

SAÚDE MENTAL DE SERVIDORES DA EDUCAÇÃO PROFISSIONAL, CIENTÍFICA E TECNOLÓGICA: ANÁLISE DE CASO EM UMA ESCOLA DA REDE PÚBLICA FEDERAL

Fernanda Barbosa de Oliveira, Simone Silva Hiaki, Sofia Urt Frigo

ferbarbosadeoliveira@hotmail.com, simone.hiraki@ifsp.edu.br, sofia.urt@ifms.edu.br

Instituto Federal de Mato Grosso do Sul

V Seminário de Pós-graduação do IFMS – SEMPOG IFMS 2025

Resumo. O presente estudo teve como objetivo identificar os níveis de sintomas de depressão e ansiedade entre os servidores de uma instituição pertencente à rede federal de educação, utilizando a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HAD) como instrumento de triagem. A pesquisa, de natureza quantitativa, exploratória e descritiva, foi aplicada por meio de formulário eletrônico a uma amostra composta por docentes e técnicos administrativos. Os resultados indicaram que 52,7% dos participantes apresentaram sintomas de ansiedade e 38,8% sintomas de depressão, sendo os docentes os mais afetados. Identificou-se associação estatisticamente significativa entre ansiedade e a categoria profissional, e entre depressão e faixa etária. A maioria dos respondentes afirmou não estar em acompanhamento psicológico ou psiquiátrico, revelando uma lacuna no cuidado institucional com a saúde mental dos servidores. Diante disso, o estudo aponta para a necessidade de implementação de políticas públicas e institucionais voltadas à promoção do bem-estar emocional no ambiente de trabalho educacional. A criação de estratégias permanentes de acolhimento e prevenção é essencial para melhorar a qualidade de vida e o desempenho profissional dos servidores da educação profissional e tecnológica.

Palavras-Chave. Ansiedade, Depressão, Educação Profissional.

Abstract. This study aimed to identify levels of depression and anxiety symptoms among staff members of an institution belonging to federal education network, using the Hospital Anxiety and Depression Scale (HAD) as a screening tool. This quantitative, exploratory, and descriptive research was conducted through an electronic questionnaire applied to a sample composed of faculty and administrative staff. The results showed that 52.7% of the participants presented anxiety symptoms and 38.8% showed depressive symptoms, with faculty members being the most affected. A statistically significant association was found between anxiety and professional category, and between depression and age group. Most respondents reported not being in psychological or psychiatric follow-up, revealing a gap in institutional mental health care. Thus, the study highlights the urgent need to implement

institutional and public policies aimed at promoting emotional well-being in the educational work environment. The creation of permanent strategies for prevention and support is essential to improve the quality of life and professional performance of workers in vocational and technological education.

Keywords. Anxiety, Depression, Vocational Education.

Resumen. *Este estudio tuvo como objetivo identificar los niveles de síntomas de depresión y ansiedad entre empleados de una institución educativa federal, utilizando la Escala de Ansiedad y Depresión Hospitalaria (HAD) como herramienta de detección. La encuesta cuantitativa, exploratoria y descriptiva se administró mediante un formulario electrónico a una muestra de personal docente y administrativo. Los resultados indicaron que el 52,7% de los participantes presentó síntomas de ansiedad y el 38,8% síntomas de depresión, siendo el personal docente el más afectado. Se identificó una asociación estadísticamente significativa entre la ansiedad y la categoría profesional, y entre la depresión y el grupo de edad. La mayoría de los encuestados reportó no recibir tratamiento psicológico o psiquiátrico, lo que revela una brecha en la atención institucional para la salud mental de los empleados. Por lo tanto, el estudio destaca la necesidad de implementar políticas públicas e institucionales dirigidas a promover el bienestar emocional en el lugar de trabajo educativo. La creación de estrategias continuas de apoyo y prevención es esencial para mejorar la calidad de vida y el desempeño profesional de los empleados de educación vocacional y tecnológica.*

Palabras clave. *Ansiedad, Depresión, Educación Profesional.*

1. Introdução

A saúde mental dos trabalhadores da educação tem se tornado um tema de crescente relevância no cenário contemporâneo, especialmente diante do aumento dos casos de transtornos psíquicos associados ao ambiente laboral. Os profissionais da educação, sobretudo aqueles inseridos na rede de ensino técnico e tecnológico, enfrentam pressões constantes relacionadas à produtividade, à avaliação institucional e às mudanças nas políticas públicas educacionais. De acordo com Coledam *et al.* (2022), o setor educacional está entre os que apresentam maior prevalência de transtornos mentais comuns, o que o posiciona como uma área de risco para o adoecimento psíquico.

