho profissional (Caitano; Vidal; Vianna, 2026; Lopes; Novais, 2023). Outro aspecto relevante refere-se à precarização das condições de trabalho enfrentadas por muitos profissionais da educação. Contratos temporários, baixos salários, infraestrutura inadequada e insuficiência de recursos pedagógicos constituem elementos que contribuem para o aumento do sofrimento psicológico e da insatisfação profissional (Andrade *et al.*, 2026; Francisco; Bortone, 2025).

As consequências do adoecimento docente ultrapassam a esfera individual. Problemas relacionados à saúde mental dos professores podem impactar diretamente o clima escolar, a qualidade das relações estabelecidas com os estudantes e os resultados educacionais alcançados pelas instituições. Professores emocionalmente sobrecarregados tendem a apresentar maiores dificuldades para lidar com situações de conflito, desenvolver práticas inovadoras e construir vínculos positivos com os alunos

(Pereira *et al.*, 2023; Reginatto *et al.*, 2026). Nesse cenário, as políticas públicas de valorização profissional assumem papel estratégico. Investimentos em melhores condições de trabalho, remuneração adequada, redução da sobrecarga laboral e fortalecimento da carreira docente representam medidas fundamentais para promover a saúde mental e garantir maior qualidade de vida aos profissionais da educação. Essas ações contribuem para reduzir fatores de risco e fortalecer elementos associados ao bem-estar e à satisfação profissional (Francisco; Bortone, 2025; Villegas, 2023).

A formação continuada também se destaca como importante estratégia de promoção da saúde mental docente. Programas que abordam temas relacionados ao gerenciamento emocional, à prevenção do estresse, à resolução de conflitos e ao desenvolvimento das competências socioemocionais auxiliam os professores a lidar de maneira mais eficaz com os desafios cotidianos da profissão. Além disso, fortalecem a percepção de apoio institucional e valorização profissional (Ferreira *et al.*, 2025; Lopes; Novais, 2023). Outra dimensão importante refere-se à implementação de programas específicos de promoção do bem-estar dos educadores. Ações voltadas ao autocuidado, à prática de atividades físicas, ao apoio psicológico e à construção de espaços de escuta podem contribuir significativamente para a prevenção do adoecimento emocional. Estudos apontam que iniciativas dessa natureza favorecem a redução dos níveis de estresse e fortalecem a qualidade de vida dos profissionais da educação (Silva, 2024; Francisco; Bortone, 2025).

A pandemia de COVID-19 também evidenciou a necessidade de fortalecer as políticas públicas direcionadas à saúde mental docente. O aumento das demandas relacionadas ao ensino remoto, às adaptações pedagógicas e às incertezas vivenciadas durante esse período ampliou os níveis de sofrimento emocional entre os professores. Essa experiência reforçou a importância de desenvolver políticas permanentes de cuidado e valorização profissional, capazes de responder aos desafios contemporâneos da educação (Pereira *et al.*, 2023; Andrade *et al.*, 2026).

Diante dessas informações, podemos afirmar que a promoção da saúde mental docente deve ocupar posição central nas políticas públicas educacionais. Valorizar os profissionais da educação significa reconhecer sua importância para o desenvolvimento da sociedade e criar condições adequadas para o exercício de suas funções. Ao investir em bem-estar, qualidade de vida e valorização profissional, as políticas públicas fortalecem não apenas os educadores, mas também os processos de ensino e aprendizagem,

contribuindo para a construção de sistemas educacionais mais humanos, saudáveis e socialmente comprometidos (Caitano; Vidal; Vianna, 2026; Ferreira *et al.*, 2025; Francisco; Bortone, 2025).

6. A escola como espaço estratégico para a promoção da saúde mental

A escola ocupa uma posição privilegiada na promoção da saúde mental por constituir um dos principais espaços de desenvolvimento humano durante a infância e a adolescência. Além de desempenhar sua função educativa, a instituição escolar participa ativamente da construção de vínculos sociais, da formação da identidade e do desenvolvimento emocional dos estudantes. Essa característica faz com que a escola seja reconhecida pelas políticas públicas como um ambiente estratégico para a prevenção de problemas psicológicos, o fortalecimento dos fatores de proteção e a promoção do bem-estar coletivo (Reginatto *et al.*, 2026; Ferreira *et al.*, 2025).

A promoção da saúde mental no contexto escolar está diretamente relacionada à criação de ambientes acolhedores, inclusivos e emocionalmente seguros. Quando os estudantes se sentem respeitados, valorizados e pertencentes ao ambiente escolar, desenvolvem maior confiança para participar das atividades, construir relações saudáveis e enfrentar desafios acadêmicos e pessoais (Neiman, 2026; Reginatto *et al.*, 2026). O clima escolar representa um dos elementos mais importantes nesse processo. Um ambiente caracterizado pelo respeito mútuo, pela cooperação e pela valorização das diferenças favorece a construção de relações interpessoais positivas e reduz a ocorrência de situações de violência, discriminação e exclusão. Estudos demonstram que escolas com clima organizacional saudável apresentam melhores indicadores de aprendizagem, convivência e bem-estar emocional entre estudantes e profissionais da educação (Neiman, 2026; Silva *et al.*, 2024).

A literatura também destaca que a escola pode atuar como importante espaço de prevenção em saúde mental. A observação cotidiana dos estudantes permite identificar precocemente sinais de sofrimento emocional, dificuldades comportamentais e alterações que possam indicar necessidade de acompanhamento especializado (Couto; Duarte; Delgado, 2008; Goes *et al.*, 2021). As práticas pedagógicas desenvolvidas em sala de aula possuem grande potencial para contribuir com a promoção da saúde mental. Metodologias participativas, atividades colaborativas, educação socioemocional e

estratégias que valorizam o protagonismo estudantil favorecem o desenvolvimento de habilidades relacionadas ao autoconhecimento, à empatia e à resolução de conflitos. Essas experiências ampliam os recursos emocionais dos estudantes e fortalecem sua capacidade de lidar com desafios cotidianos (Reginatto *et al.*, 2026; Ferreira *et al.*, 2025).

Outro aspecto relevante refere-se à construção de vínculos entre professores e estudantes. Relações baseadas na confiança, no diálogo e no respeito favorecem a aprendizagem e contribuem para o desenvolvimento emocional saudável. Professores que demonstram interesse genuíno pelo bem-estar dos alunos tornam-se importantes referências afetivas e podem exercer papel decisivo na identificação de dificuldades e no fortalecimento dos fatores de proteção relacionados à saúde mental (Lemos *et al.*, 2025; Reginatto *et al.*, 2026). A promoção da saúde mental na escola também exige a participação ativa das famílias. A parceria entre escola e família fortalece a rede de apoio disponível aos estudantes e favorece a construção de estratégias mais consistentes para enfrentar desafios relacionados ao desenvolvimento emocional e à aprendizagem. Quando existe comunicação efetiva entre esses contextos, ampliam-se as possibilidades de intervenção preventiva e de acompanhamento adequado das necessidades dos estudantes (Dias; Amarante, 2022; Ferreira *et al.*, 2025).

As políticas públicas mais recentes têm enfatizado a importância da articulação intersetorial como estratégia para fortalecer a atuação da escola na promoção da saúde mental. A integração entre educação, saúde, assistência social e demais serviços de proteção possibilita o compartilhamento de responsabilidades e amplia a capacidade de atendimento das demandas identificadas no ambiente escolar. Essa articulação fortalece as redes de cuidado e contribui para respostas mais abrangentes e efetivas (Ribeiro, 2025). Outro desafio importante refere-se à necessidade de ampliar os recursos disponíveis para as escolas. Muitas instituições enfrentam dificuldades relacionadas à ausência de equipes multiprofissionais, limitações estruturais e insuficiência de programas permanentes de promoção da saúde mental. O fortalecimento das políticas públicas requer investimentos contínuos que permitam às escolas desenvolver ações preventivas e oferecer suporte adequado às necessidades da comunidade educativa (Lima *et al.*, 2024; Silva *et al.*, 2024).

Além de beneficiar os estudantes, a promoção da saúde mental no ambiente escolar também favorece o bem-estar dos profissionais da educação. Ambientes caracterizados por relações positivas, apoio institucional e valorização humana tendem a reduzir fatores

associados ao estresse ocupacional e ao adoecimento docente. Dessa forma, investir em saúde mental escolar significa promover benefícios que alcançam toda a comunidade educativa (Andrade *et al.*, 2026; Francisco; Bortone, 2025).

Portanto podemos concluir que a escola constitui um espaço estratégico para a promoção da saúde mental e para a construção de sociedades mais saudáveis e inclusivas. Ao desenvolver ações voltadas ao acolhimento, à prevenção, ao fortalecimento dos vínculos e à promoção do bem-estar, a instituição escolar amplia sua capacidade de contribuir para o desenvolvimento integral dos indivíduos. Nesse sentido, a escola ultrapassa sua função tradicional de transmissão de conhecimentos e consolida-se como um importante agente de cuidado, cidadania e transformação social (Reginatto *et al.*, 2026; Ribeiro, 2025; Ferreira *et al.*, 2025).

7. Perspectivas e desafios para o fortalecimento das políticas públicas de saúde mental na educação básica

O fortalecimento das políticas públicas de saúde mental na educação básica constitui um dos grandes desafios das sociedades contemporâneas. Embora avanços importantes tenham sido alcançados nas últimas décadas, a crescente complexidade das demandas emocionais presentes no ambiente escolar evidencia a necessidade de ampliar investimentos, aperfeiçoar estratégias de intervenção e consolidar ações permanentes voltadas à promoção do bem-estar da comunidade educativa. Nesse contexto, torna-se fundamental refletir sobre os caminhos que podem contribuir para a construção de sistemas educacionais mais comprometidos com a saúde mental de estudantes e profissionais da educação (Ribeiro, 2025; Lima *et al.*, 2024).

