

**ANÁLISE DA SAÚDE MENTAL DE PROFESSORES  
UNIVERSITÁRIOS BRASILEIROS ATUANTES NO ENSINO  
SUPERIOR DAS UNIVERSIDADES FEDERAIS DO ESTADO DO PARÁ,  
EM 2023.**

Kelly Lene Lopes Calderaro <sup>1</sup>  
Francilene Sodré da Silva <sup>2</sup>  
Luziane Solon de Lima Oliveira <sup>3</sup>

## **RESUMO**

Análise da Saúde Mental de professores universitários brasileiros atuantes no ensino superior das Universidades Federais do Estado do Pará, em 2023. Linha de pesquisa em epidemiologia em saúde mental. A partir desta pesquisa, procura-se observar quais as possíveis causas que estão afetando a saúde mental desses professores e quais as possíveis relações neste transtorno e se isso pode afetar seu desempenho profissional e como é possível sustentar essa descompensação de saúde mental na profissão docente hoje, ano de 2023, considerando a intersetorialidade entre saúde e educação. Avaliar se o estado emocional dos professores está relacionado à carga de estresse na profissão e quais os fatores que podem ser os agentes causadores desse estresse; se há um alto índice de ataques de pânico ao atuar como professor e se isso interfere na sua vida privada; medir o nível de ansiedade e o nível de depressão; e observar o uso de medicamentos controlados para crises que afetam a saúde mental. Conclui-se que a “população” de professores universitários está adoecida, se evidenciando um caso de saúde pública, na educação. Diante de todos esses pontos vê-se a necessidade de uma política pública diretamente relacionada a saúde mental de professores, pois o lugar que estes ocupam, de formação de outros profissionais, reflete em pessoas, e estas irão atuar em toda sociedade. Trata-se de construção de futuro, com cuidado no presente.

## **INTRODUÇÃO**

Ter saúde mental é: ser bom consigo mesmo e com os outros. Aceite as exigências da vida. Saber enfrentar as emoções boas e as desagradáveis, mas que fazem parte da vida<sup>1,22</sup>.

A saúde do professor universitário é um tema que adquire crescente relevância científica<sup>1,2,3</sup>, visto que essa profissão é considerada uma das mais estressantes. A saúde mental, a saúde física e a social estão intimamente interligadas e são vertentes da vida profundamente interdependentes.

---

<sup>1</sup>Doutoranda em Políticas Públicas pela Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales – AR, [kellycalderaro@hotmail.com](mailto:kellycalderaro@hotmail.com)

<sup>2</sup>Mestranda do Programa de Pós-graduação PPGARTES da Universidade Federal do Pará- UFPA, [franci\\_sodre@yahoo.com.br](mailto:franci_sodre@yahoo.com.br)

<sup>3</sup>Prefeita Municipal de Benevides, PA – [luzianesolon@hotmail.com](mailto:luzianesolon@hotmail.com)

À medida que a compreensão dessa relação aumenta, fica cada vez mais claro que a saúde mental é essencial para o bem-estar geral de indivíduos, sociedades e países.

A importância da saúde mental tem sido reconhecida pela OMS, desde sua origem, o que se reflete em sua própria definição de saúde, como "não simplesmente a ausência de doença ou enfermidade", mas como "um estado de completo bem-estar físico e mental. ser. e social" <sup>22</sup>.

Nos últimos anos, essa definição ganhou maior destaque, como resultado de muitos avanços enormes nas ciências biológicas e comportamentais. Estes, por sua vez, aperfeiçoaram nossa compreensão do funcionamento da saúde mental e da relação profunda entre a saúde mental, física e social. Esta nova concepção emerge uma nova esperança. <sup>4,5,6,7</sup>

A população do objeto de estudo foram professores, dos campi da Universidade Federal do Pará - UFPA, uma vez que se observa, dia a dia, que tem aumentado o número de professores portadores de transtornos que afetam sua saúde mental. Portanto, o objetivo desta pesquisa é conhecer a situação de saúde mental de professores universitários, relacionada às variáveis estresse, depressão, ansiedade e uso de medicamentos para melhorar sua saúde mental.

