

CONDIÇÕES DE SAÚDE DE PROFESSORES: REVISÃO DE LITERATURA



EDILSON RODRIGUES MATOS

Graduação em Licenciatura plena em Matemática pela Universidade Ibirapuera (2003); Professor de Ensino Fundamental II e Médio – Matemática – na EMEF Céu Cidade Dutra e E.E. Pastor Emílio Warwick Kerr.

RESUMO

No Brasil, em média 3,3 professores adoecem, com quadros graves, por dia. O presente estudo tem como objetivo, observar as principais causas, enfermidades e consequências encontradas em professores. O exercício da profissão docente nos diferentes ensinos, gera um desgaste físico e mental ao profissional, devido às condições de trabalho. As doenças mais comuns apresentadas foram os problemas ortopédicos e de saúde mental, seguidos de problemas na voz e cardiovasculares, que foram necessárias a busca por serviços de saúde e tratamento, e de alguma forma afetaram o desempenho do docente na instituição e causou o afastamento de alguns de suas funções, sendo necessária sua readaptação e realocação na escola. Os fatores que interferem e estão relacionados com o surgimento das doenças mais relatados foram as condições de trabalho, carga horária e dupla jornada.

PALAVRAS-CHAVE: Adoecimento docente; Carga de trabalho; Desgaste profissional.

INTRODUÇÃO

A Organização Internacional do Trabalho definiu as condições de trabalho para os professores ao reconhecer o lugar central que estes ocupam na sociedade, uma vez que são os responsáveis pelo preparo do cidadão para a vida. Tais condições buscam basicamente atingir a meta de um ensino eficaz (GASPARINI, 2005).

Entretanto, no Brasil, em média 3,3 professores adoecem, com quadros graves, por dia. Em uma escola com três períodos, podemos considerar que um professor por período tem sua função afetada nos diferentes níveis, ocasionando acomodação, remoção, readaptação, abandono e até a exoneração diariamente (Antunes, 2014).

Esse adoecimento docente pode ser dado por diferentes motivos. Dados na literatura apontam que algumas características de trabalho existentes na atividade docente, como a elevada carga horária, estão relacionadas com o absenteísmo e o surgimento de agravos de saúde dos professores (SANTOS, 2013). Entre os servidores ativos da rede pública municipal de São Paulo, os professores foram a terceira categoria profissional, em 2012, que mais se afastou do trabalho por problemas de saúde (São Paulo, 2013).

As condições e a organização do trabalho do professor de ensino fundamental, médio e superior colaboram com o quadro do adoecimento seguido do afastamento do trabalho, entre outras diversas causas envolvidos no processo. Segundo Ferreira (2019), professores afirmaram que iam trabalhar doentes por não terem tempo de ir ao médico, já que não poderiam faltar ao trabalho devido o compromisso com os alunos ou o medo de ficarem mal vistos pela gestão escolar, onde em muitas escolas a assiduidade é um critério de desempenho. Professores com dupla jornada, faltavam nas escolas públicas, porém nas particulares, trabalham quando doentes.

A partir disso, o presente estudo tem como objetivo, por intermédio de levantamento de artigos e revistas acadêmicas, observar as principais causas, enfermidades e consequências encontradas em professores do ensino fundamental, ensino médio e ensino superior.

REVISÃO DE LITERATURA

O exercício da profissão docente nos diferentes ensinos, gera um desgaste físico e mental ao profissional, devido às condições de trabalho apresentadas, a forma como as atividades são realizadas e a falta de recursos destinados à instituição, gerando estresse ao profissional (VALLE, 2017). O estresse pode gerar sequelas em professores, principalmente em fim de carreira, como por exemplo problemas nas cordas vocais, de coluna, alergia ao pó de giz, doenças cardiovasculares, entre outras (MARINGÁ, 2011).

O trabalho do professor não dura só o tempo em sala de aula, ele começa antes, com o planejamento e preparo das aulas e terminam depois corrigindo avaliações, exercícios, prestação de contas para a escola e responsáveis dos alunos, entre diversas outras atividades. Essas atividades tomam tempo, obrigando os professores a fazer trabalhos em casa.