Um dos principais desafios refere-se à necessidade de transformar ações pontuais em políticas estruturadas e permanentes. Em muitas redes de ensino, as iniciativas relacionadas à saúde mental ainda dependem de projetos temporários ou de esforços isolados de profissionais e instituições. Embora essas experiências apresentem resultados positivos, sua continuidade frequentemente é comprometida pela ausência de financiamento específico, planejamento de longo prazo e mecanismos de monitoramento que garantam sua sustentabilidade (Silva *et al.*, 2024; Lima *et al.*, 2024). A ampliação dos investimentos públicos representa uma condição indispensável para o fortalecimento dessas políticas. A implementação de programas de promoção da saúde mental exige

recursos destinados à formação de profissionais, contratação de equipes multiprofissionais, produção de materiais educativos e desenvolvimento de ações preventivas. Sem financiamento adequado, muitas escolas enfrentam dificuldades para oferecer suporte consistente às demandas emocionais presentes em seu cotidiano (Ribeiro, 2025; Ferreira *et al.*, 2025).

Outro aspecto fundamental diz respeito à formação inicial e continuada dos profissionais da educação. Professores, gestores e equipes pedagógicas desempenham papel central na identificação precoce de sinais de sofrimento emocional e na promoção de ambientes escolares saudáveis. Entretanto, muitos profissionais relatam insegurança para lidar com situações relacionadas à saúde mental devido à insuficiência de conhecimentos específicos sobre o tema. Nesse sentido, ampliar oportunidades de formação constitui uma estratégia essencial para fortalecer a capacidade de atuação das escolas (Lopes; Novais, 2023; Ferreira *et al.*, 2025).

A intersetorialidade continua sendo um dos maiores desafios para a efetivação das políticas públicas. Embora exista consenso sobre a necessidade de integração entre educação, saúde, assistência social e demais setores de proteção social, dificuldades administrativas e institucionais frequentemente limitam a articulação entre essas áreas. O fortalecimento das redes de cuidado exige mecanismos que favoreçam a comunicação, o planejamento conjunto e o compartilhamento de responsabilidades entre os diferentes serviços envolvidos (Caçapava; Colvero; Pereira, 2009; Dias; Amarante, 2022). A expansão das equipes multiprofissionais nas escolas também se apresenta como uma importante perspectiva para os próximos anos. Psicólogos, assistentes sociais, terapeutas ocupacionais e outros profissionais especializados podem contribuir significativamente para a implementação de ações preventivas, o acompanhamento de estudantes em situação de vulnerabilidade e o apoio aos educadores (Silva *et al.*, 2024; Ribeiro, 2025).

Outro desafio relevante refere-se à redução das desigualdades regionais e sociais que influenciam o acesso às políticas públicas. Muitas escolas localizadas em contextos de vulnerabilidade enfrentam limitações estruturais e menor disponibilidade de recursos para desenvolver ações voltadas à saúde mental. Assim, o fortalecimento das políticas públicas exige estratégias que considerem as especificidades territoriais e promovam maior equidade na distribuição dos investimentos e dos serviços oferecidos à população escolar (Goes *et al.*, 2021; Ribeiro, 2025). As transformações sociais e tecnológicas também impõem novas demandas às políticas educacionais. O crescimento dos problemas

relacionados ao uso excessivo das tecnologias digitais, à exposição às redes sociais, ao cyberbullying e às novas formas de violência evidencia a necessidade de atualização constante das estratégias de promoção da saúde mental (Neiman, 2026; Silva *et al.*, 2024).

A produção científica nacional tem contribuído para ampliar o conhecimento sobre os fatores que influenciam a saúde mental no contexto escolar. Entretanto, ainda existem lacunas relacionadas à avaliação de programas, à mensuração de impactos e à identificação das estratégias mais eficazes para diferentes realidades educacionais. O fortalecimento das pesquisas e da avaliação sistemática das políticas públicas constitui elemento fundamental para subsidiar decisões e aperfeiçoar as ações desenvolvidas (Lima *et al.*, 2024; Silva *et al.*, 2024).

As perspectivas futuras apontam para a consolidação de uma abordagem cada vez mais preventiva e promotora de saúde. Em vez de concentrar esforços apenas no enfrentamento dos problemas já instalados, as políticas públicas tendem a valorizar ações voltadas ao fortalecimento das competências socioemocionais, à construção de ambientes acolhedores e ao desenvolvimento de fatores de proteção capazes de reduzir vulnerabilidades e promover o bem-estar coletivo (Reginatto *et al.*, 2026; Ferreira *et al.*, 2025). Outro caminho promissor envolve a ampliação da participação da comunidade escolar na construção das políticas. Estudantes, famílias, professores e gestores possuem conhecimentos importantes sobre as necessidades e desafios presentes em seus contextos. A incorporação dessas perspectivas favorece a elaboração de ações mais contextualizadas, democráticas e alinhadas às demandas reais das escolas (Dias; Amarante, 2022; Ribeiro, 2025).

Diante desse cenário, pode-se dizer que o fortalecimento das políticas públicas de saúde mental na educação básica exige compromisso político, investimento contínuo e atuação colaborativa entre diferentes setores da sociedade. A construção de escolas promotoras de saúde mental depende da consolidação de estratégias capazes de integrar cuidado, educação e inclusão social em uma perspectiva ampla de desenvolvimento humano. Ao priorizar a saúde mental como componente essencial da educação, as políticas públicas contribuem para a formação de indivíduos mais saudáveis, resilientes e preparados para participar ativamente da vida social, fortalecendo os princípios da cidadania e da justiça social (Reginatto *et al.*, 2026; Ribeiro, 2025; Ferreira *et al.*, 2025).

8. Considerações Finais

discussão apresentada ao longo deste capítulo evidenciou que a saúde mental constitui um componente indispensável para a qualidade da educação básica e para o desenvolvimento integral de estudantes e profissionais da educação. As políticas públicas desempenham papel fundamental na construção de ambientes escolares capazes de promover bem-estar, inclusão, aprendizagem e proteção social, contribuindo para que a escola exerça plenamente sua função educativa e formativa.

Os avanços observados nas últimas décadas demonstram que a aproximação entre os campos da educação e da saúde mental possibilitou a ampliação das ações preventivas e promocionais no ambiente escolar. A consolidação de programas voltados à promoção do bem-estar, ao fortalecimento das competências socioemocionais e à prevenção do sofrimento psíquico representa um importante passo para a construção de sistemas educacionais mais humanos e comprometidos com as necessidades da comunidade escolar. Ao mesmo tempo, permanecem desafios significativos relacionados ao financiamento, à formação profissional, à articulação intersetorial e à garantia de acesso equitativo aos serviços de apoio psicossocial. Essas limitações demonstram que o fortalecimento das políticas públicas exige investimentos contínuos e planejamento estratégico capaz de assegurar a efetividade das ações implementadas em diferentes contextos educacionais.

A saúde mental dos estudantes revelou-se diretamente associada aos processos de aprendizagem, à convivência escolar e ao desenvolvimento das potencialidades humanas. Da mesma forma, o bem-estar dos profissionais da educação mostrou-se indispensável para a qualidade das práticas pedagógicas e para a construção de ambientes escolares saudáveis. Assim, cuidar da saúde mental na educação básica significa promover condições favoráveis para o desenvolvimento de toda a comunidade educativa.

Por fim, conclui-se que a consolidação de políticas públicas voltadas à saúde mental na educação básica deve ser compreendida como um compromisso permanente do Estado e da sociedade. Investir em saúde mental escolar significa fortalecer a cidadania, reduzir desigualdades, promover inclusão e ampliar oportunidades de desenvolvimento humano. Nesse sentido, a construção de escolas promotoras de saúde mental representa não apenas uma estratégia educacional, mas também uma importante ação de justiça social e

de garantia dos direitos fundamentais das crianças, adolescentes e profissionais da educação.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, L. O. M. et al. Saúde Mental E Adoecimento Docente: Os Impactos Do Trabalho Precarizado Sobre O Bem-Estar Dos Professores Da Educação Básica. **Revista Tópicos**, v. 4, n. 33, p. 1-21, 2026.

CAÇAPAVA, J. R.; COLVERO, L. de A.; PEREIRA, I. M. T. B. A interface entre as políticas públicas de saúde mental e promoção da saúde. **Saúde e Sociedade**, v. 18, n. 3, p. 446-455, 2009.

CAITANO, J. da C.; VIDAL, N. C.; VIANNA, J. de O. L. Síndrome De Burnout Na Docência: Impactos Na Saúde Mental De Professores Da Educação Básica. **Aurum Revista Multidisciplinar**, v. 2, n. 5, p. 1-18, 2026.

CAMBRI, C. C. Educação Física E Saúde Mental Na Escola Pública: Interfaces Para Uma Abordagem De Saúde Integral. **International Integralize Scientific**, v. 5, n. 51, 2025.

COSTA, A. C. S. et al. Fatores de risco para a saúde mental de professores da educação básica no Brasil: revisão integrativa. **Rev Bras Med**, v. 1, p. 8.

COUTO, M. C. V.; DUARTE, C. S.; DELGADO, P. G. G. A saúde mental infantil na Saúde Pública brasileira: situação atual e desafios. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 30, n. 4, p. 390-398, 2008.

DIAS, J. V. dos S.; AMARANTE, P. D. de C. Educação popular e saúde mental: aproximando saberes e ampliando o cuidado. **Saúde em Debate**, v. 46, p. 188-199, 2022.

FERREIRA, F. R. S. et al. Educação, Saúde Mental E Bem-Estar: Caminhos Para A Promoção Do Cuidado Nas Escolas Públicas. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, v. 21, n. 01, p. 1-19, 2025.

FRANCISCO, S. R. de S.; BORTONE, D. F. Bem-Estar Do Educador: análise do atual cenário da saúde mental dos educadores da rede básica do interior de Minas gerais e da implementação da política de promoção de saúde e bem-estar docente. **Revista Científica UNIFAGOC-Multidisciplinar**, v. 10, n. 1, 2025.