A atuação no ensino profissional, científico e tecnológico exige elevada carga de responsabilidade e dedicação, o que pode levar à sobrecarga física e emocional. Além disso, estudos apontam que esses profissionais sofrem com a precarização das condições de trabalho, a desvalorização salarial e a intensificação da jornada, fatores que agravam o risco de desenvolvimento de quadros como depressão e ansiedade (Freitas *et al.*, 2021a; Avellar; Fischer, 2023).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2017), os transtornos mentais mais comuns, como a depressão e os distúrbios de ansiedade, ocupam posições de destaque entre as causas de incapacidade laboral no mundo. A depressão, em especial, é caracterizada por sentimentos persistentes de tristeza, perda de interesse e prazer nas atividades, além de alterações no sono e apetite (Brasil, 2022).

Dentre os instrumentos utilizados para a detecção de sintomas depressivos e ansiosos, destaca-se a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HAD), desenvolvida por Zigmond e Snaith (1983) e validada no Brasil por Botega *et al.* (1995).

A relevância deste estudo se justifica, portanto, pela escassez de investigações voltadas à saúde mental dos servidores da educação profissional e tecnológica, notadamente nos Institutos Federais. Como afirmam Bardagi (2007) e Freitas *et al.* (2021a), compreender os fatores que impactam negativamente o bem-estar dos docentes e técnicos é essencial para a formulação de políticas institucionais voltadas à promoção da saúde mental no ambiente de trabalho.

Dessa forma, este trabalho tem como objetivo geral detectar os níveis de depressão e ansiedade entre servidores de um Instituto Federal de Educação, utilizando a Escala HAD como instrumento de avaliação. Especificamente, busca-se identificar e relacionar a prevalência de sintomas depressivos e ansiosos segundo as variáveis de gênero, idade e função desempenhada pelos participantes.

Ao promover uma análise quantitativa e qualitativa dos resultados, espera-se subsidiar ações de intervenção em saúde mental, contribuindo com a melhoria das condições laborais e a promoção do bem-estar psicossocial dos trabalhadores da educação profissional.

2. Fundamentação teórica

O adoecimento mental no ambiente laboral tem sido tema recorrente na produção acadêmica e nos debates sobre saúde ocupacional, especialmente quando se trata de setores historicamente marcados pela intensificação do trabalho e pela precarização das condições laborais, como é o caso da educação profissional, científica e tecnológica.

2.1 Sintomas Depressivos e de Ansiedade entre Servidores da Educação Profissional Científica e Tecnológica

O ambiente de trabalho no setor da educação profissional, científica e tecnológica tem se mostrado, nas últimas décadas, um campo fértil para o desenvolvimento de

transtornos mentais comuns, como a depressão e a ansiedade (Freitas *et al.*, 2021a).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2017), a depressão e os transtornos de ansiedade ocupam posições de destaque entre as principais causas de incapacidade para o trabalho no mundo. Nos servidores da educação, tais sintomas tendem a ser agravados pelo acúmulo de funções, pela sobrecarga de trabalho e pelas condições precárias de infraestrutura em alguns campi, especialmente nas regiões mais distantes dos grandes centros (Avellar; Fischer, 2023).

A depressão é caracterizada por um estado persistente de tristeza, desânimo, sentimento de culpa ou inutilidade, perda de interesse em atividades antes prazerosas, alterações no sono e no apetite, entre outros sintomas. Ela compromete severamente a capacidade funcional e a motivação do indivíduo, podendo levar à incapacitação laboral (Brasil, 2022). Já os transtornos de ansiedade englobam um conjunto de quadros clínicos que envolvem medo excessivo, inquietação, dificuldade de concentração e sintomas físicos como taquicardia, sudorese e tensão muscular, dificultando o desempenho das atividades cotidianas (Desousa *et al.*, 2013).

Estudos recentes apontam que docentes e técnicos administrativos de instituições federais de ensino apresentam taxas alarmantes de sintomas relacionados à saúde mental. Coledam *et al.* (2022), por meio de uma revisão sistemática e meta-análise, destacam que os transtornos mentais comuns afetam cerca de 30% dos trabalhadores brasileiros, sendo ainda mais prevalentes em setores com alto nível de exigência cognitiva e emocional, como a educação.