Segundo Ferreira (2019) “era um trabalho sem limites: não terminava ao fim da jornada, mas invadia toda a vida deles”. A carga horária excessiva, gera em sua maioria, com que os professores possuíam estilos de vida precários, com falta de atividades físicas, poucas horas de sono durante a noite e muitos problemas de saúde, destacando os transtornos músculos esqueléticos, respiratórios e mentais. (VEDOVATO, 2008)

Do mesmo modo, dores nos braços, nas mãos, nas pernas, nos pés e nas costas, com diferentes diagnósticos, podem ser atribuídas ao que acontece no trabalho, como a realização intensiva de alguns movimentos e/ou a necessidade de se manter em posturas incômodas por muitas horas (FERREIRA, 2019). O professor desenvolve diariamente atividades repetitivas como escrever no quadro, corrigir provas, carregar materiais didáticos pela escola, má qualidade ou inadequação dos

mobiliários para a sala de aula, ficar muito tempo de pé ou também a permanência de segmentos do corpo em determinadas posições por tempo prolongado, os professores da estimulação precoce ficam em posições desfavoráveis e em má postura ao fazerem atendimento aos bebês, entre outros fatores (MANGO, 2012 apud DEBASTIANI, 2019; SERVILHA, 2011).

O cansaço foi outro tema recorrente, sempre relacionado a jornadas de trabalho extensas e intensas e um déficit acumulado de sono. Alterações de peso, decorrentes de uma alimentação consumida às pressas, devido à correria do dia a dia também foram mencionadas. A alimentação precária, pode causar, além de alterações no peso, distúrbios alimentares e alterações na saúde, como hipertensão arterial sistêmica (HAS). Essa também está relacionada com episódios de estresse e exaustão emocional constantes uma vez que esses fatores levam à uma descarga de cortisol das glândulas adrenais, que altera o sistema cardiovascular, aumentando o ritmo cardíaco e a pressão arterial.

Segundo o estudo de Valle (2017), as disfunções ortopédicas e de saúde mental são as mais prevalentes nos professores, sendo elas, o estresse, a depressão, problemas emocionais, Síndrome do Pânico, problemas ortopédicos como tendinite, bursite, dores na coluna e hérnias de disco; problemas na voz como fendas nas cordas vocais e problemas cardiovasculares, sendo a hipertensão arterial sistêmica (HAS).

O estresse, como dito anteriormente, aumenta a produção de cortisol o que causa os sintomas da depressão. A depressão é doença comumente adquirida pelos docentes, é caracterizada como um transtorno mental em que ocorre alteração significativa do humor ou afeto, sendo comum a associação com a incapacidade funcional e a diminuição da qualidade de vida. Como sintomas comuns são referidas a tristeza, a apatia, a diminuição de motivação, interesse e concentração, além de cansaço aparente, aumento ou redução do sono e de apetite, sentimento de culpa e autoestima e autoconfiança prejudicadas.

Segundo Tostes (2018), os professores apresentam níveis bastante superiores de sofrimento mental, em relação aos da população em geral, o que é preocupante, tanto para a saúde do professor quanto pelas repercussões na qualidade de ensino. O estudo de Gontijo (2013), sobre a depressão e docência, relatam que se trata de um problema para professores em âmbito nacional, nos diferentes níveis de ensino, sendo influenciado por fatores como a idade, a carga de trabalho, a quantidade de alunos, os turnos de trabalhos, a violência escolar, as relações interpessoais no trabalho, com pais e alunos e condições de organização do trabalho.

Os resultados do estudo de Batista (2013), revelaram que dentre os transtornos mentais, a depressão manifesta-se como responsável por praticamente metade das causas de afastamentos do trabalho em professores do ensino fundamental, resultando em maior frequência a partir dos quarenta anos de idade. A depressão, assim como a Síndrome de Pânico, é uma doença incapacitante e, portanto, uma vez diagnosticada deve ser tratada antes do retorno às atividades do trabalhador.

A Síndrome do pânico é caracterizado pela presença de ataques súbitos de ansiedade, acompanhados de sintomas físicos e afetivos. A Síndrome de Burnout, a depressão e a Síndrome de Pânico, foram as psicopatologias mais encontradas e seus sintomas causam grande sofrimento

ao professor (MARQUES, 2018).

Esta Síndrome de Burnout é representada pelo esgotamento, pelo desaparecimento da energia ou da vontade, o que traduz a expressão burnout trazida da língua inglesa. O esgotamento de que trata esta doença, é o esgotamento das forças físicas e psíquicas dos professores ou profissionais que lidam com pessoas, ocasionado pelo ambiente em que desenvolvem suas atividades. Exaustão Emocional, Despersonalização, Falta de envolvimento pessoal no trabalho (MARQUES, 2018). O estudo de Silva (2018), encontrou correlação entre a Síndrome de Burnout e depressão.

Além disso, o salário baixo, a falta de tempo para outras atividades, problemas de relacionamento com alunos e colegas, baixa autoestima e violência nos estabelecimentos de ensino são alguns dos principais motivos que os próprios professores destacam como causadores das enfermidades e sequelas (MARINGÁ, 2011).

