

AS RAZÕES PARA O ADOECIMENTO MENTAL E FÍSICO EM DOCENTES DA REDE PÚBLICA DE EDUCAÇÃO

Thaís Cornélio Pinheiro¹
Auriston Magalhães Vitor²

auristonmagalhaes@hotmail.com

ÁREA DO CONHECIMENTO: Ciências Sociais e Aplicadas

RESUMO

Os professores da rede pública de educação, em especial aqueles atuantes no ensino fundamental, são responsáveis pelo processo inicial da alfabetização das crianças, ou seja, são encarregados de lidar com demandas advindas tanto dos processos pedagógicos, quanto dos sociais. Dessa forma, tais funções solicitam ao profissional da educação ocupar-se com o que está além das competências apenas voltadas ao ensino-aprendizagem tradicional, o que contribui de forma preocupante para enfermidades psíquicas e físicas desses docentes. O objetivo deste trabalho foi analisar as razões para o adoecimento mental e físico dos docentes da rede pública e possíveis interferências. O presente artigo trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa, fundamentada no método de observação para aquisição de informações. Os resultados mostraram que os professores se sentem sobrecarregados devido às demandas, desafios e desvalorizações em seu ambiente laboral, e enfatizaram a necessidade de um psicólogo escolar para atuar em conjunto com a equipe multiprofissional no ambiente de ensino.

PALAVRAS-CHAVE: docentes; adoecimento mental e físico; educação.

1 INTRODUÇÃO

O ambiente escolar, além do contexto parental, é um dos pilares para a construção intelectual, moral e social dos cidadãos, pois apesar da aquisição de conteúdos, é um espaço que possibilita o convívio com as diferenças humanas, como religiões, etnias e culturas diversas. Isto posto, é importante destacar que a escola atualmente não se restringe ao saber científico, vários fatores, sejam intraescolares, como bullying, ou extraescolares, como problemas familiares, podem impactar diretamente no desenvolvimento educacional do estudante (Silva; Ferreira, 2014).

¹ Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário Univértix.

² Psicólogo, mestre em ciências da religião – PUC-MG, professor do curso de psicologia no Centro Universitário Univértix.

Muitos são os desafios presentes no cenário escolar, e enfrentá-los é primordial para que seja ofertada uma educação de qualidade e inclusiva. Pode-se ressaltar a exaustão mental e física dos professores, desmotivação dos alunos, violências, dificuldades de aprendizagem, acompanhamentos inadequados às crianças e adolescentes com necessidades específicas, entre outros. É preciso ressignificar o papel da escola, colocá-la como um lugar acolhedor, participativo e emancipatório, e uma equipe capacitada e interdisciplinar contribui positivamente para o enfrentamento dessas práticas (Castro, 2023).

Dessa forma, fez-se necessário a promulgação da Lei nº13.935/2019, que reivindica a presença de psicólogos e assistentes sociais na rede pública de educação básica, atuando, através de projetos pedagógicos e aperfeiçoamentos de técnicas, no enfrentamento de preconceitos, falhas e outras adversidades, com o intuito de garantir direitos e assegurar qualidade de vida aos educadores, educandos e, conseqüentemente, aos seus respectivos familiares (Brasil, 2022).

Uma equipe multiprofissional bem consolidada reflete de maneira significativa no ensino-aprendizagem, impactando nas relações interpessoais, comunitárias e na saúde mental dos alunos, docentes e demais profissionais. Sendo assim, a psicologia e assistência social no contexto escolar são indispensáveis na contribuição de uma educação capacitada para atender às demandas advindas de inúmeros vieses, considerando a pluralidade, subjetividade e diferença de cada cidadão incluso nesse ambiente de estudo (Brasil, 2022).

Tendo em vista as diversas dificuldades enfrentadas na escola, é importante destacar o aumento no número de professores adoecendo fisicamente e mentalmente devido ao ambiente em que trabalham, podendo-se evidenciar a Síndrome de Burnout como uma das doenças mais recorrentes entre profissionais da área da educação (Silva; Pimentel; Conceição, 2018).