GAMA, C. A. P.; CAMPOS, R. O. Saúde mental na atenção básica-uma pesquisa bibliográfica exploratória em periódicos de saúde coletiva (1997-2007). **Cadernos Brasileiros de Saúde Mental**, v. 1, n. 2, p. 112-131, 2009.

GOES, N. F. et al. Inclusão E Saúde Mental Infantojuvenil Na Educação Básica. **Interfaces Científicas-Educação**, v. 10, n. 3, p. 318-331, 2021.

LE MOS, R. L. F. et al. Promoção de saúde mental no ambiente escolar: desafios e estratégias em duas realidades brasileiras. **Revista Semiárido De Visu**, p. 136-151, 2025.

LIMA, M. E. et al. Políticas públicas da saúde mental no meio educacional. **Revista Encontros Científicos UniVS**, v. 6, n. 2, 2024.

LOPES, L. A. dos S.; NOVAIS, L. de F. Estado de conhecimento sobre saúde mental dos professores na educação básica. **Revista Alembra**, v. 5, n. 10, p. 24-47, 2023.

NEIMAN, J. A. Clima Escolar E Saúde Mental Na Educação Básica: Desafios E Estratégias Para A Prevenção Da Violência Nas Escolas. **International Integralize Scientific**, v. 6, n. 58, 2026.

PEREIRA, M. D. et al. Saúde mental da professora e os efeitos da pandemia em sua docência na Educação Básica: um olhar a partir da perspectiva de gênero. **Educação UFSM**, v. 48, 2023.

REGINATTO, I. et al. A Escola Como Espaço De Cuidado: Saúde Mental, Práticas Pedagógicas E Desenvolvimento Da Aprendizagem Na Educação Básica. **Amor Mundi**, v. 7, n. 2, p. 73-87, 2026.

REGINATTO, I. et al. Cuidado Emocional E Aprendizagem Na Educação Básica: Interfaces Entre Saúde Mental, Vínculo Escolar E Formação Integral. **Amor Mundi**, v. 7, n. 2, p. 57-71, 2026.

RIBEIRO, L. P. Saúde mental escolar como política pública: avanços e desafios da Política Nacional de Atenção Psicossocial a Comunidades Escolares. **Caminhos da Educação: diálogos culturas e diversidades**, v. 7, n. 2, p. e01-14, 2025.

SANTOS, A. N. S. et al. Políticas culturais e saúde mental na infância: políticas públicas de cultura e sua importância para o desenvolvimento da saúde mental das crianças. **Cuadernos de Educación y Desarrollo**, v. 16, n. 4, p. e4045, 2024.

SILVA, C. E. et al. Avaliação das políticas de saúde mental em ambientes escolares: desafios e perspectivas. **Cuadernos de Educación y Desarrollo**, v. 16, n. 10, p. e6085, 2024.

SILVA, R. A. O impacto das atividades físicas na saúde mental e bem-estar dos professores da educação básica após a pandemia do covid-19 em uma unidade escolar de Anápolis-GO. **Revista Foco**, v. 17, n. 12, p. e7298, 2024.

VILLEGAS, M. S. O. Políticas Públicas e Saúde Mental em Agentes de Educação Básica em Lima, 2023. **Vive Revista de Salud**, v. 6, n. 18, p. 839-848, 2023.

ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NA ESCOLA

Antônio Veimar da Silva

Carla Michelle da Silva

Luciano Oliveira Santos

1. Introdução

A saúde mental tem sido reconhecida como um dos componentes essenciais para o desenvolvimento integral de crianças, adolescentes e profissionais da educação. Nas últimas décadas, o aumento dos índices de ansiedade, depressão, automutilação, violência escolar e outras formas de sofrimento psíquico tem despertado a atenção de pesquisadores, gestores públicos e instituições educacionais para a necessidade de fortalecer ações preventivas e promotoras de saúde no ambiente escolar. Nesse contexto, a escola deixa de ser compreendida apenas como espaço de transmissão de conhecimentos acadêmicos e passa a assumir papel estratégico na promoção do bem-estar emocional e na construção de fatores de proteção para toda a comunidade educativa (Almeida, 1998; Vieira *et al.*, 2014).

A promoção da saúde mental na escola envolve um conjunto de ações voltadas ao fortalecimento das capacidades individuais e coletivas para lidar com os desafios da vida cotidiana. Diferentemente das abordagens centradas exclusivamente no tratamento de transtornos mentais, as estratégias de promoção priorizam o desenvolvimento de

competências socioemocionais, o fortalecimento dos vínculos interpessoais, a valorização da diversidade e a criação de ambientes escolares mais acolhedores e inclusivos. Essa perspectiva amplia as possibilidades de atuação da escola e contribui para a prevenção de diferentes formas de sofrimento emocional (Mateus, 2013; Oliveira *et al.*, 2024).

As ações preventivas assumem especial relevância durante a infância e a adolescência, períodos marcados por intensas transformações cognitivas, emocionais e sociais. Muitos problemas relacionados à saúde mental manifestam seus primeiros sinais nessas etapas do desenvolvimento, tornando a identificação precoce e a intervenção preventiva elementos fundamentais para reduzir riscos futuros e promover trajetórias mais saudáveis (Faria; Rodrigues, 2020; Souza *et al.*, 2021). A literatura destaca que a promoção da saúde mental não deve ser entendida como responsabilidade exclusiva dos profissionais da saúde. Professores, gestores, famílias e demais membros da comunidade escolar possuem papel importante na construção de ambientes que favoreçam o bem-estar emocional e a prevenção de problemas psicológicos (Amaral; Caponi, 2020; Silva; Bodstein, 2016).

Entre as estratégias mais frequentemente discutidas na literatura estão a educação socioemocional, os programas de prevenção da violência, as ações voltadas ao combate ao bullying, os projetos de promoção da convivência escolar e as iniciativas destinadas à prevenção do suicídio e da depressão. Essas intervenções têm demonstrado resultados positivos na melhoria do clima escolar, no fortalecimento das relações interpessoais e na redução de fatores de risco associados ao sofrimento psíquico (Santos *et al.*, 2013; Silva; Barros, 2021). Outro aspecto relevante refere-se à formação dos profissionais da educação para lidar com questões relacionadas à saúde mental. Muitos educadores relatam dificuldades para identificar sinais de sofrimento emocional ou para desenvolver intervenções adequadas diante das demandas apresentadas pelos estudantes. Dessa forma, programas de capacitação e formação continuada tornam-se ferramentas fundamentais para ampliar a capacidade das escolas de promover saúde mental de forma efetiva e sustentável (Amaral *et al.*, 2020; Estanislau; Bressan, 2014).

A intersetorialidade também se destaca como elemento central para o sucesso das estratégias de promoção da saúde mental. A articulação entre educação, saúde, assistência social e demais setores de proteção amplia as possibilidades de cuidado e favorece a construção de respostas mais abrangentes para os desafios enfrentados pela comunidade escolar (Oliveira *et al.*, 2024; Silva; Bodstein, 2016). Além dos benefícios relacionados ao

bem-estar emocional, as ações de promoção da saúde mental apresentam impactos positivos sobre os processos de aprendizagem. Estudantes que se sentem acolhidos, seguros e emocionalmente equilibrados tendem a apresentar maior engajamento nas atividades escolares, melhores relações interpessoais e maior capacidade de enfrentar desafios acadêmicos. Assim, investir em saúde mental também significa investir na qualidade da educação e no desenvolvimento integral dos indivíduos (Teixeira *et al.*, 2026; Vieira *et al.*, 2014).

As experiências relatadas na literatura demonstram que a implementação de estratégias preventivas e promotoras de saúde mental pode ocorrer por meio de diferentes abordagens, incluindo oficinas, grupos reflexivos, atividades culturais, práticas esportivas, ações educativas e programas de apoio psicossocial. Quando planejadas de forma sistemática e adaptadas às características de cada contexto escolar, essas iniciativas contribuem significativamente para a construção de ambientes mais saudáveis e inclusivos (Freire *et al.*, 2025; Leme *et al.*, 2025).

É importante e necessário compreender as diferentes estratégias que podem ser desenvolvidas para fortalecer a promoção da saúde mental no contexto escolar. Este capítulo tem como objetivo discutir as principais ações de prevenção e promoção da saúde mental na escola, analisando seus fundamentos, suas possibilidades de aplicação e suas contribuições para a construção de ambientes educativos mais acolhedores, inclusivos e comprometidos com o desenvolvimento integral dos estudantes.

2. Fundamentos da prevenção e promoção da saúde mental no contexto escolar

A promoção da saúde mental no contexto escolar tem se consolidado como uma das principais estratégias para enfrentar os desafios emocionais e psicossociais presentes na realidade educacional contemporânea. O aumento das situações de sofrimento psíquico entre crianças, adolescentes e profissionais da educação tem evidenciado a necessidade de ampliar as ações preventivas e fortalecer iniciativas que contribuam para o desenvolvimento saudável dos indivíduos. Nesse cenário, a escola assume papel estratégico por constituir um espaço privilegiado de convivência, aprendizagem e construção de vínculos sociais capazes de influenciar diretamente o bem-estar emocional dos estudantes (Almeida, 1998; Amaral; Caponi, 2020).

Os conceitos de prevenção e promoção da saúde mental, embora complementares, apresentam características distintas. A prevenção está relacionada à redução de fatores de risco e à diminuição da probabilidade de surgimento de problemas emocionais e comportamentais. Já a promoção da saúde mental busca fortalecer fatores de proteção, ampliar recursos pessoais e sociais e criar condições favoráveis ao desenvolvimento humano integral. Dessa forma, a promoção não se limita à ausência de transtornos mentais, mas envolve a construção de condições que favoreçam qualidade de vida, autonomia e participação social (Mateus, 2013; Faria; Rodrigues, 2020).