As queixas mais são registradas pelos professores, destacam-se o desprestígio/ desvalorização social, os baixos salários, a falta de recursos e o descaso da família dos alunos, a falta de apoio institucional e de reconhecimento de seu esforço, e o controle abusivo das escolas sobre sua atividade docente. A falta de interesse/compromisso/disciplina dos alunos foi um dos problemas mais citados (KASPER, 2017). São vários os exemplos de professores desrespeitados, assediados e até agredidos, física ou moralmente, por alunos ou pais, que não contam com a defesa nem da direção da escola nem dos colegas, nem do poder público. Ficam desamparados nesse quesito (FERREIRA, 2019).

Pereira (2011) ressalta a que ausência de participação da família do aluno, contribui com o mal-estar docente na medida em que a família atribui a tarefa de educar seus filhos como exclusividade do professor, o que ocasiona indisciplina em sala de aula. Em relação a falta de recursos, um ponto que aparece com frequência é a falta de infraestrutura escolar, por exemplo, é a iluminação das salas de aula, ela deve ser de qualidade, garantindo assim a visão do professor para o zelo, cuidado e disciplina de seus alunos, bem como para a atividade de transmitir a matéria aos alunos através da escrita na lousa (Marques, 2015).

As salas de aulas não projetadas devidamente, prejudicam a acústica e comprometem a circulação de ar, gerando maior índice de doenças infectocontagiosas decorrentes do contato com os alunos, principalmente os menores (FERREIRA, 2019). As queixas relacionadas ao uso intensivo da voz podem ser explicadas pelo fato de o trabalho como docente exigir a comunicação e uso da fala constantemente.

Porém os problemas apresentados pelos professores ocorrem devido ao uso inadequado da voz, sem uma preparação prévia, além de outros fatores, como o barulho excessivo em sala de aula, a necessidade de aumentar o volume de voz para serem ouvidos pelos alunos, seja pela a sala estar em um local barulhento, ou pelos próprios os alunos fazendo barulho, a exposição ao calor e ambiente seco, entre outros fatores (GIACOMOLLI, 2014).

Além disso, os fatores de riscos mais apontados foram: ruído, uso constante da voz, movimentos repetitivos, trabalho estressante, cansativo e desgastante tanto mental como fisicamente (VEDOVATO, 2008). A presença de perda auditiva e disфонia também são observadas, seguindo o

protocolo da CAPE-V (MENESES-BARRIVIERA, 2020).

A exposição frequente a esses fatores gera o adoecimento docente. Dados sugerem que na medida em que se consolidam profissionalmente e avançam na carreira do magistério a sua saúde e qualidade de vida tendem a ficar comprometidas, o que ao longo dos anos caracteriza o trabalho docente como um fator prejudicial à saúde (SANTOS,2013).

Desse modo, um maior tempo atuando como professor influenciou negativamente na percepção de saúde, o que evidencia os já relatados prejuízos à saúde e à qualidade de vida dos indivíduos decorrentes das exigências impostas pela atividade docente. Os docentes são prejudicados tanto pelo surgimento da doença, quanto pela necessidade de se ausentar, seja por licenças ou abonos e dependendo da evolução da doença, até mesmo devendo ser readaptado e designado para outra função ou cargo, para evitar agravamentos, afetando assim a produtividade (Valle, 2017).

O afastamento do emprego também pode desestruturar a identidade do indivíduo, como foi descrito por Zavarizzi (2018), já que ele perde de certa maneira o seu papel na sociedade como trabalhador e se torna um doente. Os sujeitos acometidos por diferentes doenças podem desenvolver também quadros clínicos de depressão, devido a sintomatologia da doença, que pode causar quadros de dor, assim como o sentimento de inutilidade e incapacidade (DEBASTIANI, 2019).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os professores apresentam doenças ocupacionais relacionadas ao trabalho e às suas condições, e podendo estar relacionadas com seu dia-a-dia e seu estilo de vida. As doenças mais comuns apresentadas foram os problemas ortopédicos e de saúde mental, seguidos de problemas na voz e cardiovasculares, que foram necessárias a busca por serviços de saúde e tratamento, e de alguma forma afetaram o desempenho do docente na instituição e causou o afastamento de alguns de suas funções, sendo necessária sua readaptação e realocação na escola. Os fatores que interferem e estão relacionados com o surgimento das doenças mais relatados foram as condições de trabalho, carga horária e dupla jornada.