O trabalho em questão justifica-se através de uma experiência de estágio do curso de psicologia realizada por meio de observação de serviços ofertados em uma Escola Municipal, especialmente no que tange às razões para o adoecimento mental e físico dos docentes.

Nossa hipótese para essa questão é que a escola, em conjunto com uma equipe multiprofissional, bem como a psicologia escolar, possa ser uma grande aliada no enfrentamento do esgotamento mental e físico dos professores.

O objetivo deste trabalho é analisar as razões para o adoecimento mental e físico dos docentes da rede pública e possíveis interferências.

Trabalhos como este são importantes para expandir o conhecimento a respeito dos principais impactos causados em professores que realizam suas atividades laborais em um local estressante e exaustivo.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Os professores da rede pública de educação, em especial aqueles atuantes no ensino fundamental, são responsáveis pelo processo inicial da alfabetização das crianças, ou seja, são encarregados de lidar com demandas advindas tanto dos processos pedagógicos, quanto dos sociais, pois os pais e/ou responsáveis estão intimamente ligados aos modos de comportamentos e desempenhos desse estudante no contexto escolar, visto que a vida extraescolar da criança impacta diretamente no seu desenvolvimento e aprendizagem (Soares; Silva, 2021).

Dessa forma, tais funções solicitam ao profissional da educação ocupar-se com o que está além das competências apenas voltadas ao ensino-aprendizagem tradicional, pois apesar de conviverem com tamanha desvalorização salarial, tendo que aumentar a jornada de trabalho, são comumente colocados em situações de salas de aula superlotadas, ameaças, agressões verbais, físicas e psicológicas, sejam dos alunos, pais ou funcionários da escola. Fatores como esses contribuem de forma preocupante para enfermidades psíquicas e físicas desses docentes (Soares; Silva, 2021).

Perante o exposto, destaca-se a Síndrome de Burnout, como umas das doenças que mais afetam os profissionais de ensino, pois são frequentemente expostos às condições estressantes e exaustivas no ambiente de trabalho (Carlotto; Câmara, 2007). A Síndrome de Burnout, também conhecida como Síndrome do Esgotamento Profissional, se caracteriza por apresentar sintomas associados à exaustão mental e física, ansiedade, depressão, irritabilidade, despersonalização, como atitudes frias e insensíveis, e baixa realização profissional, impactando no seu rendimento laboral (Massa; Silva; Sá; Barreto; Almeida; Pontes, 2016).

A primeira reação do estresse ligado ao trabalho é a sensação de exaustão, esgotamento, sobrecarga física e mental, e dificuldades de relacionamento. As pessoas

se tornam mais distantes e frias com relação ao trabalho e aos colegas, uma vez que sentem que é mais seguro ficar indiferentes. Como consequência deste distanciamento, vem a ineficiência (Sobrinho; Barros; Tironi; Filho, 2010, p. 2).

Concomitante a isso, ocorre o comprometimento das funções realizadas pelos docentes, influenciando no funcionamento das aulas. Pode-se apontar como principais consequências da doença no ambiente escolar, as faltas frequentes no trabalho, má qualidade no planejamento das aulas, perda de zelo e criatividade nas tarefas, dificuldade de atenção e irritabilidade frequente, o que ocasiona em diminuição nos progressos dos alunos, gerando frustração intensa no educando, e em alguns casos, resulta na desistência da profissão (Carlotto, 2002).

Frente a esses fenômenos, fica evidente a necessidade de atuação do psicólogo escolar, junto a uma equipe multiprofissional, no enfrentamento dessa patologia e dos seus possíveis efeitos. O psicólogo escolar busca reequilibrar o cenário e dinâmica educacional, criando uma rede de apoio que possa dar autonomia aos profissionais e estudantes, em especial, nesse caso, aos docentes. Somado a isso, utiliza-se de orientações, mudanças nas estratégias educacionais, busca de ações integradas às entidades governamentais, em prol de melhorias e efetividade das políticas públicas para esses trabalhadores, além de promover um espaço de acolhimento e escuta que possa aliviar a tensão e sofrimento acumulados nos docentes, e dessa forma melhorar não somente a qualidade de vida dos professores, mas da rede escolar em geral (Costa; Barbosa; Carraro, 2014).