2.2 Escalas de Avaliação de Depressão e Ansiedade

A avaliação dos sintomas de depressão e ansiedade requer o uso de instrumentos psicométricos validados que possam oferecer dados confiáveis e sistematizados, especialmente em contextos não clínicos como o educacional. Esses instrumentos têm sido fundamentais para detectar, classificar e monitorar o grau de comprometimento psíquico dos indivíduos, contribuindo significativamente para o direcionamento de ações de intervenção e promoção da saúde mental (Desousa *et al.*, 2013).

Entre as escalas mais utilizadas para esse fim no Brasil, destacam-se o Inventário de Depressão de Beck (BDI), o Inventário de Ansiedade de Beck (BAI), a Escala de Ansiedade de Hamilton, o Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE), o Inventário de

Fobia Social (SPIN) e a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HAD). Esses instrumentos são amplamente aplicados em pesquisas acadêmicas e institucionais, o que possibilita uma compreensão mais apurada do sofrimento psíquico entre diferentes populações (Cunha, 2001; Angélico *et al.*, 2012; Obelar, 2016).

Entre os instrumentos mais apropriados para o ambiente educacional está a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HAD), desenvolvida por Zigmond e Snaith (1983). A HAD foi criada para identificar sintomas leves de depressão e ansiedade em pacientes não psiquiátricos, sendo eficaz em contextos como o escolar e o universitário. No Brasil, essa escala foi validada por Botega *et al.* (1995), sendo amplamente adotada em estudos de saúde ocupacional.

A HAD é composta por 14 itens, divididos igualmente entre os domínios de ansiedade (HADS-A) e depressão (HADS-D). Os itens são pontuados de 0 a 3, totalizando até 21 pontos por subescala. Os pontos de corte sugeridos são: 0–7 (improvável), 8–11 (possível) e 12–21 (provável). Essa estrutura permite uma rápida interpretação dos resultados e a identificação de servidores que necessitam de acompanhamento psicológico ou psiquiátrico (Zigmond; Snaith, 1983; Botega *et al.*, 1995).

Por sua simplicidade, caráter autoaplicável e eficácia, a HAD tem se mostrado um instrumento apropriado para pesquisas institucionais e programas de saúde mental em ambientes educacionais (Marcolino, 2007).

3. Metodologia

O presente estudo se caracteriza como uma pesquisa de natureza quali e quantitativa, de caráter exploratório e descritivo, com o objetivo de analisar os níveis de ansiedade e depressão entre servidores de uma instituição federal de ensino técnico e tecnológico. A abordagem quantitativa foi escolhida por permitir a mensuração objetiva dos dados obtidos a partir da aplicação de instrumentos psicométricos validados, possibilitando uma análise estatística precisa das variáveis em estudo (Gil, 2008).

A pesquisa foi realizada em um campus do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia, no estado de Mato Grosso do Sul. A amostra foi composta por servidores técnico-administrativos e docentes da instituição, totalizando 92 participantes, sendo 33 técnicos e 59 professores. A sensibilização para participação na pesquisa deu-se durante o início do ano letivo, na reunião geral de planejamento, na qual as pesquisadoras fizeram uma

fala sobre a necessidade de ações voltadas ao bem-estar dos servidores e fizeram o convite, para que todos respondessem voluntariamente ao questionário que seria enviado ao e-mail institucional dos servidores, respeitando-se os princípios éticos de anonimato e confidencialidade das informações. A aplicação da pesquisa se deu durante o mês de fevereiro de 2024.

O instrumento utilizado para coleta de dados foi a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HAD), desenvolvida por Zigmond e Snaith (1983) e validada para o contexto brasileiro por Botega et al. (1995). A aplicação do questionário foi realizada em formato digital, através do Google Forms, como parte integrante das ações do Projeto, vinculada ao Edital n.º 078/2023 da PROPI/DIGEP (IFMS, 2023). O questionário foi acompanhado por um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido conforme preconiza a Resolução n.º 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde para pesquisas com seres humanos.

Após a coleta dos dados, os escores individuais foram analisados e categorizados segundo os níveis de depressão e ansiedade. Os dados foram organizados e tratados estatisticamente com o auxílio do software BioEstat versão 5.0 (Ayres et al., 2007). Para a análise estatística inferencial, foi utilizado o teste do Qui-quadrado, com nível de significância de 5% ($p \leq 0,05$), a fim de verificar associações entre os sintomas psicológicos e as variáveis sociais, como faixa etária, gênero e categoria funcional dos servidores.