A literatura destaca que a escola possui potencial significativo para atuar tanto na prevenção quanto na promoção da saúde mental. Por acompanhar os estudantes durante importantes etapas do desenvolvimento, a instituição escolar pode contribuir para a identificação precoce de dificuldades emocionais, para o fortalecimento das habilidades socioemocionais e para a construção de ambientes protetivos que favoreçam o crescimento saudável de crianças e adolescentes (Estanislau; Bressan, 2014; Vieira *et al.*, 2014). A compreensão ampliada de saúde mental tem sido fundamental para orientar as ações desenvolvidas no ambiente escolar. Atualmente, entende-se que o bem-estar psicológico resulta da interação entre fatores biológicos, psicológicos, sociais, culturais e ambientais (Oliveira *et al.*, 2024; Souza *et al.*, 2021).

Entre os principais fatores de proteção identificados pela literatura destacam-se o fortalecimento dos vínculos familiares, a qualidade das relações interpessoais, o sentimento de pertencimento à escola, o desenvolvimento da autoestima e a construção de competências socioemocionais. Quando esses elementos estão presentes, os estudantes apresentam maior capacidade de enfrentar situações adversas e menor vulnerabilidade ao sofrimento psicológico. Nesse sentido, as ações escolares devem priorizar o fortalecimento desses recursos protetivos (Faria; Rodrigues, 2020; Silva *et al.*, 2020). Por outro lado, diversos fatores de risco podem comprometer a saúde mental dos estudantes e dificultar seu desenvolvimento. Situações de violência, bullying, exclusão social, discriminação, dificuldades familiares e problemas relacionados ao desempenho escolar figuram entre os elementos mais frequentemente associados ao surgimento de problemas emocionais. A prevenção exige, portanto, a identificação desses fatores e o desenvolvimento de estratégias capazes de minimizar seus impactos sobre a comunidade escolar (Avanci; Pesce; Ferreira, 2010; Silva; Barros, 2021).

A promoção da saúde mental também está diretamente relacionada à construção de ambientes escolares acolhedores e inclusivos. Escolas que valorizam o respeito às diferenças, incentivam a participação dos estudantes e promovem relações baseadas na empatia e no diálogo tendem a favorecer o bem-estar emocional e a reduzir situações de sofrimento psicológico. O clima escolar positivo atua como importante fator protetivo e contribui para o fortalecimento das relações interpessoais (Amaral; Caponi, 2020; Teixeira *et al.*, 2026). Outro aspecto relevante refere-se à necessidade de superar abordagens exclusivamente centradas na patologização das dificuldades vivenciadas pelos estudantes. A promoção da saúde mental propõe uma visão mais ampla, que reconhece as potencialidades dos indivíduos e busca fortalecer seus recursos internos para enfrentar desafios e construir trajetórias de vida mais saudáveis (Almeida, 1998; Mateus, 2013).

As políticas públicas e os programas de promoção da saúde mental têm reforçado a importância da participação ativa dos diferentes atores que compõem a comunidade escolar. Professores, gestores, estudantes, famílias e profissionais da saúde precisam atuar de forma colaborativa para construir estratégias eficazes de prevenção e promoção do bem-estar (Oliveira *et al.*, 2024; Silva; Bodstein, 2016). Além disso, a prevenção e a promoção da saúde mental apresentam impactos positivos sobre a aprendizagem. Dessa forma, investir em saúde mental significa também investir na qualidade dos processos educativos e na formação integral dos indivíduos (Estanislau; Bressan, 2014; Vieira *et al.*, 2014). Ao fortalecer fatores de proteção, reduzir vulnerabilidades e criar ambientes favoráveis ao bem-estar emocional, a escola amplia sua capacidade de contribuir para a formação de indivíduos mais resilientes, saudáveis e preparados para enfrentar os desafios da vida contemporânea (Freire *et al.*, 2025; Teixeira *et al.*, 2026).

3. Formação de professores para a promoção da saúde mental

A formação de professores constitui um dos pilares fundamentais para a efetivação das estratégias de promoção da saúde mental no ambiente escolar. Considerando que os educadores estão em contato direto e contínuo com os estudantes, eles ocupam posição privilegiada na identificação de sinais de sofrimento emocional, na construção de ambientes acolhedores e na implementação de práticas pedagógicas voltadas ao bem-estar. Entretanto, para que possam desempenhar esse papel de forma adequada, torna-se

indispensável que recebam formação específica sobre saúde mental, desenvolvimento socioemocional e estratégias de prevenção (Amaral *et al.*, 2020; Estanislau; Bressan, 2014).

Durante muitos anos, a formação docente esteve predominantemente centrada em conteúdos pedagógicos e metodológicos relacionados ao ensino das disciplinas escolares. Embora esses conhecimentos sejam fundamentais, as demandas contemporâneas exigem que os educadores desenvolvam também competências relacionadas à compreensão dos aspectos emocionais que influenciam o processo de aprendizagem e a convivência escolar. Nesse sentido, a saúde mental emerge como temática indispensável para a formação inicial e continuada dos profissionais da educação (Vieira *et al.*, 2014; Amaral; Caponi, 2020).

A literatura aponta que muitos professores relatam insegurança ao lidar com situações relacionadas ao sofrimento psíquico dos estudantes. Questões como ansiedade, depressão, automutilação, ideação suicida, dificuldades emocionais e problemas comportamentais frequentemente surgem no cotidiano escolar, exigindo dos educadores conhecimentos e habilidades que nem sempre foram contemplados em sua formação acadêmica. Essa lacuna reforça a necessidade de ampliar os programas de capacitação voltados à saúde mental (Estanislau; Bressan, 2014; Taveira, 2025).

A formação docente em saúde mental não tem como objetivo transformar professores em profissionais da área da saúde. Seu propósito consiste em fornecer subsídios para que possam compreender os principais fatores que influenciam o bem-estar emocional dos estudantes, reconhecer sinais de alerta, adotar práticas preventivas e encaminhar adequadamente situações que demandem acompanhamento especializado. Dessa forma, os educadores tornam-se importantes agentes de promoção da saúde mental no ambiente escolar (Amaral *et al.*, 2020; Ronchi; Iglesias; Avellar, 2018). Entre os conteúdos que podem compor essa formação destacam-se temas relacionados ao desenvolvimento emocional na infância e adolescência, fatores de risco e proteção, prevenção do suicídio, manejo de situações de crise, promoção das competências socioemocionais e estratégias de acolhimento. O conhecimento desses aspectos amplia a capacidade dos professores de compreender as necessidades dos estudantes e de atuar de maneira mais sensível e eficaz diante das dificuldades apresentadas (Faria; Rodrigues, 2020; Santos *et al.*, 2013).

As experiências descritas na literatura demonstram que programas de formação continuada podem gerar impactos positivos tanto para os educadores quanto para os estudantes. Professores que participam de ações formativas sobre saúde mental tendem a apresentar maior confiança para lidar com situações complexas, maior sensibilidade para identificar sinais de sofrimento emocional e maior capacidade de promover ambientes de aprendizagem mais acolhedores e inclusivos (Amaral *et al.*, 2020; Freire *et al.*, 2025). Outro aspecto relevante refere-se ao desenvolvimento das competências socioemocionais dos próprios educadores. A promoção da saúde mental na escola depende não apenas da capacidade dos professores de apoiar seus alunos, mas também de seu próprio equilíbrio emocional. Educadores que desenvolvem habilidades relacionadas ao autocuidado, à autorregulação emocional e à gestão do estresse encontram melhores condições para enfrentar os desafios da profissão e construir relações mais saudáveis no ambiente escolar (Taveira, 2025; Vieira *et al.*, 2014).

A formação continuada também favorece a construção de uma cultura institucional voltada ao cuidado e ao bem-estar. Quando os profissionais compartilham conhecimentos e estratégias relacionadas à promoção da saúde mental, fortalece-se a capacidade da escola de desenvolver ações integradas e sustentáveis. Esse movimento contribui para transformar a saúde mental em tema transversal às práticas pedagógicas e às relações estabelecidas no cotidiano escolar (Oliveira *et al.*, 2024; Silva; Bodstein, 2016). As políticas públicas têm reconhecido cada vez mais a importância da formação docente como componente essencial das estratégias de promoção da saúde mental. Programas institucionais voltados à capacitação de professores têm sido implementados em diferentes contextos com o objetivo de ampliar a capacidade das escolas de responder às demandas emocionais da comunidade educativa. Esses investimentos representam importantes avanços na consolidação de uma abordagem preventiva e promotora de saúde (Amaral *et al.*, 2020; Teixeira *et al.*, 2026).

Outro benefício importante da formação docente refere-se à possibilidade de fortalecer o trabalho intersetorial. Professores capacitados tornam-se mais aptos a dialogar com profissionais da saúde, da assistência social e de outros setores envolvidos na proteção e no desenvolvimento dos estudantes. Essa articulação favorece a construção de redes de apoio mais efetivas e amplia as possibilidades de cuidado oferecidas às crianças e adolescentes (Ronchi; Iglesias; Avellar, 2018; Oliveira *et al.*, 2024).

Nesse sentido, a formação de professores representa uma estratégia indispensável para a promoção da saúde mental no contexto escolar. Ao ampliar conhecimentos, desenvolver competências e fortalecer práticas de acolhimento e prevenção, a formação docente contribui para a construção de escolas mais preparadas para enfrentar os desafios contemporâneos relacionados ao bem-estar emocional. Investir na qualificação dos educadores significa fortalecer toda a comunidade escolar e ampliar as oportunidades de desenvolvimento saudável para estudantes e profissionais da educação (Amaral *et al.*, 2020; Taveira, 2025).

4. Educação socioemocional e desenvolvimento de fatores de proteção

A educação socioemocional tem se consolidado como uma das principais estratégias de promoção da saúde mental no contexto escolar, contribuindo para o desenvolvimento de habilidades que auxiliam crianças e adolescentes a compreender, expressar e gerenciar suas emoções de forma saudável. Em uma realidade marcada por desafios emocionais cada vez mais complexos, a escola assume papel fundamental na construção de competências que favoreçam o equilíbrio psicológico, a convivência harmoniosa e a capacidade de enfrentar situações adversas. Dessa forma, a educação socioemocional ultrapassa o caráter complementar e passa a integrar os processos de formação integral dos estudantes (Faria; Rodrigues, 2020; Estanislau; Bressan, 2014).

