

CONDIÇÕES DE TRABALHO E IMPACTOS NA SAÚDE DE PROFESSORES DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR DE UMA CIDADE DO NORTE DE MINAS GERAIS

*Luís Felipe dos Santos Cantuária **

*Fernanda de Souza Cardoso ***

*Saulo Daniel Mendes Cunha ****

RESUMO: As condições de trabalho dos professores de Educação Física da educação básica têm impactado negativamente essa classe de trabalhadores, com fortes repercussões na vida cotidiana e na saúde. O presente estudo teve como objetivo investigar as percepções dos (as) professores (as) de Educação Física da rede básica sobre a saúde biopsicossocial e a relação com as condições de trabalho. Caracterizou-se como uma pesquisa descritiva, de corte transversal e abordagem qualitativa dos dados, com foco na análise de categorias. A amostra foi constituída por 10 (dez) professores (as), sendo 7 (sete) do sexo feminino e 3 (três) do sexo masculino de uma cidade do norte de Minas Gerais. Logo, tal dado pode ser entendido como um problema na qual esses(as) profissionais estão inseridos, tendo em vista que o sistema que reforça o cuidado é o mesmo que agride e pressiona esta categoria.

PALAVRAS-CHAVES: Condições de trabalho; Saúde; Professores; Educação Física.

WORKING CONDITIONS AND IMPACTS ON THE HEALTH OF SCHOOL PHYSICAL EDUCATION TEACHERS IN A CITY IN THE NORTH OF MINAS GERAIS

ABSTRACT: The working conditions of Physical Education teachers in basic education have negatively impacted this class of workers, with strong repercussions on their daily life and health. The present study aimed to investigate the perceptions of basic Physical Education teachers on biopsychosocial health and the relationship with working conditions. It was characterized as a descriptive, cross-sectional research with a qualitative data approach, focusing on category analysis. The sample consisted of 10 (ten) teachers, 7 (seven) female and 3 (three) male from a city in the north of Minas Gerais. Therefore, this data can be understood as a problem in which these professionals are inserted, considering that the system that reinforces care is the same one that attacks and pressures this category.

KEYWORDS: Work conditions; Health; Teachers; Physical education.

* Pós graduando em Educação e Direitos Humanos pela Universidade federal do vale do Jequitinhonha e Mucuri. Graduado em Educação Física Licenciatura pela Universidade Estadual de Montes Claros. Graduando em Administração Pública pelo Instituto Federal do Norte de Minas Gerais. E-mail: felipescantuaria.13@gmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-2901-5129>

** Doutora em Ciências da Religião pela PUC-SP. mestre em Educação Física, pela Universidade Federal de Juiz de Fora. Especialização em História da Arte pela Universidade Estadual de Montes Claros. Graduação em Educação Física pela Universidade Estadual de Montes Claros. professora do Departamento de Educação Física da Universidade Estadual de Montes Claros. Email: nandascard@yahoo.com.br Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-6384-1021>

*** Doutor em Ciências da Saúde pela Universidade Estadual de Montes Claros. Mestre em Ensino em Saúde pela Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri. Graduado em Educação Física pela Universidade Estadual de Montes Claros. Professor de ensino superior da Universidade Estadual de Montes Claros e das Faculdades Unidas do Norte de Minas. Email: saulo.cunha@unimontes.br Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-7529-1397>

Introdução

A profissão docente tem sido objeto de um intenso interesse dos(as) investigadores(as) em educação. No entanto, “as condições de trabalho do profissional em educação implicam pensar as condições de emprego deste profissional, sua forma de contratação, remuneração, carreira e estabilidade” (BRITO; PRADO; NUNES, 2017, p.167).

Desta forma, essas condições de trabalho do(a) profissional docente têm influenciado na sua qualidade de vida. Em estudos realizados, na área da saúde, por vezes, é possível afirmar que a saúde física e psicológica dos(as) professores(as) vem sendo prejudicada por diversos fatores relacionados às condições de trabalho, como é possível exemplificar: o estresse, lesões físicas, depressão, baixa autoestima (CORTEZ; *et al.*, 2017).

Nessa perspectiva, a educação básica, gratuita, baseada na Lei de Diretrizes e Base da Educação é concebida como dever do Estado e passou a ser estruturada por etapas e modalidades de ensino. Contudo, cabe suscitar que a educação básica é obrigatória e gratuita dos 4 (quatro) aos 17 (dezessete) anos de idade, organizada em: pré-escola, Ensino Fundamental e Ensino Médio (BRASIL, 2017).

Ademais, o ensino básico, no decorrer dos anos, foi ganhando uma roupagem nova e, dentro das condições de trabalho, o principal requisito foi o reconhecimento da profissionalização do(a) professor(a). Desse modo, a partir disso, exigia-se uma formação adequada, o que permitia uma maior autonomia nas condições de trabalho e desenvolvimento profissional por meio da carreira (JACOMINI; PENNA, 2016).