3 METODOLOGIA

O presente artigo trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa, fundamentada no método de observação para aquisição de informações. A pesquisa qualitativa, segundo Minayo (2019), realiza a interpretação e compreensão da realidade, trabalha evidenciando crenças, valores, aspirações, atitudes, dentre outros aspectos.

O método de observação, no entanto, é uma técnica na qual o observador possui olhar ativo para analisar as informações precisas do local a ser estudado. Tal técnica exige estudos, treinos, disciplina, atenção e paciência para melhores resultados da análise (Mónico; Alferes; Castro; Parreira, 2017).

Este estudo faz parte do cumprimento do estágio supervisionado do curso de Psicologia do Centro Universitário Univértix. Foi realizado através de observação em uma Escola Municipal localizada em uma cidade da Zona da Mata Mineira, que possui, de acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE de 2010, cerca de 14.201 habitantes.

A observação foi realizada nos meses de fevereiro e março de 2023, durante 10 dias, sendo 4h por dia, totalizando 40h, oportunizando observação do funcionamento, atividades, público e demanda dos serviços ofertados pela Escola Municipal.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A instituição observada se refere a uma escola municipal que recebe crianças do 1º ao 5º ano do ensino fundamental I. A escola contém dois andares e é distribuída em dez salas de aula, que acomodam cerca de 20/25 alunos por turma, banheiros (femininos, masculinos, de acessibilidade, e dos professores), uma biblioteca, um refeitório, uma cozinha com despensa, uma lavanderia, pátio, espaço de lazer com brinquedos (parquinho) e salas para a direção, professores, pedagogas, secretárias, leituras, reuniões e sala de recursos. A equipe da escola é composta por diretora, vice-diretora, professores (19), alunos (404), pedagogas (2), funcionárias da limpeza e cozinha (10), secretárias (3), porteiros (2), bibliotecária (1) e monitoras (8).

Por intermédio das observações realizadas durante o estágio, foi possível compreender as formas de funcionamento da escola, bem como os funcionários que compõem a comunidade escolar, as práticas efetuadas no local e as percepções dos professores acerca das suas atividades laborais.

De acordo com Martins (1996), o ambiente escolar é um lugar privilegiado para realizações de observações e pesquisas, pois há o encontro de diferentes segmentos intraescolares e extraescolares, e assim perpassa por distintas ideologias, etnias e constante interação, formando um contexto rico em dimensões socioculturais e históricas.

Contudo, pôde-se perceber no decorrer da análise em campo, tanto através da observação quanto de conversas com os docentes, que os professores, em sua maioria, se encontram em um estado de excessivo desgaste físico e mental, incluindo irritabilidade e baixa produtividade nas tarefas. Os docentes relatam a sensação de sobrecarga no seu ambiente de trabalho, visto que têm que lidar com demandas que

ultrapassam a prática de ensino em sala de aula, como indisciplinas e desrespeito dos alunos, imposições de pais ou responsáveis, buscas constantes por novas formas de ensino e adaptação dos educandos, desvalorização salarial, longas jornadas de trabalho, entre outros.

O professor em seu local de trabalho enfrenta diversos desafios, exploração e desvalorização que resultam em graves prejuízos em sua saúde. Pode-se destacar o estresse, ansiedade, depressão e fadiga como pontos principais. Tal adoecimento é consequência de razões advindas de uma quantidade excessiva de funções colocadas a disposição do professor, além de questões referentes ao baixo salário. Os docentes são constantemente pressionados por metas de produtividade, buscas por novas capacitações, dificuldades na relação professor-alunos/pais e fragilidades escolares que intensificam o sofrimento do educador (Tostes; Albuquerque; Silva; Petterle, 2018).