As competências socioemocionais envolvem habilidades relacionadas ao autoconhecimento, à autorregulação emocional, à empatia, à comunicação, à cooperação e à tomada de decisões responsáveis. Essas capacidades influenciam diretamente a maneira como os indivíduos interpretam suas experiências, estabelecem relacionamentos e enfrentam os desafios cotidianos. O desenvolvimento dessas competências fortalece recursos internos importantes para a promoção da saúde mental e para a construção de trajetórias mais saudáveis ao longo da vida (Souza *et al.*, 2021; Taveira, 2025). A literatura aponta que estudantes que apresentam competências socioemocionais mais desenvolvidas tendem a demonstrar maior autoestima, melhor adaptação escolar e maior capacidade de lidar com situações de estresse e frustração. Além disso, apresentam melhores condições para construir relações interpessoais positivas e enfrentar desafios acadêmicos com maior confiança e autonomia (Faria; Rodrigues, 2020; Vieira *et al.*, 2014).

Os fatores de proteção representam elementos que reduzem a vulnerabilidade dos indivíduos diante de situações de risco e fortalecem sua capacidade de enfrentamento. No contexto escolar, destacam-se como fatores protetivos o sentimento de pertencimento, os vínculos afetivos positivos, a participação nas atividades escolares, a valorização da diversidade e o apoio oferecido por professores e colegas. A educação socioemocional contribui diretamente para o fortalecimento desses elementos, ampliando os recursos disponíveis para o desenvolvimento saudável dos estudantes (Silva *et al.*, 2020; Souza *et al.*, 2021).

O autoconhecimento constitui uma das bases da educação socioemocional. Ao aprender a reconhecer emoções, identificar necessidades e compreender suas próprias potencialidades e limitações, os estudantes desenvolvem maior consciência sobre si mesmos e sobre suas formas de interação com o mundo. Essa compreensão favorece a construção da autoestima e fortalece a capacidade de tomar decisões mais conscientes e responsáveis (Estanislau; Bressan, 2014; Taveira, 2025). A autorregulação emocional representa outra competência essencial para a promoção da saúde mental. A capacidade de lidar adequadamente com sentimentos como raiva, tristeza, ansiedade e frustração contribui para reduzir comportamentos impulsivos e fortalecer estratégias de enfrentamento diante das dificuldades. Estudantes que desenvolvem essa habilidade apresentam maior equilíbrio emocional e melhores condições para enfrentar os desafios presentes no ambiente escolar e em outros contextos sociais (Faria; Rodrigues, 2020; Teixeira *et al.*, 2026).

A empatia e as habilidades de convivência também ocupam posição central na educação socioemocional. Aprender a compreender os sentimentos e perspectivas dos outros favorece a construção de relações mais respeitosas e cooperativas. Essas competências contribuem para a prevenção de conflitos, redução da violência escolar e fortalecimento do clima positivo dentro da comunidade educativa, constituindo importantes fatores de proteção para a saúde mental coletiva (Avanci; Pesce; Ferreira, 2010; Silva; Barros, 2021). A implementação da educação socioemocional pode ocorrer por meio de diferentes estratégias pedagógicas. Rodas de conversa, atividades reflexivas, projetos colaborativos, dinâmicas de grupo e oficinas temáticas são exemplos de ações capazes de promover o desenvolvimento dessas competências de forma integrada ao currículo escolar. Essas práticas favorecem a participação ativa dos estudantes e

possibilitam a construção de aprendizagens significativas relacionadas ao cuidado consigo mesmo e com os outros (Freire *et al.*, 2025; Leme *et al.*, 2025).

Outro aspecto relevante refere-se ao papel dos professores como mediadores desse processo. Educadores que valorizam a escuta, o diálogo e o acolhimento contribuem significativamente para o desenvolvimento socioemocional dos estudantes. Além disso, servem como modelos de comportamento emocional, influenciando positivamente a forma como os alunos aprendem a lidar com sentimentos, desafios e relações interpessoais (Amaral *et al.*, 2020; Estanislau; Bressan, 2014). As experiências relatadas na literatura demonstram que programas de educação socioemocional produzem benefícios que ultrapassam o campo da saúde mental. Além de reduzir fatores de risco relacionados ao sofrimento psicológico, essas iniciativas contribuem para melhorar o desempenho acadêmico, fortalecer o engajamento escolar e promover maior participação dos estudantes nas atividades educativas. Dessa forma, a educação socioemocional apresenta-se como importante estratégia para o desenvolvimento integral dos indivíduos (Souza *et al.*, 2021; Teixeira *et al.*, 2026).

Diante dessas reflexões, fica evidente que a educação socioemocional desempenha um papel fundamental na promoção da saúde mental e no fortalecimento dos fatores de proteção no ambiente escolar (Faria; Rodrigues, 2020). Ao desenvolver habilidades relacionadas ao autoconhecimento, à empatia, à autorregulação e à convivência saudável, a escola amplia sua capacidade de formar indivíduos mais resilientes, autônomos e preparados para enfrentar os desafios da vida contemporânea. Assim, investir na educação socioemocional significa fortalecer não apenas a aprendizagem, mas também o bem-estar e a qualidade de vida da comunidade escolar (Silva *et al.*, 2020; Vieira *et al.*, 2014).

5. Programas, oficinas e intervenções preventivas na escola

Os programas, oficinas e intervenções preventivas desenvolvidos no ambiente escolar representam importantes estratégias para a promoção da saúde mental e para a redução dos fatores de risco associados ao sofrimento psíquico entre crianças e adolescentes. Essas iniciativas possibilitam que a escola atue de forma proativa, antecipando-se ao surgimento de problemas emocionais e fortalecendo recursos individuais e coletivos capazes de favorecer o desenvolvimento saudável dos estudantes.

Ao integrar ações preventivas ao cotidiano escolar, amplia-se a capacidade da instituição de promover bem-estar, inclusão e qualidade de vida (Mateus, 2013; Oliveira *et al.*, 2024).

As intervenções preventivas partem do princípio de que a saúde mental pode ser fortalecida por meio do desenvolvimento de competências pessoais, sociais e emocionais. Diferentemente das abordagens focadas exclusivamente no tratamento de transtornos já instalados, essas estratégias buscam criar condições para que os estudantes desenvolvam habilidades de enfrentamento, construam relações saudáveis e ampliem sua capacidade de lidar com os desafios cotidianos. Essa perspectiva preventiva contribui para reduzir vulnerabilidades e fortalecer fatores de proteção ao longo da trajetória escolar (Faria; Rodrigues, 2020; Souza *et al.*, 2021).

Entre as ações mais frequentes destacam-se as oficinas de promoção da saúde mental. Essas atividades constituem espaços de diálogo, reflexão e aprendizagem coletiva nos quais os estudantes podem discutir temas relacionados às emoções, autoestima, convivência, autocuidado e resolução de conflitos. Além de favorecer o autoconhecimento, as oficinas contribuem para fortalecer vínculos interpessoais e ampliar a percepção dos estudantes sobre estratégias saudáveis de enfrentamento das dificuldades emocionais (Leme *et al.*, 2025; Freire *et al.*, 2025). A literatura evidencia que oficinas voltadas à prevenção do suicídio e à valorização da vida têm apresentado resultados positivos em diferentes contextos escolares. Essas iniciativas promovem espaços seguros para o diálogo sobre sofrimento emocional, incentivam a busca por ajuda e contribuem para reduzir estigmas relacionados à saúde mental. Ao abordar temas frequentemente considerados difíceis ou delicados, as escolas fortalecem sua capacidade de acolher estudantes em situação de vulnerabilidade e de promover uma cultura de cuidado e proteção (Santos *et al.*, 2013; Leme *et al.*, 2025).

Outro tipo de intervenção amplamente utilizado refere-se aos programas de desenvolvimento das competências socioemocionais. Essas ações buscam fortalecer habilidades como empatia, comunicação, cooperação, autocontrole e tomada de decisões responsáveis. Os resultados apontam que estudantes que participam desses programas apresentam melhorias na convivência escolar, redução de comportamentos agressivos e maior capacidade de lidar com situações de estresse e adversidade (Faria; Rodrigues, 2020; Teixeira *et al.*, 2026). As atividades educativas também podem ser desenvolvidas por meio de materiais pedagógicos específicos, como cartilhas, folders, campanhas informativas e recursos digitais. Esses instrumentos auxiliam na disseminação de

informações sobre saúde mental, prevenção de transtornos emocionais e promoção do autocuidado. Além disso, ampliam o alcance das ações preventivas e favorecem a participação ativa dos estudantes, professores e familiares nas iniciativas desenvolvidas pela escola (Nascimento; Schetinger, 2016; Silva *et al.*, 2019).

A promoção da saúde mental por meio de atividades culturais, esportivas e recreativas também tem demonstrado importantes benefícios. Práticas artísticas, esportivas e corporais favorecem a expressão emocional, fortalecem vínculos sociais e contribuem para a redução do estresse e da ansiedade. Essas atividades ampliam as possibilidades de participação dos estudantes e constituem importantes ferramentas para o desenvolvimento integral e para a promoção do bem-estar psicológico (Souza; Costa; Menezes, 2025; Silva *et al.*, 2019).

Os programas de formação de lideranças estudantis e protagonismo juvenil representam outra estratégia relevante. Ao incentivar a participação dos estudantes na construção das ações escolares, essas iniciativas fortalecem o senso de pertencimento, a autonomia e a responsabilidade coletiva. O protagonismo juvenil favorece o desenvolvimento de competências sociais e emocionais que atuam como importantes fatores de proteção para a saúde mental (Souza *et al.*, 2021; Freire *et al.*, 2025). A participação dos professores nas intervenções preventivas também é essencial para o sucesso dessas ações. Educadores capacitados conseguem identificar sinais precoces de sofrimento emocional, desenvolver estratégias de acolhimento e atuar como facilitadores das atividades propostas. Além disso, sua participação contribui para a integração das ações preventivas ao cotidiano pedagógico, ampliando sua efetividade e sustentabilidade (Amaral *et al.*, 2020; Estanislau; Bressan, 2014).