Assim, foi avaliada a saúde mental dos professores que atuam nos cursos de medicina e farmácia em 2023, no primeiro ano dos respectivos cursos, e relacionou-se os dados obtidos com as políticas públicas existentes, a fim de entender como estas podem ser integradas na solução de problemas relacionados à saúde dos metais por professores universitários.

Conhecer esse estado de saúde mental dos professores é importante para a epidemiologia por se tratar de um estudo da distribuição e determinantes de doenças ou outros estados ou eventos relacionados à saúde em populações específicas, no caso deste plano, professores das Universidades Federais do Pará, que atuam nos cursos de Medicina e Farmácia, atuando no primeiro ano do curso. A UFPA possui 12 campi, estabelecidos em sete cidades localizadas no estado do Pará, Brasil. Os campi da UFPA estão localizados em cidades que atendem bairros do estado. Todos os campi possuem o Curso de Medicina e Farmácia.

Com a epidemiologia está a aplicação dos conhecimentos obtidos no controle dos problemas de saúde mental.

Outro fator relevante para o estudo está no contexto da promoção da saúde, na qual a epidemiologia desempenha um papel importante ao se preocupar não apenas com o controle das doenças e seus vetores, mas, sobretudo, com a melhoria da saúde da população. Uma abordagem global das ações agrupadas de acordo com o conjunto de problemas da população, desenvolvendo-se de forma abrangente, evitando agrupamentos por patologias e programas

isolados. Esses são dados relevantes que podem corroborar as atuais políticas públicas de saúde mental no Brasil<sup>28</sup>.

Alguns fatos empíricos que levam ao adoecimento de professores comuns a todos os níveis de ensino investigados estão relacionados à organização do trabalho, falta de reconhecimento, problemas de comportamento dos alunos, pouco acompanhamento familiar e deficiências no ambiente físico, que podem desencadear ansiedade, depressão, estresse e / ou outros transtornos<sup>29</sup>.

Portanto, o objetivo desta pesquisa é conhecer a situação de saúde mental de professores universitários, relacionada às variáveis estresse, depressão, ansiedade e uso de medicamentos para melhorar sua saúde mental.

O "n" da pesquisa serão docentes atuantes em todos os cursos da universidade federal do Pará e suas áreas no estado, no ano de 2023, em um total de 12 campi da UFPA. Os professores selecionados serão dos cursos de medicina e farmácia, que atuam no primeiro ano dos respectivos cursos.

## **METODOLOGIA**

Foram aplicados questionários no estabelecimento mencionado na pesquisa, no período de fevereiro a março de 2023. Os questionários aplicados aos participantes foram respondidos individualmente sem tempo de duração, contendo questões fechadas essas sendo no momento da resposta sim ou não.

### **Análise estatística**

Os dados obtidos no projeto de pesquisa foram inseridos em planilha no programa de Excel, e transposta para análise através de testes estatísticos, utilizando o programa Biostat 5.0 (AYRES, 2007). Serão usados os seguintes testes estatísticos, Odds ratio , e Qui. – Quadrado para comparação das proporções.

### **Testes Estatísticos**

As análises estatísticas têm como finalidades estabelecer métodos, para estudar uma determinada população por meio de coleta de dados. Para as análises do referido projeto foram utilizados os seguintes testes estatísticos: Qui- Quadrado, por  $\chi^2$  é um teste de hipóteses que se destina a encontrar um valor da dispersão para duas variáveis nominais, avaliando a associação existente entre variáveis qualitativas. (VIEIRA, 2011).

Para análise qualitativa foi utilizada a análise de conteúdo, com a técnica de Bardin.

## REFERENCIAL TEÓRICO

A saúde mental é uma questão prioritária no campo da saúde pública<sup>15,21,22</sup>; e isso é confirmado pelos diferentes estudos epidemiológicos que explicam a contribuição dos transtornos mentais para a carga global de doenças no mundo<sup>22,23</sup>, os relatórios da Organização Mundial da Saúde (OMS)<sup>16,21,22</sup> e da Organização Panamericana de la Salud (OPAS)<sup>24</sup> que insiste na necessidade de integrar a saúde mental em todos os aspectos da saúde e da política social<sup>17,23,24</sup>, assim como um grande número de pesquisas sobre questões relacionadas à saúde a saúde mental a partir de uma perspectiva de saúde pública<sup>24</sup>.