Ainda assim, discute-se a relação dos fatores que determinam as condições do trabalho docente. Ainda que essas condições de trabalho envolvam um amplo leque de variáveis, Gomes, Nunes e Pádua, (2019, p. 281) apontam que: “a adequabilidade dos espaços escolares e a oferta de materiais e equipamentos necessários para a realização da atividade docente ainda permanecem um desafio em muitas escolas de educação básica no país”.

Por consequência, tais aspectos vêm afetando drasticamente a saúde e a qualidade de vida de diversas categorias profissionais (LEITE;NOGUEIRA,2017). Desse modo, a respeito da temática no campo da profissionalização do(a) professor(a) das redes básicas de ensino, como resultado entende-se que a precariedade das condições de trabalho desses(as) profissionais “é tema já bastante debatido na literatura especializada e constitui importante desafio a ser superado rumo ao enfrentamento dos problemas pelos quais passa à docência na atualidade” (CERICATO, 2016, p. 281).

Nessa linha de estudos Cruz *et al.*, (2010, p. 148) apontam que “as condições decorrentes deste cenário, e as múltiplas exigências feitas ao papel do professor, cada vez mais têm sido associadas aos problemas de saúde física e mental apresentados por estes trabalhadores”. Sob o mesmo ponto de vista, leva-se em consideração os desafios enfrentados por esses(as) profissionais, sendo eles: o mal-estar docente, a desvalorização do professor, as condições de trabalho, a pressão psicológica, a baixa

remuneração e as salas superlotadas problematizando os processos que tensionam a profissionalização (PENTEADO; SOUZA NETO, 2019).

Como interesse maior, é visto que, há uma necessidade de compreender o campo da saúde do(a) docente da Educação Física como uma forma de contribuir na produção de melhorias nas condições de trabalho desses(as) professores(as) e, conseqüentemente, torna-se necessário conhecer as condições de trabalho vividas por esses(as) docentes, uma vez que a formação, a infraestrutura, a carga horária fragmentada e a remuneração são possíveis fatores que podem determinar a permanência na carreira (POZZATTI, 2015).

Ao olhar mais atentamente para a Educação Física observa-se a realidade que ela ocupa na escola. Evidentemente, além de ser compreendida como um componente curricular sem uma clara definição de sua função no contexto educacional, é notório que as intensificações da precariedade de trabalho em que esse(a) docente é submetido têm gerado uma prática pedagógica sem sua especificidade devidamente caracterizada e, por isso, há uma dificuldade em interagir com outras disciplinas curriculares (LIMA, 2018).

A intenção da pesquisa é apontar alguns fatores que afetam o trabalho laboral docente e práticas que limitam o cuidado sobre sua saúde. Conduzir os(as) professores(as) a uma profunda análise sobre de que forma tem olhado para si, orientando-os a uma reflexão profunda sobre sua própria perspectiva, incentivando-os a realizar um diagnóstico do ambiente em que estão inseridos. É crucial que realizem uma autoavaliação crítica para buscar uma redefinição em sua abordagem de trabalho.

Diante dessas considerações, nossa pesquisa teve como objetivo investigar as percepções dos(as) professores(as) de Educação Física da rede básica de uma cidade do Norte de Minas Gerais, sobre a saúde biopsicossocial e a relação com as condições de trabalho.

Materiais e Métodos

Está é uma pesquisa descritiva, cujo objetivo primordial é “a descrição das características de determinada população ou fenômeno ou o estabelecimento de relações entre variáveis” (GIL, 2008, p.28); de abordagem qualitativa com corte transversal, sendo que a pesquisa qualitativa responde a questões muito particulares; e “se preocupa, nas ciências sociais, com um nível de realidade que não pode ser quantificado” (MINAYO, 1994, p. 21).

A população dessa pesquisa foi composta por professores(as) de Educação Física do ensino fundamental e médio de escolas da rede pública de uma cidade do Norte de Minas Geiars. A amostra foi constituída por 10 (dez) professores(as) do Ensino Fundamental e Médio, da rede pública de escolas da referida cidade, sendo que, dos 10 (dez) professores, 3 (três) eram do sexo masculino e 7 (sete) do sexo feminino.

Foi utilizado como critério de inclusão, professores de ambos os sexos, que tinham no mínimo 3 (três) anos de atuação na área da docência e ser professor(a) da escola em que foi realizada a pesquisa. Além de ter formação acadêmica em Educação Física e que concordasse em participar do estudo assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Foram excluídos(as) professores(as) com licença escolar, professores(as) que não compareceram no dia da aplicação da entrevista e que não tinham no mínimo 3 (três) anos de atuação na área de docência.