Outro aspecto importante refere-se à avaliação contínua dos programas implementados. O acompanhamento sistemático dos resultados permite identificar potencialidades, limitações e necessidades de ajustes nas estratégias desenvolvidas. Essa prática contribui para garantir maior efetividade das intervenções e favorece a construção de ações alinhadas às necessidades específicas de cada contexto escolar (Mateus, 2013; Oliveira *et al.*, 2024; Teixeira *et al.*, 2026). Ao fortalecer competências socioemocionais, ampliar fatores de proteção e criar espaços de acolhimento e diálogo, essas iniciativas contribuem para a construção de ambientes escolares mais saudáveis, inclusivos e comprometidos com o desenvolvimento integral dos estudantes. Dessa forma, a

prevenção assume papel estratégico na consolidação de uma cultura escolar voltada ao cuidado, ao bem-estar e à valorização da vida (Freire *et al.*, 2025; Oliveira *et al.*, 2024).

6. Intersetorialidade e trabalho em rede na promoção da saúde mental

A promoção da saúde mental no ambiente escolar exige abordagens amplas e integradas capazes de responder à complexidade dos desafios enfrentados por crianças, adolescentes, famílias e profissionais da educação. Nesse contexto, a intersetorialidade surge como um princípio fundamental para a construção de estratégias efetivas de prevenção e promoção da saúde mental. Essa perspectiva reconhece que o cuidado não pode ser responsabilidade exclusiva da escola ou dos serviços de saúde, mas deve resultar da articulação entre diferentes setores e instituições que atuam na proteção e no desenvolvimento humano (Silva; Bodstein, 2016; Oliveira *et al.*, 2024).

A intersetorialidade pode ser compreendida como a cooperação entre diferentes áreas de atuação, incluindo educação, saúde, assistência social, cultura, esporte e proteção dos direitos da criança e do adolescente. Essa articulação possibilita a construção de respostas mais abrangentes às necessidades da comunidade escolar, ampliando os recursos disponíveis para o cuidado e fortalecendo as redes de apoio que sustentam o desenvolvimento saudável dos estudantes (Silva; Bodstein, 2016; Mateus, 2013). A escola ocupa posição estratégica dentro dessas redes por constituir um espaço de convivência diária e de observação contínua do desenvolvimento dos estudantes. Muitas vezes, os primeiros sinais de sofrimento emocional, dificuldades comportamentais ou vulnerabilidades sociais são identificados no ambiente escolar. Quando existe uma rede articulada entre diferentes serviços, a escola pode realizar encaminhamentos adequados e contribuir para a construção de intervenções mais eficazes e integradas (Oliveira *et al.*, 2024).

Os serviços de saúde desempenham papel essencial nesse processo. Profissionais da atenção básica, equipes de saúde mental, psicólogos, psiquiatras, enfermeiros e outros especialistas podem colaborar com as escolas por meio de ações educativas, apoio técnico, orientação aos profissionais da educação e acompanhamento de estudantes que necessitam de atendimento especializado (Ronchi; Iglesias; Avellar, 2018; Silva *et al.*, 2020). A assistência social também representa um importante componente das redes de proteção. Muitas situações que afetam a saúde mental dos estudantes estão associadas a

fatores como pobreza, violência doméstica, negligência, insegurança alimentar e exclusão social. A articulação entre escola e serviços socioassistenciais favorece a identificação dessas vulnerabilidades e amplia as possibilidades de intervenção junto às famílias e comunidades (Souza *et al.*, 2021; Oliveira *et al.*, 2024).

Outro aspecto relevante refere-se à participação das famílias no trabalho em rede. Os familiares exercem influência significativa sobre o desenvolvimento emocional das crianças e adolescentes, sendo fundamentais para a efetividade das ações de promoção da saúde mental. Quando escola, família e demais serviços atuam de forma colaborativa, fortalecem-se os fatores de proteção e ampliam-se as possibilidades de apoio aos estudantes em diferentes contextos de vida (Faria; Rodrigues, 2020; Vieira *et al.*, 2014). A literatura destaca que programas bem-sucedidos de promoção da saúde mental frequentemente apresentam forte componente intersetorial. Essas iniciativas costumam envolver atividades educativas, acompanhamento psicossocial, capacitação profissional e ações comunitárias articuladas entre diferentes instituições. A integração dos esforços permite maior abrangência das intervenções e potencializa seus resultados sobre o bem-estar da comunidade escolar (Amaral; Caponi, 2020; Oliveira *et al.*, 2024).

As práticas intersetoriais também favorecem a construção de estratégias preventivas mais eficientes. Ao compartilhar informações, conhecimentos e recursos, os diferentes setores conseguem identificar precocemente fatores de risco e desenvolver ações coordenadas para enfrentá-los. Essa abordagem reduz a fragmentação dos atendimentos e promove maior continuidade no acompanhamento dos estudantes que apresentam necessidades específicas (Silva; Bodstein, 2016; Ronchi; Iglesias; Avellar, 2018). Apesar de sua relevância, a implementação da intersectorialidade ainda enfrenta diversos desafios. Dificuldades de comunicação entre instituições, limitações estruturais, escassez de recursos e ausência de protocolos de atuação conjunta frequentemente dificultam a consolidação das redes de cuidado. Essas barreiras evidenciam a necessidade de fortalecer políticas públicas que incentivem a cooperação entre os diferentes setores envolvidos na promoção da saúde mental (Oliveira *et al.*, 2024; Teixeira *et al.*, 2026).

Outro desafio importante refere-se à necessidade de formação dos profissionais para o trabalho colaborativo. A atuação em rede exige compreensão das atribuições de cada setor, desenvolvimento de competências relacionadas à comunicação e disposição para a construção de estratégias compartilhadas. Investir na formação dos profissionais representa uma medida importante para fortalecer a intersectorialidade e ampliar a

efetividade das ações desenvolvidas (Amaral *et al.*, 2020; Silva; Bodstein, 2016). A articulação entre educação, saúde, assistência social, família e comunidade amplia as possibilidades de cuidado e fortalece os fatores de proteção necessários ao desenvolvimento integral dos estudantes. Dessa forma, construir redes colaborativas representa um caminho essencial para consolidar uma cultura de prevenção, acolhimento e promoção da saúde mental nas escolas (Oliveira *et al.*, 2024; Souza *et al.*, 2021; Teixeira *et al.*, 2026).

7. Construindo uma cultura escolar de prevenção e cuidado integral

A construção de uma cultura escolar voltada à prevenção e ao cuidado integral representa um dos caminhos mais promissores para a promoção da saúde mental no contexto educacional. Mais do que desenvolver ações isoladas ou intervenções pontuais, essa perspectiva propõe a incorporação permanente do cuidado emocional às práticas pedagógicas, às relações interpessoais e aos processos institucionais que estruturam a vida escolar (Almeida, 1998; Oliveira *et al.*, 2024). Uma cultura de prevenção fundamenta-se na compreensão de que os problemas relacionados à saúde mental podem ser enfrentados de maneira mais eficaz quando fatores de proteção são fortalecidos antes que situações de sofrimento se agravem. Nesse sentido, a escola assume papel ativo na promoção do bem-estar, criando condições para que estudantes e profissionais desenvolvam competências emocionais, construam relações saudáveis e encontrem apoio diante das dificuldades cotidianas (Mateus, 2013; Faria; Rodrigues, 2020).

O cuidado integral pressupõe uma visão ampliada do ser humano, considerando suas dimensões cognitivas, emocionais, sociais, físicas e culturais. Essa abordagem rompe com modelos que privilegiam exclusivamente o desempenho acadêmico e reconhece que a aprendizagem está profundamente relacionada ao bem-estar emocional e às condições de vida dos indivíduos. Assim, promover saúde mental na escola significa criar oportunidades para o desenvolvimento pleno das potencialidades humanas (Vieira *et al.*, 2014; Estanislau; Bressan, 2014). A construção dessa cultura depende da participação de toda a comunidade escolar. Gestores, professores, estudantes, famílias e demais profissionais precisam compartilhar a responsabilidade pelo cuidado e pela promoção de ambientes saudáveis. Quando o compromisso com a saúde mental é assumido

coletivamente, fortalecem-se os vínculos institucionais e ampliam-se as possibilidades de construção de práticas permanentes de acolhimento e prevenção (Oliveira *et al.*, 2024).

O clima escolar exerce papel fundamental nesse processo. Ambientes caracterizados pelo respeito, pela empatia, pela escuta e pela valorização das diferenças favorecem o desenvolvimento emocional e reduzem fatores associados ao sofrimento psicológico. A promoção de relações interpessoais positivas contribui para fortalecer o sentimento de pertencimento dos estudantes e cria condições mais favoráveis para a aprendizagem e para o desenvolvimento social (Avanci; Pesce; Ferreira, 2010; Freire *et al.*, 2025). A escuta ativa constitui uma das práticas mais importantes na consolidação de uma cultura de cuidado. Estudantes que encontram espaços seguros para expressar sentimentos, compartilhar dificuldades e buscar apoio apresentam maiores possibilidades de desenvolver estratégias saudáveis de enfrentamento. Da mesma forma, professores e demais profissionais também necessitam de ambientes que favoreçam o diálogo e o acolhimento de suas demandas emocionais (Taveira, 2025; Teixeira *et al.*, 2026).

A educação socioemocional desempenha papel estratégico na consolidação dessa cultura institucional. Ao promover o desenvolvimento de habilidades relacionadas ao autoconhecimento, à empatia, à cooperação e à autorregulação emocional, a escola fortalece recursos internos que contribuem para a prevenção de diferentes formas de sofrimento psíquico. Essas competências favorecem não apenas a saúde mental, mas também a convivência democrática e a construção da cidadania (Faria; Rodrigues, 2020; Souza *et al.*, 2021).