A OMS, sob o lema “Não há saúde sem saúde mental”<sup>24</sup>, reconheceu a saúde mental como aspecto fundamental para o bem-estar e o desenvolvimento das pessoas, sociedades e países<sup>23</sup>. Essa relevância que adquiriu está relacionada não só à magnitude dos problemas associados à doença mental e aos custos que acarreta, mas também ao seu impacto individual, familiar, presentes entre as diferentes abordagens conceituais da saúde mental. Embora saúde mental seja um conceito amplamente utilizado, sua definição e conceituação são complexas e versáteis<sup>24</sup>.

No contexto brasileiro, os níveis mais elevados de doença mental afetam os mais pobres e os mais pobres com educação. A maioria dos brasileiros com transtornos mentais graves é atendida pelo sistema público de saúde<sup>8</sup>.

Oliveira et al (2002) mencionam que as mudanças ocorridas na organização do trabalho docente, em decorrência das reformas educacionais implantadas nas décadas de 80 e 90, afetaram significativamente a profissão, uma vez que “atendíamos a novas demandas profissionais sem a formação I vai precisar de condições de trabalho”<sup>9</sup>. Portanto, à docência é um campo de estudo que deve ser explorado devido às amplas e profundas mudanças na escola e que suportam o impacto das transformações que ocorrem na sociedade e no mundo do trabalho<sup>10</sup>. comunitário e social, em termos de um sofrimento que vai além dos números e a deficiência que gera<sup>23</sup>. Esse consenso sobre a importância da saúde mental no campo da saúde pública contrasta com as divergências e até mesmo as contradições.

Segundo Oliveira (1997), entre as reformas educacionais iniciadas na década de 1990 no Brasil, está a descentralização administrativa, financeira e pedagógica e a flexibilidade na organização e funcionamento das escolas, o que proporcionou maior autonomia à gestão das unidades escolares. Essa autonomia beneficia os professores, que passam a adquirir maior

liberdade para organizar seu trabalho. Por outro lado, leva à expansão de funções e maior responsabilidade pelo sucesso educacional<sup>11</sup>.

Oliveira, Vieira e Augusto (2014) complementam que esses estressores tendem a influenciar a saúde mental de dois professores universitários, podendo desencadear sintomas de estresse, ansiedade e depressão decorrentes de responsabilidades e demandas<sup>12</sup>. Os sintomas mais comuns desenvolvidos são depressão e ansiedade.

A depressão é caracterizada por falta de vontade, tristeza, humor deprimido, desânimo, falta de energia, catastrofismo, vitimização, indisponibilidade e pode ser vivenciada em diferentes momentos da vida, variando a intensidade dos sintomas, o que a caracteriza como normal ou patológica<sup>29</sup>.

A ansiedade, por sua vez, é compreendida pela presença de sentimentos de medo, angústia, pensamentos excessivos sobre o futuro, que podem causar excitabilidade ou mesmo tristeza<sup>28</sup>. A ansiedade faz parte da vida humana e, dependendo da intensidade a maneira como você se sente e como você lida com isso pode ser vista como benéfica ou prejudicial. Níveis elevados dessa emoção podem influenciar negativamente o desenvolvimento acadêmico, bem como provocar reações impulsivas, comprometendo o equilíbrio emocional<sup>30</sup>.

O estresse pode ser caracterizado por uma reação fisiológica e psicológica a eventos internos ou externos, não programados, inesperados, que causam tensão, irritabilidade, agitação, tristeza, dificuldade para relaxar, impaciência, entre outros sintomas<sup>31</sup>. Esses sintomas, por não serem identificados e tratados, podem levar a problemas como irritabilidade, insônia, falta de concentração, tristeza, alterações de humor, entre outros, durante e após a vida acadêmica<sup>27</sup>.