A escolha do método estatístico se justifica pela natureza categórica das variáveis e pela necessidade de verificar associações entre diferentes grupos da amostra. O teste do Qui-quadrado é amplamente utilizado em pesquisas na área da saúde por sua eficiência em avaliar a independência entre variáveis qualitativas (Medronho et al., 2009).

Por fim, os resultados obtidos foram apresentados em forma de tabelas e gráficos, facilitando a visualização das frequências absolutas e relativas dos níveis de depressão e ansiedade entre os participantes. A análise dos dados visou a fornecer subsídios empíricos para a formulação de estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde mental dos servidores, fortalecendo o compromisso da instituição com o bem-estar de sua comunidade acadêmica.

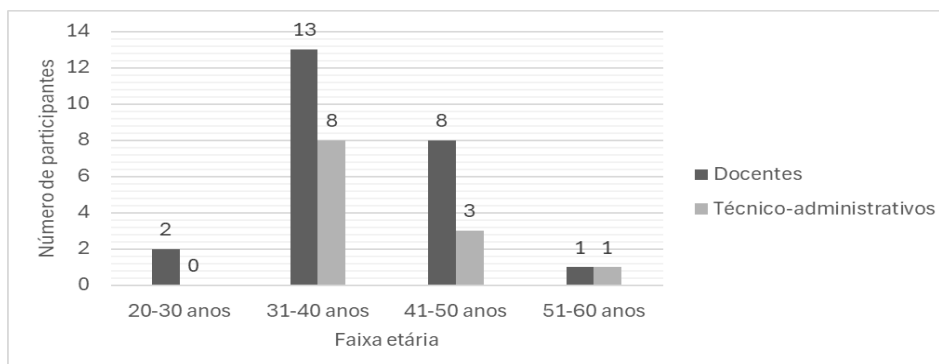
4. Resultados e Discussão

Dos 92 servidores convidados a participar da pesquisa, 36 responderam voluntariamente ao questionário, sendo 24 docentes (66,7%) e 12 técnicos administrativos

(33,3%).

A faixa etária predominante entre os participantes foi de 31 a 40 anos (58,3%), seguida da faixa de 41 a 50 anos (30,6%).

Gráfico 1: Faixa etária.

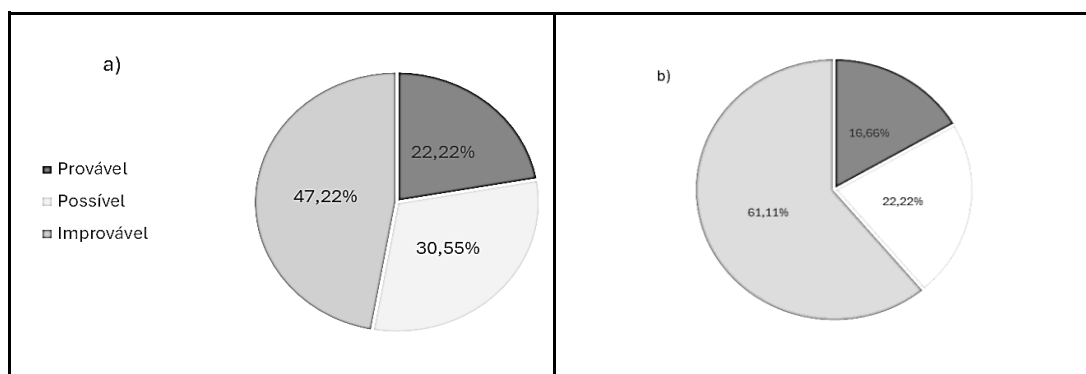


Fonte: Elaboração das autoras (2025).

Quanto ao gênero, 55,6% dos respondentes se identificaram como do sexo masculino e 44,4% como do sexo feminino. Nenhum participante se identificou com outro gênero.

No que se refere à saúde mental, os dados demonstram que 22,2% dos participantes apresentaram escore classificado como “provável” para ansiedade, enquanto 30,5% foram classificados como “possível” e 47,2% como “improvável”. Quanto à depressão, 16,6% foram identificados com quadro “provável”, 22,2% como “possível” e 61,1% como “improvável”. Esses números evidenciam que uma parcela expressiva dos servidores apresenta algum grau de sofrimento psíquico, ainda que não severo, o que reforça a necessidade de atenção institucional à temática. Docentes (grupo A) e Técnicos-administrativos (Grupo B) apresentam os seguintes níveis de ansiedade (Gráfico 2):

Gráfico 2. Níveis de ansiedade e depressão de servidores



Fonte: Elaboração das autoras (2025).