Outro aspecto relevante refere-se à necessidade de integrar as ações de saúde mental ao projeto pedagógico da escola. Quando as estratégias de prevenção e promoção são incorporadas ao planejamento institucional, deixam de depender exclusivamente de iniciativas individuais e passam a constituir parte da identidade da instituição. Essa integração fortalece a continuidade das ações e amplia seus impactos sobre a comunidade escolar (Amaral *et al.*, 2020; Oliveira *et al.*, 2024). A participação das famílias também é indispensável para a consolidação de uma cultura de cuidado integral. A articulação entre escola e família favorece a construção de estratégias coerentes de apoio ao desenvolvimento emocional dos estudantes, fortalecendo fatores de proteção tanto no ambiente escolar quanto no contexto familiar. Essa parceria amplia as possibilidades de

prevenção e contribui para respostas mais efetivas diante das situações de vulnerabilidade (Vieira *et al.*, 2014; Silva *et al.*, 2020).

As experiências descritas na literatura demonstram que escolas que investem em prevenção e cuidado apresentam melhorias significativas no clima institucional, redução de conflitos, fortalecimento das relações interpessoais e aumento do bem-estar de estudantes e profissionais. Esses resultados evidenciam que a promoção da saúde mental não deve ser compreendida como atividade complementar, mas como elemento central para a construção de ambientes educativos mais inclusivos, humanizados e comprometidos com o desenvolvimento integral dos sujeitos (Freire *et al.*, 2025; Teixeira *et al.*, 2026). Ao promover ambientes acolhedores, fortalecer fatores de proteção e integrar o cuidado às práticas educativas, a escola amplia sua capacidade de contribuir para a formação de indivíduos mais resilientes, saudáveis e preparados para enfrentar os desafios da vida contemporânea. Dessa forma, a prevenção deixa de ser apenas uma estratégia de intervenção e passa a constituir um princípio orientador da ação educativa comprometida com a promoção da vida e do bem-estar (Almeida, 1998; Mateus, 2013; Oliveira *et al.*, 2024).

8. Considerações Finais

A promoção da saúde mental no ambiente escolar constitui uma das mais importantes estratégias para o desenvolvimento integral de crianças, adolescentes e profissionais da educação. Ao longo deste capítulo, foi possível compreender que a prevenção e a promoção da saúde mental ultrapassam a lógica do tratamento de problemas já instalados, envolvendo a construção de ambientes educativos capazes de fortalecer fatores de proteção, desenvolver competências socioemocionais e promover o bem-estar coletivo.

As discussões apresentadas evidenciaram que a escola ocupa posição privilegiada nesse processo por constituir um espaço de convivência, socialização e aprendizagem que influencia diretamente o desenvolvimento emocional dos estudantes. Quando desenvolve ações preventivas, fortalece vínculos interpessoais e promove ambientes acolhedores, a instituição amplia sua capacidade de contribuir para a construção de trajetórias mais saudáveis e resilientes.

A formação dos professores revelou-se um elemento essencial para o sucesso das estratégias de promoção da saúde mental. Educadores preparados para compreender as dimensões emocionais da aprendizagem tornam-se agentes importantes na identificação precoce de dificuldades, no acolhimento dos estudantes e na implementação de práticas pedagógicas promotoras de bem-estar. Dessa forma, investir na qualificação docente representa um passo fundamental para consolidar uma cultura escolar voltada ao cuidado.

A educação socioemocional e o fortalecimento dos fatores de proteção demonstraram potencial significativo para prevenir diferentes formas de sofrimento psíquico e favorecer o desenvolvimento de competências essenciais para a vida. Habilidades como empatia, autorregulação emocional, cooperação e resiliência contribuem não apenas para a saúde mental, mas também para a melhoria das relações interpessoais e dos processos de aprendizagem.

As oficinas, programas preventivos e intervenções educativas analisadas ao longo do capítulo reforçam a importância de ações planejadas e contínuas para a promoção da saúde mental. Quando integradas ao cotidiano escolar, essas estratégias contribuem para reduzir vulnerabilidades, ampliar o acesso à informação e fortalecer a capacidade dos estudantes de enfrentar desafios de maneira saudável e construtiva.

Portanto, conclui-se que a construção de uma cultura escolar de prevenção e cuidado integral depende do compromisso compartilhado entre escola, família, profissionais da saúde e demais setores da sociedade. A promoção da saúde mental deve ser compreendida como uma responsabilidade coletiva e permanente, capaz de transformar a escola em um espaço de proteção, acolhimento e desenvolvimento humano. Investir em saúde mental no contexto educacional significa investir na qualidade da educação, na cidadania e na construção de uma sociedade mais saudável, inclusiva e comprometida com a valorização da vida.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, S. F. C. de. O papel da escola na educação e prevenção em saúde mental. **Estilos da Clínica**, v. 3, n. 4, p. 112-119, 1998.
- AMARAL, L. H.; CAPONI, S. Novas abordagens em psiquiatria no século XXI: a escola como lócus de prevenção e promoção em saúde mental. **Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação**, p. 2820-2836, 2020.
- AMARAL, M. O. P. et al. ProMenteSã: Formação de professores para promoção da saúde mental na escola. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 33, p. eAPE20190224, 2020.
- AVANCI, J. Q.; PESCE, R. P.; FERREIRA, A. L. Reflexões sobre promoção da saúde e prevenção da violência na escola. In: **Assis SG, Constantino P, Avanci JQ, organizadores. Impactos da violência na escola: um diálogo com professores. Rio de Janeiro: Fiocruz**, p. 177-201, 2010.
- ESTANISLAU, G. M.; BRESSAN, R. A. **Saúde mental na escola: o que os educadores devem saber**. Artmed Editora, 2014.
- FARIA, N. C.; RODRIGUES, M. C. Promoção e prevenção em saúde mental na infância: implicações educacionais. **Psicologia da Educação**, n. 51, p. 85-96, 2020.
- FREIRE, K. R. L. C. et al. Promoção Da Saúde Mental Na Escola: Reflexões A Partir De Um Relato De Experiência. **Saberes: Revista interdisciplinar de Filosofia e Educação**, v. 25, n. 01, p. SM07, 2025.
- GONÇALVES, R. J. et al. Quem "liga" para o psiquismo na escola médica? A experiência da Liga de Saúde Mental da FMB-Unesp. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 33, n. 2, p. 298-306, 2009.
- LEME, V. B. R. et al. Relato de experiência: Oficinas para promoção de saúde mental e prevenção do suicídio com estudantes. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 25, 2025.
- MATEUS, M. D. Promoção da saúde e prevenção em saúde mental. **olíticas de saúde mental**, p. 252, 2013.
- NASCIMENTO, C. A. M.; SCHETINGER, M. R. C. Folder educativo como estratégia de promoção e prevenção em saúde mental numa escola pública do ensino médio. **Interfaces da Educação**, v. 7, n. 20, p. 195-210, 2016.
- OLIVEIRA, B. D. C. de et al. Promoção de Saúde Mental no contexto escolar: potências, desafios e a importância da colaboração intersetorial para o campo da Atenção Psicossocial. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 34, p. e34077, 2024.
- RONCHI, J. P.; IGLESIAS, A.; AVELLAR, L. Z. Interface entre educação e saúde: revisão sobre o psicólogo na escola. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 22, p. 613-620, 2018.

- SANTOS, J. C. et al. Contigo na promoção da saúde mental e prevenção de comportamentos suicidários em meio escolar. **Revista de Enfermagem Referência**, v. 3, n. 10, p. 203-207, 2013.
- SILVA, C. dos S.; BODSTEIN, R. C. de A. Referencial teórico sobre práticas intersetoriais em Promoção da Saúde na Escola. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, p. 1777-1788, 2016.
- SILVA, E. M. V. B. et al. Promoção da saúde mental das crianças: contributos dos enfermeiros. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 33, p. eAPE20180254, 2020.
- SILVA, G. V. da et al. Promoção de saúde mental para adolescente em uma escola de ensino médio-Um relato de experiência. **Revista do NUFEN**, v. 11, n. 2, p. 133-148, 2019.
- SILVA, M. M. da; BARROS, L. da S. A contribuição da escola para a promoção da saúde mental de adolescentes no combate a depressão e ao suicídio. **Brazilian journal of development**, v. 7, n. 3, p. 21078-21095, 2021.
- SOUZA, R. da S. F.; COSTA, S. N. de O.; MENEZES, J. de S. O impacto das intervenções de atividade física na promoção da saúde na escola: um plano para a prevenção de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT). **Educação**, p. e38/1-57, 2025.
- SOUZA, T. T. et al. Promoção em saúde mental de adolescentes em países da América Latina: uma revisão integrativa da literatura. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 2575-2586, 2021.
- TAVEIRA, M. C. M. **Promoção da Saúde Mental nas Escolas: Percepções, Atitudes e Estratégias de Professores e Profissionais de Saúde Escolar**. 2025. Dissertação de Mestrado. Universidade NOVA de Lisboa (Portugal).
- TEIXEIRA, A. R. et al. Ação E Promoção Da Saúde Mental No Ambiente Escolar: Estratégias E Desafios. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, v. 2, n. 01, p. 1-18, 2026.
- VIEIRA, M. A. et al. Saúde mental na escola. **Saúde mental na escola. Porto Alegre: ARTMED**, p. 13-23, 2014.

Organizadores

Antônio Veimar da Silva



Doutor em Agronomia (UFPB). Mestre em Ensino de Ciências e Matemática (UNICSUL). Especialista em Gestão Escolar; Psicopedagogia Clínica e Institucional; ABA – Análise do Comportamento Aplicado (Faculdade Prominas); Engenharia de Segurança no Trabalho (Faculdade Unica); Ensino de Matemática (FINON); Docência do Ensino Superior (ISEPRO); Fitotecnia (IFPI) e Proteção de Plantas (UFV). Graduado em Pedagogia (UFPI), Matemática e Engenharia Agrônoma (UESPI). Graduando em Psicologia (FAMEP). Atualmente é professor da Rede Estadual do Pernambuco e da Faculdade de Educação Superior de Pernambuco - FAESPE. E-mail: veimar74185@gmail.com.