Para encontrar a solução, é necessário ouvir os professores sem pressa, com atenção e respeito, de um modo acolhedor, aprendendo com eles sobre suas práticas, suas dificuldades e seus modos de resolvê-las.

Para evitar o avanço desse adoecimento profissional requer muito mais do que respostas paliativas por parte dos gestores e administração pública; requer um distanciamento crítico, que se faz necessário no aprofundamento dessas questões, com extrema acuidade, para que as análises dos diferentes aspectos e fatores sobre tal temática mostrem definitivamente, as verdadeiras causas do mal-estar e do adoecimento docente que provocam o absenteísmo, afastamentos e readaptações.

REFERÊNCIAS

BATISTA, Jaqueline Brito Vidal; CARLOTTO, Mary Sandra; MOREIRA, Marco Antonio. **Depressão como causa de afastamento do trabalho: um estudo com professores do ensino fundamental**. Psico, v. 44, n. 2, p. 11, 2013.

DEBASTIANI, Juliane Zolin et al. **DOENÇAS OSTEOMUSCULARES RELACIONADAS AO PROFISSIONAL DE ENSINO PROFESSOR**. Arquivos do MUDI, v. 23, n. 3, p. 73-84, 2019.

FERREIRA, Leda Leal. **Lições de professores sobre suas alegrias e dores no trabalho**. Cadernos de saúde pública, v. 35, 2019.

GASPARINI, Sandra Maria; BARRETO, Sandhi Maria; ASSUNÇÃO, Ada Ávila. **O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde**. Educação e pesquisa, v. 31, n. 2, p. 189-199, 2005.

GIACOMOLLI, G. **A voz como instrumento de trabalho**. Revista de Educação do IDEAU, vol. 9, n. 19, Julho/Dezembro, 2014.

Gontijo, E. E. L.; Silva, M. G.; Inocente, N. J. **Depressão na docência: revisão de literatura**. Vita et Sanitas, Trindade, v. 7, p. 87-98, 2013.

MARQUES, Rosine Hasson. **As doenças psíquicas do trabalho geradas no ambiente de trabalho do professor de ensino fundamental**. 2018.

MENESES-BARRIVIERA, Caroline Luiz et al. **Disfonia, hipertensão arterial, diabetes mellitus, doenças da tireoide e queixas de ruído como prováveis fatores associados a perda auditiva em professores**. Revista CEFAC, v. 23, 2021.

PEREIRA, Flaviane Farias Sudário. **Indicadores de mal-estar docente em escolas públicas municipais de Salvador.** 2011.

SÃO PAULO. Prefeitura Municipal. **Atlas municipal de gestão de pessoas: edição 2013.** São Paulo, 2013. Disponível em: < [https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/chamadas/portal_do_servidor - dados_servidores - atlas_municipal_de_gestao_de_pessoas_2013_v11_1381745741.pdf](https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/chamadas/portal_do_servidor_-_dados_servidores_-_atlas_municipal_de_gestao_de_pessoas_2013_v11_1381745741.pdf)> Acesso em: 26 nov. 2022.

SERVILHA, E.A.M.; ARBACH, M.P. **Queixas de saúde em professores universitários e sua relação com fatores de risco presentes na organização do trabalho.** *Distúrb Comun, São Paulo*, 23(2): 181-191, agosto, 2011.

SILVA, Nilson Rogério; BOLSONI-SILVA, Alessandra Turini; LOUREIRO, Sonia Regina. **Burnout e depressão em professores do ensino fundamental: um estudo correlacional.** *Revista Brasileira de Educação*, v. 23, 2018.

TOSTES, Maiza Vaz et al. **Sofrimento mental de professores do ensino público.** *Saúde em Debate*, v. 42, p. 87-99, 2018.

VALLE, Gabriela Kneipp Guimarães do. **Doenças ocupacionais em professores de escola de ensino infantil e de estimulação precoce no Distrito Federal.** 2017.

VEDOVATO, Tatiana Giovanelli; MONTEIRO, Maria Inês. **Perfil sociodemográfico e condições de saúde e trabalho dos professores de nove escolas estaduais paulistas.** *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 42, p. 291-297, 2008.

VIEIRA, L.F.; OLIVEIRA, T.G. **As condições do trabalho docente na educação infantil no Brasil: alguns resultados de pesquisa (2002-2012).** *Revista Educação em Questão*, Natal, v. 46, n. 32, p. 131-154 maio/ago. 2013.

ZAVARIZZI, C. P; ALENCAR, M. C. B. **Afastamento do trabalho e os percursos terapêuticos de trabalhadores acometidos por LER/Dort.** Revista Saúde Debate, v.42, n.116, p. 113-124, 2018.