Ademais, foi possível observar entre alguns professores da instituição, tamanha desmotivação para realizarem suas atividades no trabalho e grande expectativa em aposentar ou mudar de profissão devido ao descontentamento com o ofício, excesso de trabalho e baixo reconhecimento profissional. Essas são algumas das causas responsáveis pelo interesse dos docentes em abandonar as salas de aula.

As condições de trabalho do professor exigem grande esforço físico e mental, e maioria dos casos causam estresse prolongando que podem levar ao que chamamos de Síndrome de Burnout ou Síndrome do Esgotamento Profissional, no qual resulta em sintomas de insônia, apatia, ansiedade, distanciamento da profissão, baixa realização das tarefas de trabalho, depressão, irritabilidade, etc. Tal patologia, juntamente com sentimentos de insatisfação, corroboram para o abandono temporário ou definitivo, nesse caso, dos profissionais de educação das suas atividades laborais (Silva; Câmara; Tonello; Bittar, 2017).

Diante do exposto, os professores destacaram a importância e necessidade da presença do psicólogo na comunidade escolar, para que possam apoiar e auxiliar, junto aos demais funcionários, na criação de estratégias e intervenções em busca de melhorias na aprendizagem dos alunos, nas práticas de ensino dos docentes e na qualidade de vida da instituição escolar em geral.

Segundo Oliveira e Araújo (2009), o psicólogo escolar contribui para diferentes fatores dentro de um contexto educacional. Dessa forma, objetiva a promoção da

aprendizagem e desenvolvimento dos alunos, estratégias de ensino diversificadas e superações de impasses que dificultam o progresso dos alunos, professores e demais funcionários. Além disso, o psicólogo trabalha junto ao corpo docente em busca de bem-estar e possibilidades de melhoras na saúde mental dos professores, principalmente no que tange à Síndrome de Burnout, que vem afetando grande parte dos educadores.

A intervenção do psicólogo escolar diante do Burnout ou de outras demandas não se trata de uma atuação clínica, mas de um conjunto de ações e possibilidades que podem ser utilizadas e modificadas em busca de melhorias nesse quadro. É importante se atentar também aos aspectos subjetivos que causam tal sofrimento e trabalhar junto a equipe multiprofissional da escola em prol de aperfeiçoamentos, pois, um ambiente escolar é visto como um todo interligado, se existe obstáculos comprometendo a vida do educador, toda a comunidade escolar sofre com tais consequências (Oliveira; Araújo, 2009).

Salienta-se, pois, a importância da presença do psicólogo em instituições escolares para lidar com os diferentes confrontos, desafios e demandas do local, além de trabalhar na valorização do diálogo, da reflexão e tomada de decisões pautadas em embasamentos teóricos. O objetivo dessa prática é mudar o cenário de inúmeras escolas que, sem o apoio do psicólogo, se encontram em constante dificuldades para lidarem com os diversos obstáculos e complexidades presentes nas instituições. O psicólogo, nesse sentido, visa contribuir nas escolhas e criações de melhores projetos, medidas, intervenções e conseqüentemente na cessação ou diminuição das problemáticas persistentes nesse contexto (Andrada; Petroni; Dugnani; Souza, 2019).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos fatos apresentados, foi possível compreender as diferentes razões que levam ao adoecimento físico e mental dos professores, tais razões impactam principalmente a vida profissional do sujeito e conseqüentemente o seu ambiente de trabalho. Pode-se destacar como algumas das causas desse adoecimento o número elevado de tarefas para serem realizadas pelos docentes, a desvalorização salarial e os conflitos envolvendo alunos, pais ou funcionários da escola.

Com isso, há um número crescente de diagnósticos de Síndrome de Burnout entre os professores, devido aos sintomas apresentados por eles, como por exemplo: apatia, irritabilidade, dificuldade de concentração e realizações de tarefas, tristeza, sentimentos de fracassos e desesperança, entre outros. Dessa forma ocorre o comprometimento das atividades laborais dos docentes, podendo resultar em abandono da profissão.