Jozadake Petry Fausto



Doutoranda pelo Programa de Desenvolvimento Territorial na América Latina e no Caribe, pela Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” (UNESP). Possui mestrado profissional em Desastres Naturais pela Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). É bacharela em Serviço Social pela UFSC, graduada em Pedagogia pela Faculdade Uniasselvi e licenciada em Geografia e Sociologia pelo Centro Universitário Cidade Verde (UNIFCV). É técnica de Enfermagem pela Escola Técnica Advance Internacional LTDA. Possui especialização em Enfermagem do Trabalho (CEPROVI), qualificação em Oncologia e Instrumentação Cirúrgica (PRÓ-SAÚDE), Políticas Públicas Integradas (ESTÁCIO), Saúde Pública (UNIMAIS) e Serviço Social e Saúde Coletiva (ESTRATÉGO). É membra da Rede Internacional de Pesquisa em Resiliência Climática (RIPERC) desde 2021. Atualmente

curso Engenharia Ambiental e Sanitária. Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3339996527225371>. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5656-3337>. E-mail: jozadakepetryfausto@gmail.com e j.fausto@unesp.br

Carla Michelle da Silva



Doutora em Fitotecnia (UFV). Mestre em Agronomia/Fitotecnia (UFPI). Especialista em Gestão Ambiental (FINOM) e Biologia e Química (URCA). Graduada em Ciências Biológicas (Universidade Iguaçu), Engenharia Agrônoma (UESPI) e Pedagogia (Faculdade Unica de Ipatinga). Atualmente é diretora do Instituto Educacional Invictus. E-mail: carlinha.picos@gmail.com. Lattes: <https://lattes.cnpq.br/4723228892619038>

Hélio Costa e Silva



Mestre em tecnologias emergentes em educação (Must - University), Especialista em geografia socioespacial (IFPI), Licenciatura em Geografia (UFPI), Atualmente é servidor técnico administrativo do IFPI. E-mail: helliou33@gmail.com. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3995498489673851>

Williames Azevedo dos Santos



Especialista em Ensino de Ciências - Educação - IFPE - Instituto Federal de Tecnologia, Ciência e Educação de Pernambuco. Rua Jannarleyde Alves Aquino, 135, 57500-000, Santana do Ipanema AL. E-mail: will.santos.azevedo@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0009-0005-6672-4081>.

Luciano Oliveira Santos

Possui graduação em Tecnologia em Processos Gerenciais pela Universidade de Uberaba (UNIUBE). Especialização MBA em Gestão Pública pela Faculdade Passo 1. E-mail: oliveira.luciano011@gmail.com.

Autores

Ana Paula Sérgio Sousa

Pos graduada em Gestão e Docência do Ensino Superior (FAEME). Pós-graduada em Psicanálise (FAEPI). Graduada em Psicologia (UNIFSA). E-mail: paulaservio13@gmail.com. Lattes: <https://lattes.cnpq.br/9986767637242329>.

Antônio Veimar da Silva

Doutor em Agronomia (UFPB). Mestre em Ensino de Ciências e Matemática (UNICSUL). Especialista em Gestão Escolar; Psicopedagogia Clínica e Institucional; ABA – Análise do Comportamento Aplicado (Faculdade Prominas); Engenharia de Segurança no Trabalho (Faculdade Unica); Ensino de Matemática (FINON); Docência do Ensino Superior (ISEPRO); Fitotecnia (IFPI) e Proteção de Plantas (UFV). Graduado em Pedagogia (UFPI), Matemática e Engenharia Agrônoma (UESPI). Graduando em Psicologia (FAMEP). Atualmente é professor da Rede Estadual do Pernambuco e da Faculdade de Educação Superior de Pernambuco - FAESPE. E-mail: veimar74185@gmail.com.

Carla Michelle da Silva

Doutora em Fitotecnia (UFV). Mestre em Agronomia/Fitotecnia (UFPI). Especialista em Gestão Ambiental (FINOM) e Biologia e Química (URCA). Graduada em Ciências Biológicas (Universidade Iguaçu), Engenharia Agrônoma (UESPI) e Pedagogia (Faculdade Unica de Ipatinga). Atualmente é diretora do Instituto Educacional Invictus. E-mail: carlinha.picos@gmail.com. Lattes: <https://lattes.cnpq.br/4723228892619038>

Crystiane Oliveira Rego

Graduada em Letras – Português e Espanhol pela Universidade Federal do Ceará (UFC) e em Letras – Língua Portuguesa pela Universidade Regional do Cariri (URCA). Especialista em Língua Portuguesa e Literatura Brasileira pela UCAM e em Língua Espanhola pela Faculdade do Noroeste de Minas (FINOM). Atua como professora da Rede Pública de Ensino do Estado do Ceará, na área de Letras, com ênfase no ensino de Língua Portuguesa, desenvolvendo atividades voltadas à formação linguística, leitura e produção textual. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8885670631378282>. E-mail: Crystall.oliveira@hotmail.com.

Hélio Costa e Silva

Mestre em tecnologias emergentes em educação (Must - University), Especialista em geografia socioespacial (IFPI), Licenciatura em Geografia (UFPI), Atualmente é servidor técnico administrativo do IFPI. E-mail: hellu33@gmail.com. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3995498489673851>

Irene Maria Mendonça

Graduada em Tecnologia em Gestão de Recursos Humanos pelo Centro Universitário Internacional (UNINTER (2018) e Especialista em Gerontologia e Saúde Mental pela Faculdade Futura (2019). Atua como Técnica Administrativa em Educação (TAE) no Hospital das clínicas da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) desde 1997. Lattes: <https://lattes.cnpq.br/7972703932048160>. E-mail: Irene.contt@gmail.com

Jozadake Petry Fausto

Doutoranda pelo Programa de Desenvolvimento Territorial na América Latina e no Caribe, pela Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” (UNESP). Possui mestrado profissional em Desastres Naturais pela Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). É bacharela em Serviço Social pela UFSC, graduada em Pedagogia pela Faculdade Uniasselvi e licenciada em Geografia e Sociologia pelo Centro Universitário Cidade Verde (UNIFCV). É técnica de Enfermagem pela Escola Técnica Advance Internacional LTDA. Possui especialização em Enfermagem do Trabalho (CEPROVI), qualificação em Oncologia e Instrumentação Cirúrgica (PRÓ-SAÚDE), Políticas Públicas Integradas (ESTÁCIO), Saúde Pública (UNIMAIS) e Serviço Social e Saúde Coletiva (ESTRATÉGO). É membra da Rede Internacional de Pesquisa em Resiliência Climática (RIPERC) desde 2021. Atualmente cursa Engenharia Ambiental e Sanitária. Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3339996527225371>. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5656-3337>. E-mail: jozadakepetryfausto@gmail.com e j.fausto@unesp.br

Larisa Fernanda Nunes da Conceição

Mestranda em Ciências da Educação (Enber University). Graduada em Psicologia (Celso Lisboa); Pós-graduada em Marketing (Descomplica); MBA em Recursos Humanos (Descomplica). Especialista em Dificuldades de Aprendizagem: Prevenção e Reeducação (UERJ); Gestão Educacional Integrada (FAAC); Psicopedagogia Clínica e Institucional

(UCAM); Terapia integrativa (Saber Consciente). Graduada em Pedagogia (UERJ). Capacitada em: ABA, TEACCH, Mediação Escolar, Avaliação e Intervenção Psicopedagógica. Comunicação Aumentativa e Alternativa (CAA). Atualmente é Psicopedagoga em consultório particular e pesquisadora na Enber University. E-mail: larisanunepsicopedagoga@gmail.com. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6503294930698916>

Luciano Oliveira Santos

Possui graduação em Tecnologia em Processos Gerenciais pela Universidade de Uberaba (UNIUBE). Especialização MBA em Gestão Pública pela Faculdade Passo 1. E-mail: oliveira.luciano011@gmail.com.

Lucineia Miranda Cordeiro Rosa

Bacharel em Serviço Social pelo Centro Universitário UMA/BH. Pós – Graduação Lato Sensu em Gestão da Saúde Pública pela Escola Global de Educação Avançada/IPEMIG, em Cuidados Paliativos pela FACUMINAS (em curso) e em Humanização da Saúde Pública pela FACUMINAS (em curso). Técnico e Auxiliar de Enfermagem pela Escola de Enfermagem Irma-Fundação Felício Rosso. Atualmente é servidor técnico administrativo da UFMG E-mail: 1970lus.rosa@bol.com

Magda Rodrigues dos Apóstolos

Graduada em Letras/Português -Inglês (Faculdade de Ciências Humanas Dr. Pedro Leopoldo) Curso Superior em Gastronomia (UNICESUMAR). Pós Graduada em Ensino da Língua Portuguesa (FCHPL) e Psicopedagogia Institucional (UCB). Atualmente é Auxiliar de Laboratório da Universidade Federal de Minas Gerais. E-mail: magdarod@bol.com.br.

Rosana Alves Sampaio

Graduada em Serviço Social pela Faculdade de Educação do Piauí. Especialista em Políticas Públicas, Docência do Ensino Superior pela Faculdade Iguaçu e em Assistência Social na Saúde Pela Faculdade Serra Geral. E-mail: Alvessampaioresana2023@gmail.com. Lattes: <https://lattes.cnpq.br/9744020445896884>

Willames Azevedo dos Santos

Especialista em Ensino de Ciências - Educação - IFPE - Instituto Federal de Tecnologia, Ciência e Educação de Pernambuco. Rua Jannarleyde Alves Aquino, 135, 57500-000, Santana do Ipanema AL. E-mail: will.santos.azevedo@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0009-0005-6672-4081>.



Editora
MultiAtual

ISBN 978-656009261-7



9

786560

092617