Os resultados confirmam achados de Freitas *et al.* (2021a), que identificaram altas

taxas de sintomas de depressão e ansiedade entre professores universitários durante a pandemia da COVID-19. Embora o presente estudo não se restrinja a esse período, ele revela uma continuidade do impacto da sobrecarga de trabalho e da pressão institucional sobre a saúde mental dos profissionais da educação. Esses dados também dialogam com a revisão sistemática de Coledam *et al.* (2022), que aponta prevalência de transtornos mentais comuns em aproximadamente um terço da população trabalhadora brasileira.

A Tabela 1 apresenta as frequências relativas dos dados e nos permite visualizar os resultados dos testes qui-quadrado para os diversos níveis de ansiedade. Os testes não indicaram associação significativa entre os níveis de ansiedade com as faixas etárias ou com o gênero, mas apontaram que há uma diferença estatística entre ansiedade e categoria profissional (docente e técnico administrativo) ($\chi^2 = 12,436$, $p = 0,002$), indicando que os docentes apresentaram maior prevalência de casos classificados como “provável” em comparação aos técnicos-administrativos. Esse achado corrobora a literatura que aponta os professores como um dos grupos mais vulneráveis ao adoecimento psíquico em virtude da multiplicidade de papéis que desempenham, da pressão por resultados acadêmicos e da constante necessidade de adaptação às políticas educacionais (Avellar; Fischer, 2023).

Tabela 1. Frequências de ansiedade entre servidores da rede pública federal de acordo com a faixa etária, gênero categoria funcional.

	IMPROVÁVEL		POSSÍVEL		PROVÁVEL		N	p-valor X ²
	n	fr (%)	n	fr (%)	N	fr (%)		
FAIXA ETÁRIA								
20-30	1	2,78	1	1,00	0	0,00	2	0,0618 ^{ns}
31-40	12	33,33	7	2,52	2	5,56	21	12,008
41-50	4	11,11	3	1,08	4	11,11	11	
51-60	1	2,78	0	0,00	1	2,78	2	
GÊNERO								
Masculino	11	30,56	5	13,89	4	11,11	20	0,3853 ^{ns}
Feminino	7	19,44	6	16,67	3	8,33	16	1,908
CATEGORIA FUNCIONAL								
Docente	11	30,56	6	16,67	7	19,44	24	0,002**
Técnico	7	19,44	5	13,89	0	0,00	12	12,436

n= frequência absoluta; fr= frequência relativa; N= valor total; ns =não significativo; ** valor significativo $p < 0,01$.

Fonte: Elaboração das autoras (2025).

Na Tabela 2, os dados estão organizados com base nas frequências absolutas (N), que correspondem ao número de servidores distribuídos de acordo com os diferentes níveis de depressão, faixas etárias, gênero e categoria funcional. Para análise das associações entre essas variáveis, foi aplicado o teste do qui-quadrado (χ^2), que permite verificar se há relação estatisticamente significativa entre variáveis categóricas. O valor de $\chi^2 = 16,704$ indica a magnitude da diferença observada entre os grupos, enquanto o nível de significância ($p = 0,0104$) demonstra que a probabilidade de esse resultado ter ocorrido por acaso é de aproximadamente 1%, o que caracteriza um resultado estatisticamente significativo. Assim, considera-se que existe uma associação real entre os níveis de depressão e a faixa etária dos servidores, especialmente naqueles com idade entre 41 e 50 anos. Bardagi (2007) associa que esse dado pode estar relacionado ao acúmulo de responsabilidades familiares e profissionais, bem como a possíveis frustrações com a carreira, à reavaliação de escolhas e expectativas não atendidas.

Considerando que não foram encontradas associações significativas entre os níveis de ansiedade e as variáveis faixa etária e gênero, assim como entre depressão e as variáveis gênero e categoria funcional, pode-se inferir que os fatores psicossociais ligados ao cargo e à fase da vida podem exercer maior influência sobre os sintomas psíquicos do que o gênero em si, o que reforça a importância de abordagens institucionais que considerem a complexidade das condições de trabalho.