A consolidação da Lei 10.216, DE 6 DE ABRIL DE 2001, Brasil, dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas com transtornos mentais e reorienta o modelo de atenção à saúde mental, bem como dá diretrizes para o seu desenvolvimento, sempre em busca da consolidação de direitos, expandir o acesso e melhorar a saúde mental para todos.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Considera-se que a lógica produtivista que norteia o trabalho docente nas universidades deva ser revista, especificamente sobre os conceitos envolvidos pela lógica avaliativas dos prazos, das exigências e inúmeras cobranças pelas quais o docente fica exposto, subordinado a atividades laborais em condições precárias e intensas.

Alerta-se para o descaso e/ou desconhecimento sobre os fatores que ocasionam o adoecimento mental dos docentes. Considera-se importantes a aceitação e o reconhecimento sobre o assunto que, inúmeras vezes, tem impedido o docente, assim como os gestores, de buscarem ajuda especializada, dificultando o diagnóstico e a identificação e acompanhamento dos casos.

Pondera-se que as universidades devam ser um local de aprendizagem e construção dos saberes, um local privilegiado na construção do pensamento crítico e reflexivo e, acima de tudo, que seja um ambiente saudável, promotor das diversas qualidades “científica, educacional e cultural” primordialmente da qualidade de vida e bem-estar.

Em relação à carga excessiva de trabalho docente, acredita-se que, apenas a partir de uma revisão, reestruturação e redistribuição das atividades de ensino, pesquisa e extensão, será possível minimizar sua intensificação.

Para melhorar a qualidade de vida e saúde dos docentes, sugere-se a instituição de um núcleo de assistência física e psicológica, específica e continuada aos desassossegos e vulnerabilidades docentes. Considera-se que o núcleo deva ser constituído por uma equipe multifuncional de profissionais credenciados e habilitados nas áreas da educação física, enfermagem, farmácia, fisioterapia, psicologia/psicanalista, psiquiatra e médica.

Como parte essencial do núcleo de atendimento, considera-se a necessidade de um ambulatório, que preste o entendimento básico emergencial, das condições gerais de saúde.

Entende-se como essencial o atendimento psicológico preventivo. Sendo assim considera-se a necessidade de um monitoramento constante das variações do comportamento docente, a fim de identificar precocemente os fatores que podem gerar adoecimento psicológico.

O exercício físico tem se mostrado eficaz nos diversos aspectos da saúde, seja na prevenção de doenças, ou como auxiliar nos tratamentos da saúde física e/ou mental, melhorando a disposição e alívio das tensões da vida diária entre outros. Assim, considera-se como primordial a orientação do exercício físico e atividades esportivas, bem como as práticas de atividade física, como manutenção e prevenção na saúde como um todo.

Considera-se, ainda, que o atendimento de profissionais da fisioterapia, no tratamento e orientações quanto ao adoecimento físico. Assim como de profissionais de farmácia, atuantes na orientação do uso e da armazenagem corretas das medicações.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A partir da década de 1990, o trabalho docente passa a assumir características da organização social capitalista, estimulado pelo conceito de produção e lucratividade. A partir desse marco histórico da popularização do trabalho docente como mercadoria, na relação do fazer mais em menos tempo, surgem as mais variadas formas de precarização e intensificação da jornada e da carga excessiva de trabalho docente.

Ainda hoje as universidades seguem o sistema organizacional gerencialista, que visa a produtividade massiva, estimulando a competição entre os pares que, por sua vez, acaba comprometendo as relações sociais no ambiente de trabalho, assim como o aumento das tensões e do estresse laboral, que, por consequência, resulta no adoecimento físico e mental dos docentes.

A partir da realização da presente pesquisa, constata-se que a carga excessiva de trabalho docente é uma realidade presente, como reflexo das demandas das obrigações do professor universitário. Ao observarmos a relação de trabalho dos professores que trabalham nas referidas graduações, constatou-se que a carga de trabalho é ainda mais intensa, comprometendo o tempo de descanso e lazer, elevando as condições de esgotamento físico e mental.