É evidente, portanto, a necessidade de psicólogos atuando no cenário educacional, junto a uma equipe multiprofissional, em busca de melhorias em todas as esferas da escola, seja na aprendizagem, na didática ou nos enfrentamentos de falhas e obstáculos internos e externos à instituição, e com isso contribuir para o desenvolvimento e aperfeiçoamento significativo da comunidade escolar como um todo. O ambiente de ensino é um local complexo que requer indispensavelmente de profissionais capacitados, como psicólogos, para auxiliarem em mudanças significativas nas situações destoantes e delicadas que estão cada vez mais presentes no contexto educacional.

REFERÊNCIAS

ANDRADA, Paula Costa de; PETRONI, Ana Paula; DUGNANI, Lilian Aparecida Cruz; SOUZA, Vera Lucia Trevisan de. **Atuação de Psicólogos(os) na Escola: Enfrentando Desafios na Proposição de Práticas Críticas**. São Paulo, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/qjCZv6PcbjtT5kckk6YPkpg/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em 19 de abr. de 2023.

BRASIL. **Psicologia e serviço social na educação básica**: Lei nº 13.935/2019. Conselho Federal de Psicologia - CFP. Brasília - DF, novembro de 2022. Disponível em: https://site.cfp.org.br/wpcontent/uploads/2022/11/32985_Educacao_Basica_Cartilha_A5_WEB.pdf. Acesso em: 08 de fev. de 2023.

CARLOTTO, Mary Sandra. **A Síndrome de Burnout e o trabalho docente**. Maringá - PR, 2002. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/hfg8JKJTYFpgCNggLHS3ppm/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 12 de mar. de 2023.

CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila Gonçalves. **Preditores da Síndrome de Burnout em professores**. Porto Alegre - RS, junho de 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pee/a/ztQWb94cVwsrwZMW9LRhcFR/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 11 de mar. de 2023.

CASTRO, Irene Damasceno de. **Desafios dos professores brasileiros na escola e na sociedade atual.** Araguaína - TO, 2023. Disponível em: <http://umbu.uft.edu.br/bitstream/11612/4732/1/IRENE%20DAMASCENO%20DE%20CASTRO%20-%20TCC%20-%20LETRAS.pdf>. Acesso em: 23 de fev. de 2023.

COSTA, Marlúcia Silva Garcia Antunes; BARBOSA, Nathália Dornelas; CARRARO; Patricia Rossi. **A importância do trabalho do psicólogo escolar aos docentes em escolas públicas.** Brasília - DF, 2014. Disponível em: <http://revistaeixo.ifb.edu.br/index.php/RevistaEixo/article/view/146/118>. Acesso em: 20 de mar. de 2023.

MARTINS, João Batista. **Observação participante:** uma abordagem metodológica para a psicologia escolar. Londrina, 1996. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Joao-Martins/21/publication/272653262_Observacao_participante_uma_abordagem_metodologica_para_a_psicologia_escolar/links/56f95c1008ae81582bf43830/Observacao-participante-uma-abordagem-metodologica-para-a-psicologia-escolar.pdf. Acesso em: 01 de abr. de 2023.

MASSA, Lilian Dias Bernardo; SILVA, Talita Silvério de Souza; SÁ, Isabela Sebastian Vieira Barbosa; BARRETO, Bárbara Costa de Sá; ALMEIDA, Pedro Henrique Tavares Queiroz de; PONTES, Tatiana Barcelos. **Síndrome de Burnout em professores universitários.** São Paulo, 2016. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rto/article/view/104978/116562>. Acesso em: 11 de mar. de 2023.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **Pesquisa Social - Teoria, método e criatividade.** Petrópolis - RJ, 2019. Disponível em: https://cursosextensao.usp.br/pluginfile.php/300166/mod_resource/content/1/MC2019%20Minayo%20Pesquisa%20Social%20.pdf. Acesso em: 09 de mar. de 2023.