Tabela 2. Frequências de depressão entre servidores da rede pública federal de acordo com a faixa etária, gênero categoria funcional

	IMPROVÁVEL		POSSÍVEL		PROVÁVEL		N	p-valor X ²
	n	fr (%)	n	fr (%)	n	fr (%)		
FAIXA ETÁRIA								
20-30	1	2,78	1	2,78	0	0,00	2	0,0104*
31-40	13	36,11	5	13,89	3	8,33	21	16,704
41-50	8	22,22	0	0,00	3	8,33	11	
51-60	1	2,78	1	2,78	0	0,00	2	
GÊNERO								
Masculino	12	33,33	4	11,11	4	11,11	20	0,5629 ^{ns}
Feminino	11	30,56	3	8,33	2	5,55	16	1,149
CATEGORIA FUNCIONAL								
Docente	14	38,89	5	13,89	5	13,88	24	0,197 ^{ns}
Técnico	9	25	2	5,55	1	2,77	12	3,249

n= frequência absoluta; fr= frequência relativa; N= valor total; ns =não significativo; * valor significativo $p < 0,05$.

Fonte: Elaboração das autoras (2025).

Cabe destacar que 63,9% dos participantes afirmaram não estar em acompanhamento psicológico ou psiquiátrico no momento da pesquisa, mesmo entre aqueles classificados com sintomas “possíveis” ou “prováveis”. Essa constatação revela uma possível negligência quanto ao autocuidado ou uma barreira de acesso aos serviços de saúde mental. Conforme apontado pela Organização Mundial da Saúde (2009), a falta de acesso ou o tabu associado ao cuidado psicológico ainda são grandes obstáculos à promoção da saúde mental no ambiente de trabalho.

A discussão dos dados evidencia a necessidade urgente de políticas públicas e institucionais que promovam ambientes de trabalho mais saudáveis e acolhedores. Programas de escuta ativa, grupos de apoio, oferta de atendimento psicológico gratuito e campanhas de conscientização sobre saúde mental são estratégias que podem contribuir significativamente para o bem-estar dos servidores e para a melhoria da qualidade do ensino.

Os resultados obtidos neste estudo revelam dados significativos sobre a saúde mental dos servidores de uma instituição ligada à rede federal de educação. A análise dos níveis de depressão e ansiedade, segundo a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HAD), demonstrou que 52,7% dos participantes apresentaram algum grau de ansiedade (sendo 22,2% em nível “provável” e 30,5% “possível”), enquanto 38,8% manifestaram sintomas de depressão (com 16,6% no nível “provável” e 22,2% no nível “possível”).

Tais resultados são alarmantes ao se considerar que mais da metade da amostra apresenta sintomas de ansiedade, mesmo que leves ou moderados, o que confirma a literatura atual quanto à elevada carga emocional enfrentada por trabalhadores da educação. Segundo Coledam *et al.* (2022

A categoria funcional também se mostrou um fator de impacto nos níveis de sofrimento psíquico. A análise estatística indicou associação significativa entre a função desempenhada e os níveis de ansiedade ($p = 0,002$), sendo os docentes os mais afetados. Esse dado pode ser interpretado à luz dos estudos de Freitas *et al.* (2021a), que apontam a sobrecarga docente, a instabilidade nas políticas educacionais e a cobrança por produtividade como principais fatores associados ao estresse ocupacional e ao adoecimento emocional no setor.

Do ponto de vista etário, foi possível identificar uma associação estatisticamente significativa entre a faixa etária e os níveis de depressão ($p = 0,0104$), com maior incidência entre os servidores de 41 a 50 anos. Essa faixa etária costuma coincidir com momentos de

reavaliação da carreira, aumento das responsabilidades familiares e percepção de estagnação profissional, o que pode desencadear sentimento de frustração e sintomas depressivos (Bardagi, 2007). A vulnerabilidade nesse grupo reforça a necessidade de políticas institucionais que valorizem a escuta ativa e o apoio psicológico contínuo.

Curiosamente, o gênero não apresentou associação estatisticamente significativa com os sintomas analisados. Embora alguns estudos apontem maior prevalência de depressão e ansiedade entre mulheres (Freitas; 2021b), os dados deste estudo sugerem que, no ambiente institucional investigado, os fatores ocupacionais e étários exercem maior peso na saúde mental do que o fator gênero em si.