Ao verificar o estilo de vida adotado, observa-se que embora os docentes possuam conhecimentos sobre a importância dos cuidados com o corpo, a partir de uma alimentação saudável e prática de exercícios físicos, ainda assim, percebe-se que grande parte do grupo pesquisado não consegue adaptar sua rotina de trabalho em moldes que lhes proporcionem qualidade nos hábitos praticados. Tais fatores podem ser atribuídos à redução do “suposto” tempo de descanso, que deixa de ser destinado à realização de atividades pessoais e familiares, para dar conta das multitarefas atribuídas à profissão.

Ao considerarmos a saúde a partir de conceitos gerais, constatamos que 82% dos participantes fazem uso de algum tipo de medicação de forma contínua ou “quase contínua”, dado que se relaciona à existência de doenças crônicas não transmissíveis como o diabetes, hipertensão, hipotireoidismo, doenças articulares e posturais entre outras.

Considera-se, ainda, que o alto consumo de medicação esteja atribuído a outros transtornos desconhecidos, ou compreendidos de menor percepção subjetiva do docente, de modo que tais estejam relacionados ao esgotamento físico e mental em detrimento à carga excessiva de trabalho, o que costuma ocasionar constantes dores de cabeça, dores de estômago, dores no corpo e nas articulações, dificuldades de concentração, insônia, cansaço extremo entre outros.

Ao considerar a saúde física, constata-se a alta incidência de problemas posturais, atribuídos à falta de mobiliário que proporcione uma postura ergonomicamente correta, bem como às consequências próprias da profissão atrelada aos longos períodos em que o professor permanece em pé, sobrecarregando articulações e comprometendo a circulação.

Em relação a saúde mental, constata-se um grande número de professores com doenças psicológicas, isoladas e/ou associadas. Entre as doenças mais relacionadas estão o estresse, a ansiedade e a depressão. Considerando a carga excessiva de trabalho, as condições ambientais, o adoecimento físico e geral, o estilo de vida adotado e as relações sociais em conjunto com a associação de doenças mentais diagnosticadas, relacionadas de forma associativa, entende-se que possivelmente a síndrome de Burnout seja mais presente do que tenha sido apontada pelos professores como doença diagnosticada.

Os sentimentos expressos pelos professores em relação ao trabalho demonstram que mesmo o sentimento considerado positivo se relaciona à carga de trabalho, pois os professores apontam o sentimento de “produtividade”, sentimento que se correlaciona ao sentimento negativo de “cansaço”, deixando evidente a intensificação do trabalho docente.

Aos considerar as relações ambientais, verificamos que, de um modo geral, os participantes consideram que o ambiente de trabalho é “bom”, porém, a satisfação quanto a esse mesmo ambiente de trabalho é “média”, o que se justifica pela falta de materiais, estrutura física, mobiliário, suporte técnico, bem como o próprio relacionamento social. Dos participantes, 95% apontam que “frequentemente” ou “às vezes” o ambiente de trabalho lhes causa alguma forma de desassossego ou inquietação, seja pelas condições físicas ou pelas interações consideradas desagradáveis, fatores estes responsáveis pelo nível de estresse negativo atribuído às relações laborais.

Os relacionamentos sociais possuem um caráter de ambiguidade na vida dos seres humanos, pois, ao mesmo tempo em que são necessários, podem ser prazerosos ou desagradáveis. Os participantes reconhecem a importância de tais relações para o bom desenvolvimento das atividades laborais, porém, ao considerarem os relacionamentos sociais de modo obrigatório, consideram o sentimento de “interação” como sentimento positivo, ao mesmo tempo que demonstram “desconforto” como sentimento negativo diante de tais interações.

A competitividade e a falta de empatia entre os pares foram constatadas pela atitude expressa no desenvolvimento diário das atividades laborais dos docentes, fator observado durante os períodos de coleta dos dados.



Ao considerar a qualidade de vida dos docentes em parâmetros gerais, constata-se que os professores gozam de uma “razoável” qualidade de vida, ao considerar os domínios da saúde física e mental, das relações sociais e ambientais.