MÓNICO, Lisete S; ALFERES, Valentim R; CASTRO, Paulo Alexandre; PARREIRA, Pedro M. **A Observação Participante enquanto metodologia de investigação qualitativa.** v. 3 (2017): Atas - Investigação Qualitativa em Ciências Sociais. Disponível em: <https://proceedings.ciaiq.org/index.php/ciaiq2017/article/view/1447/1404>. Acesso em: 09 de mar. de 2023.

OLIVEIRA, Cynthia Bisinoto Evangelista de; ARAÚJO, Claisy Maria Marinho. **Psicologia escolar: cenários atuais.** Rio de Janeiro, 2009. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/4518/451844630007.pdf>. Acesso em: 02 de abr. de 2023.

PANORAMAS DAS CIDADES. **IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística.** Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/mg/rio-casca/panorama>. Acesso em: 09 de mar de 2023.

SEVERINO, Antônio Joaquim. **Metodologia do trabalho científico**. São Paulo, 2007. Disponível em: https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/3480016/mod_label/intro/SEVERINO_Metodologia_do_Trabalho_Cientifico_2007.pdf. Acesso em: 09 de mar. de 2023.

SILVA, Ana Paula Ferreira; PIMENTEL, Naiene dos Santos, CONCEIÇÃO, Edilene Maria da. **A síndrome de Burnout em professores universitários de instituições públicas e privadas**. São João Del Rei - MG, 2018. Disponível em: <https://www.aedb.br/seget/arquivos/artigos18/27226316.pdf>. Acesso em: 09 de mar. de 2023.

SILVA, Luciana de Araújo Mendes; CÂMARA, Sheila Gonçalves; TONELLO, Maria Georgina Marques; BITTAR, Cléria Maria Lobo. **Síndrome de Burnout em docentes de educação básica: Um olhar sobre sinais de desesperança e abandono**. Curitiba – PR, 2017. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Maria-Yunes-3/publication/338127301_O_Impacto_das_Imagens_Sociais_e_Crenças_nas_Práticas_Educativas_e_na_Resiliência_Profissional_de_Educadores_Sociais/links/60c22402a6fdcc2e612f74b0/O-Impacto-das-Imagens-Sociais-e-Crenças-nas-Práticas-Educativas-e-na-Resiliência-Profissional-de-Educadores-Sociais.pdf#page=115. Acesso em: 02 de abr. de 2023.

SILVA, Luis Gustavo Moreira da; FERREIRA, Tarcísio José. **O papel da escola e suas demandas sociais**. Brasília - DF, dezembro de 2014. Disponível em: https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/36421344/o_papel_da_escola_e_suas_demandas_sociais-libre.pdf. Acesso em: 23 de fev. de 2023.

SOARES, Andréa da Glória dos Santos; SILVA, Sandileuza Pereira da. **A Atuação do psicólogo escolar na saúde mental de professores regentes da educação básica**. Espírito Santo, dezembro de 2021. Disponível em: <https://dspace.doctum.edu.br/bitstream/123456789/3844/1/A%20ATUA%c3%87%c3%83O%20DO%20PSIC%c3%93LOGO%20ESCOLAR%20NA%20SA%c3%9aDE%20MENTAL%20DE%20... pdf>. Acesso em: 11 de mar. de 2023.

SOBRINHO, Carlito Lopes Nascimento; BARROS, Dalton de Souza; TIRONI, Márcia Oliveira Staffa; FILHO, Edson Silva Marques. **Médicos de UTI: prevalência da Síndrome de Burnout, características sociodemográficas e condições de trabalho**. Salvador – BA, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/m4kTSzMd4pLkDwtq9xVV9Fn/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 01 de abr. de 2023.

TOSTES, Maiza Vaz; ALBUQUERQUE, Guilherme Souza Cavalcanti de; SILVA, Marcelo José de Souza e; PETTERLE, Ricardo Rasmussen. **Sofrimento mental de professores do ensino público**. Paraná, 2018. Disponível em:

<https://www.scielo.org/article/sdeb/2018.v42n116/87-99>. Acesso em 01 de abr. de 2023.