Outro aspecto relevante observado é que 63,9% dos servidores afirmaram não estar em acompanhamento psicológico ou psiquiátrico. Esse número é preocupante, especialmente quando se constata que entre esses estão incluídos indivíduos com sintomas classificados como “possível” ou “provável” nas subescalas de ansiedade e depressão. A subutilização de serviços de saúde mental pode estar relacionada a fatores como desconhecimento, negação dos sintomas, repúdio institucional ou até mesmo falta de políticas claras de acolhimento na instituição (OMS, 2009).

Os dados apontam que os técnicos-administrativos, embora tenham apresentado menor incidência de quadros classificados como “prováveis”, demonstraram grande labilidade emocional, com elevada concentração de casos no nível “possível”, o que sinaliza uma atenção preventiva necessária. Segundo Avellar e Fischer (2023), a desvalorização funcional e o acúmulo de tarefas burocráticas contribuem significativamente para a deterioração do bem-estar emocional dos servidores técnico-administrativos, especialmente quando somados a uma cultura institucional pouco acolhedora.

Os resultados obtidos reforçam a importância de uma abordagem institucional sistêmica para o cuidado da saúde mental, que vá além do diagnóstico pontual e se consolide em práticas permanentes de promoção de bem-estar, escuta, valorização do servidor e prevenção do adoecimento. Políticas de saúde mental no trabalho devem ser integradas ao planejamento institucional, contemplando ações de capacitação, acompanhamento psicológico, flexibilização de rotinas e apoio psicossocial contínuo.

Dessarte, os achados deste estudo fornecem subsídios relevantes para que os gestores possam adotar medidas eficazes e direcionadas, com vistas à prevenção de adoecimentos mentais e à promoção de uma cultura organizacional mais humanizada e

comprometida com a saúde de seus profissionais.

5. Conclusão

O estudo teve como objetivo avaliar os níveis de sintomas de depressão e ansiedade entre os servidores de uma instituição da rede federal de educação, utilizando como instrumento a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HAD). Os resultados encontrados revelaram uma realidade preocupante no que diz respeito à saúde mental dos trabalhadores da educação profissional, científica e tecnológica.

Verificou-se que mais da metade dos participantes apresentou algum grau de ansiedade, e quase 40% revelaram sintomas de depressão. Os dados indicaram associação estatisticamente significativa entre os níveis de ansiedade e a função exercida, sendo os docentes os mais afetados. Além disso, observou-se associação entre depressão e faixa etária, com maior incidência na faixa de 41 a 50 anos, sinalizando uma etapa crítica na trajetória funcional e pessoal dos servidores.

O estudo também mostrou que a maioria dos participantes não está em acompanhamento psicológico ou psiquiátrico, mesmo apresentando sintomas relevantes. Esse dado sugere a existência de barreiras institucionais, culturais ou individuais que impedem o cuidado adequado, além de evidenciar a necessidade de políticas mais efetivas de promoção e acolhimento da saúde mental no ambiente de trabalho.

Nesse sentido, os resultados aqui apresentados reforçam a urgência de medidas institucionais que visem a criação de ambientes de trabalho mais saudáveis, por meio da valorização dos servidores, da redução da sobrecarga de trabalho, da criação de espaços de escuta qualificada e da oferta de suporte psicológico contínuo. Tais ações devem estar alinhadas a uma política de saúde do servidor que seja ampla, inclusiva e pautada em evidências.

A pesquisa evidencia a importância da aplicação de instrumentos psicométricos simples e confiáveis, como a HAD, no rastreamento de sintomas psíquicos entre trabalhadores da educação. Essa prática pode servir como base para intervenções preventivas e ações de cuidado mais direcionadas, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida dos profissionais e da própria dinâmica institucional.

Recomenda-se que novos estudos sejam realizados com amostras ampliadas e em outros campi da rede federal, bem como em outras instituições federais de ensino, com a

finalidade de aprofundar o conhecimento sobre a saúde mental dos servidores e subsidiar políticas públicas e institucionais efetivas. A valorização do servidor começa pelo cuidado com sua saúde integral, e investir em bem-estar é também investir na qualidade da educação pública ofertada.

6. Referências

SILVA, M. **ABNT sem pesadelo**. [S.I]: Livro Virtual, 2017. Disponível em: www.aquelesitedahora.com.br. Acesso em: 05 ago. 2022.