Ao considerar um olhar externo relacionado à prática docente nos quesitos influência do trabalho da qualidade de vida e saúde, buscamos olhar para os docentes através dos olhos dos professores administradores. Desse modo, constatamos que, inúmeras vezes, a carga de trabalho docente tem sido responsável por gerar sofrimento e adoecimento mental, na medida em que os anseios dos docentes entram em desacordo com a organização e a demanda do trabalho.

Em relação aos desassossegos psicológicos dos professores, constata-se, assim a insatisfação e infelicidade dos docentes estabelecidas pela excessiva carga de trabalho, pela considerável perda de autonomia, a extensão da jornada de trabalho, e o respectivo sofrimento, contatado a partir da organização e da demanda do trabalho.

## REFERÊNCIAS

- 1 Alchieri, JC. Aspectos instrumentais e metodológicos da avaliação psicológica. In. V.M. Andrade. F.h. dos Santos. O.F.A. Bueno. Neuropsicologia hoje. São Paulo. Artes Médicas. 2004.
- 2 Gandini, Rita de Cássia, Martins, Maria do Carmo Fernandes, Ribeiro, Marjorie de Paula, & Santos, Daniela Torres Gonçalves. (2007). Inventário de Depressão de Beck - BDI: validação fatorial para mulheres com câncer. Psico- USF, 12(1), 23-31. <https://dx.doi.org/10.1590/S1413-82712007000100004>
- 3 Bardin, L. Análise de conteúdo. Traduzido por Luís Antero Reto, Augusto Pinheiro. São Paulo: Edições 70, 2011. p.85.
- 4 Souza DL. Professor, trabalho e adoecimento: políticas educacionais, gestão do trabalho e saúde [monografia]. São Carlos: Universidade Federal de São Carlos; 2007. 38 p.
- 5 Gasparini SM, Barreto SM, Assunção AA. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. Educ. Pesqui. 2005 Maio-Ago; 31(2):189-199.
- 6 Santos AS, Oliveira AS, Souza VD, et al. A incidência do nível de ansiedade dos docentes dos estabelecimentos de periferia participantes do projeto cultura docente do município de Paranavaí-PR. Col. Pesq. Educ. Física [internet]. 2010 [acesso em 2016 nov 3]; 9(1):43-48. Disponível em: [http://www.fontouraeditora.com.br/periodico/upload/550\\_1502736833.pdf](http://www.fontouraeditora.com.br/periodico/upload/550_1502736833.pdf).
- 7 Haslam C, Atkinson S, Brown SS, et al. Anxiety and depression in the workplace: effects on the individual and organization. J. Affect. Disord. [internet]. 2005 [acesso em 2017 jan 18]; 88(2):209-215. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16122810>.
- 8 Capitão CG, Mesquita KL. A depressão em trabalhadores de uma frente de trabalho. Rev.

Psicol. UnC [internet]. 2005 [acesso em 2016 set 22]; 2(2):93-102. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/237392072\\_A\\_Depressao\\_em\\_Trabalhadores\\_de\\_uma\\_Frente\\_de\\_Trabalho](https://www.researchgate.net/publication/237392072_A_Depressao_em_Trabalhadores_de_uma_Frente_de_Trabalho).

9 Oliveira, D. A., Gonçalves, G. B. B., Melo, S. D. G., Fardin, V., & Mill, D. (2002). Transformações na organização do processo de trabalho docente e suas consequências para os professores. *Trabalho & Educação*, 11, 51-65.

10 Hypolito, A. M., & Grishcke, P. E. (2013). Trabalho imaterial e trabalho docente. *Educação – Revista do Centro de Educação da Universidade Federal de Santa Maria*, 38(2), 507-522. doi: 10.5902/198464448998

11 Oliveira, D. A. (1997). *Gestão democrática da educação: desafios contemporâneos*. Petrópolis, RJ: Vozes.

12 Oliveira, D. A., Vieira, L. F., & Augusto, M. H. (2014). Políticas de responsabilização e gestão escolar na educação básica brasileira. *Linhas críticas*, 20(43), 529-548.

13 Marx K. *O capital*. São Paulo: Nova Cultural; 1988.

14 Reis EJFB, Araújo TM, Carvalho FM, et al. Docência e Exaustão emocional. *Educ. Soc.* [internet]. 2006 Jan-Abr. [acesso em 2016 abr 15]; 27(94):229-253. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/es/v27n94/a12v27n94.pdf>.

15 Saviani, D. *Pedagogia histórico-crítica: primeiras aproximações*. 8.ed. Campinas: Autores Associados; 2003.

16 Strieder R. Depressão e ansiedade em profissionais da educação das regiões da Amerios e da Ameosc. *Rev. Roteiro* [internet]. 2009 [acesso em 2017 fev 2]; 34(2):243-268. Disponível em: <https://www.dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3063349>.

17 Brum LM, Azambuja CR, Rezer JFP, et al. Qualidade de vida dos professores da área de ciências em escola pública no Rio Grande do Sul. *Trab. Educ. Saúde* [internet]. 2012 Mar-Jun [acesso em 2018 fev 1]; 10(1):125-145. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tes/v10n1/v10n1a08.pdf>.

18 Selligman-Silva, Marcio. *Adorno*. São Paulo, Publifolha, 2003.

19 Silva TR, Carvalho EA. Depressão em professores universitários: uma revisão da literatura brasileira. *Rev. Uningá Review* [internet]. 2016 out-dez [acesso em 2017mar 12]; 28(1):113-117. Disponível em: [https://www.mastereditora.com.br/periodico/20161005\\_005442.pdf](https://www.mastereditora.com.br/periodico/20161005_005442.pdf).

20 Bauer J, Unterbrink T, Hack A, et al. Working conditions, adverse events and mental health problems in a sample of 949 German teachers. *Int. Arch. Occup. Environ. Health*. 2007 Apr; 80(5):442-449

21 Saraceno B, Freeman M, Funk M. Public Mental Health. En: Detels R, Beaglehole R,

Ann Lansang M, Gulliford M. Oxford Textbook of Public Health. Oxford: Oxford University Press; 2009.

22 Organización Mundial de Salud. Informe sobre la salud en el mundo 2001. Salud mental: nuevos conocimientos, nuevas esperanzas. Ginebra: oms; 2001.

23 World Health Organization. Mental Health Gap Action Programme: scaling up care for mental, neurological, and substance use disorders. Geneva: who; 2008.

24 Prince M, Patel V, Saxena S, Maj M, Maselko J, Philliphs M, et al. No health without mental health. Lancet. 2007; 370 (9590): 859- 877.

25 Organización Mundial de Salud. Promoción de la Salud Mental: conceptos, evidencia emergente, práctica, informe compendiado. Ginebra: oms; 2004.

26 Esteve, J.M. O mal-estar docente: a sala-de-aula e a saúde dos professores; tradução Durley de Carvalho Cavicchia, - Bauru, SP: EDUSC, 1999.

27 Andrade, KO (2017). Qualidade de vida geral e ansiedade de acadêmicos do curso de medicina da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (Dissertação de Mestrado). Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Mato Grosso do Sul, MT, Brasil.

28 Apóstolo, JLA., Mendes, AC, & Azeredo, ZA (2006). Adaptação para a língua portuguesa da Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS). Revista Latino-Americana de Enfermagem.

29 Guimarães, MF (2014). Depressão, ansiedade, estresse e qualidade de vida de estudantes de universidades pública e privada (Dissertação de Mestrado em Psicologia). Programa de Mestrado em Psicologia da Saúde, Universidade Metodista de São Paulo.

30 Nogueira, MJC (2017). Saúde mental em estudantes do ensino superior: Fatores protetores e fatores de vulnerabilidade (Tese de Doutorado em Enfermagem). Escola Superior de Enfermagem de Lisboa.

31 Vignola, RCB, & Tucci, AM (2014). Adaptation and validation of the Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS) to Brazilian Portuguese. Journal of Affective Disorders, 55, 104-109. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jad.2013.10.031>