AVELLAR, Ella Triumpho; FISCHER, Frida Marina. **Agravos à saúde dos Professores no olhar de uma médica do trabalho**. Seminários: trabalho e saúde dos professores: precarização adoecimento e caminhos a mudança [recurso eletrônico]. Tradução. São Paulo: Fundacentro, 2023. Disponível em: https://repositorio.usp.br/directbitstream/6f7729f2-64d7-4a9c-8671-8b9f3b130be8/HSA_60_2023.pdf. Acesso em: 23 jun. 2025.

AYRES, Maria; AYRES JR., Marcos; AYRES, Diego L.; SANTOS, Alexandre A. S. **BioEstat**: aplicações estatísticas nas áreas das ciências biomédicas. Versão 5.0. Belém: Instituto de Desenvolvimento Sustentável Mamirauá, 2007.

BOTEGA, Neury José; BIO, Márcia Regina; ZOMIGNANI, Maria Adriana; GARCIA JUNIOR, Celso; PEREIRA, Walter A. B. **Transtornos do humor em enfermaria de clínica médica e validação de escala de medida (HAD) de ansiedade e depressão**. Revista de Saúde Pública, v. 29, n. 5, p. 355–363, 1995.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Saúde de A a Z: depressão**. Brasília, s.d. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/depressao>. Acesso em: 15 maio 2023.

COLEDAM, Diogo Henrique Constantino; ALVES, Taciane Aurora; ARRUDA, Gustavo Aires de; FERRAIOL, Philippe Fanelli. **Prevalence of common mental disorders among Brazilian workers: systematic review and meta-analysis**. Ciência & Saúde Coletiva, v. 27, n. 2, e46012020, p. 579–591, fev. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232022272.46012020>. Acesso em: 23 jun. 2025.

CUNHA, Jurema Alcides (org.). **Manual da versão em português das Escalas Beck**. São

Paulo: Casa do Psicólogo, 2001.

DESOUSA, Diogo Araújo; MORENO, André Luiz; GAUER, Gustavo; MANFRO, Gisele Gus; KOLLER, Silvia Helena. **Revisão sistemática de instrumentos para avaliação de ansiedade na população brasileira.** Avaliação Psicológica, v. 12, n. 3, p. 397–410, dez. 2013.

FREITAS, Ronilson Ferreira; RAMOS, Daniel Santos; FREITAS, Tahiana Ferreira; SOUZA, Gleydson Rocha de; PEREIRA, Éryka Jovânia; LESSA, Angelina do Carmo. **Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da COVID-19.** Jornal Brasileiro de Psiquiatria, v. 70, n. 4, p. 314-323, 2021a.. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000348>. Acesso em: 23 jun. 2025.

FREITAS, Ronilson Eduardo Júnior; FREITAS, Ana Vitória Silva; FREITAS, José Geraldo Alves. **Depressão em estudantes universitários: revisão integrativa da literatura.** Revista Anápolis Digital, v. 11, n. 2, p. 146–156, 2021.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social.** 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

INSTITUTO FEDERAL DE MATO GROSSO DO SUL (IFMS). **Edital n.º 078/2023 - IFMS/PROPI/DIGEP.** Campo Grande, set. 2023. Disponível em: <https://selecao.ifms.edu.br/perfil/servidores/eleva-edital-n-078-2023-ifms-propi-digep>. Acesso em: 24 jan. 2025.

MARCOLINO, José Antônio Martins. **Escala hospitalar de ansiedade e depressão: estudo de validade com pacientes no pré-operatório.** Revista Brasileira de Anestesiologia, v. 54, n. 4, p. 298–304, 2007.

MEDRONHO, Roberto de Andrade BLOCH, Kátia Vergetti; LUIZ, Ronir Raggio; WERNECK, Guilherme Loureiro; RAMOS JÚNIOR, Alberto Novaes; COSTA, Antonio José Leal; MEYER, Armando; CASCÃO, Ângela Maria; PEREIRA, Basílio de Bragança; KLEIN, Carlos Henrique; ASMUS, Carmen Ildes Rodrigues Fróes; ESCOSTEGUY, Claudia Caminha; COELI, Claudia Medina; STRUCHINER, Cláudio José; COUTINHO, Denise. **Epidemiologia.** 2. ed. São Paulo: Atheneu, 2009.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Integração da saúde mental nos cuidados de saúde primários: uma perspectiva global.** Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2009.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Depressão e outros transtornos mentais comuns:** estimativas globais de saúde. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2017.

ZIGMOND, Anthony S.; SNAITH, Reginald Philip. **The hospital anxiety and depression scale.** Acta Psychiatrica Scandinavica, v. 67, p. 361–370, 1983.