Para a coleta de dados, foram utilizadas entrevistas semiestruturadas, “técnica em que o investigador se apresenta frente ao investigado e lhe formula perguntas, com o objetivo de obtenção dos dados que interessam à investigação” (GIL, 2008, p.109). Inicialmente foi feito uma abordagem e conversa individual com a direção das escolas explicando como seria feito o processo da coleta de dados com os professores(as).

Foi entregue para a direção uma autorização da escola para participação do estudo (Termo de Concordância da instituição para a Participação em Pesquisa). Após a autorização das escolas, a coleta dos dados foi feita em campo, diretamente com os professores(as) que aceitaram fazer parte da pesquisa, assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Foi realizada com cada professor(a) participante uma entrevista semiestruturada. Para coleta das respostas, foi utilizado um gravador de um aparelho celular Iphone, modelo 8 Plus, com a autorização dos(as) entrevistados(as).

Para a análise dos dados as entrevistas semiestruturadas foram transcritas integralmente pelo pesquisador responsável por este trabalho, em seguida, foi feita a leitura flutuante e depois a exploração do material das entrevistas. As entrevistas coletadas foram analisadas através da análise de categorias: “as categorias são empregadas para se estabelecer classificações. Nesse sentido, trabalhar com elas significa agrupar elementos, ideias ou expressões em torno de um conceito capaz de abranger tudo isso” (MINAYO, 1994, p.70). Para transcrição das entrevistas e visando manter o sigilo da identidade dos entrevistados, os(as) professores(as) foram codificados pela letra P, indo de P1 a P10.

Esta pesquisa foi executada de acordo com resolução 466/2012 do conselho nacional de saúde. Sendo submetida e avaliada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNIMONTES, na qual obteve aprovação através do parecer consubstanciado de número: 3.719.807.

Para um melhor entendimento e construção textual foram estabelecidas três categorias a partir das falas dos(as) entrevistados(as): 1) Avaliação pelo (a) professor (a) sobre sua saúde física e psicológica; 2) Atividades desenvolvidas no trabalho que têm afetado à saúde dos(as) professores(as); 3) Motivos da ausência do(a) professor(a) da escola devido aos problemas de saúde. Desta forma, foram analisadas as percepções dos(as) professores(as) sobre sua saúde física e psicológica.

Avaliação pelo(a) professor(a) sobre sua saúde física e psicológica

Os estudos para caracterizar a saúde e o trabalho do docente brasileiro são recentes. Nesse sentido, percebe-se que o(a) professor(a) da Educação Física escolar atuante nas redes de ensino básico, na grande maioria das vezes é afetado de uma forma diferenciada em relação aos outros professores, devido às condições de trabalho dentro das escolas. Logo, é notório que este profissional em específico é constantemente pressionado a naturalizar as condições de trabalho na escola, mesmo quando essas são inadequadas (CABRAL, 2019).

A promoção da saúde é o processo que visa aumentar a capacidade dos indivíduos para controlarem a sua saúde, no sentido de melhorá-la. Para atingir um estado de completo bem-estar físico, mental e social, o indivíduo deve ser capaz de identificar e realizar os seus desejos, satisfazer as suas necessidades e modificar ou adaptar-se ao meio (MALTA *et al.*, 2016).

Nesta primeira categoria analisada, foi levantada a questão sobre o que os(as) professores(as) de Educação Física (EF) da educação básica pensam acerca da sua própria saúde física e psicológica. Abaixo apresentamos o primeiro relato:

[...] ultimamente eu tenho olhado mais para esse lado, já teve tempos que eu nem me importava com isso devido à grande sobrecarga que eu tinha, trabalhava em quatro lugares e tudo. E aí como comecei a adoecer da hipertensão, cheguei a ter crises de ansiedade e comecei a olhar mais para esse lado, mas ainda não está cem por cento, acredito que não. (...) chega em casa cansado depois de um dia inteiro de trabalho, em dois turnos, e acaba ficando desanimado e isso influencia no psicológico também [...] (P1).

Tendo em vista o relato da professora entrevistada percebe-se que ela parece apresentar certa consciência da necessidade da prática de exercícios físicos para melhoria da saúde. Entretanto, essa docente relata uma sobrecarga de trabalho advinda da atividade docente em dois cargos (dois turnos) de trabalho, o que tende a inviabilizar esta prática. Além disso, está professora relata que, ao longo do período de docência, adquiriu algumas doenças crônicas (Hipertensão Arterial) e também emocionais (Ansiedade).

Dessa maneira, inicialmente, tem-se o trabalho como uma das principais causas de estresse na atualidade, o que pode exercer uma influência direta no desempenho profissional e na produtividade. Esse acúmulo de funções de trabalho pode levar os(as) professores(as) a adquirirem: distúrbios psicológicos, estresse, depressão, o esgotamento mental e a síndrome de *Burnout* (FERNANDES; VANDENBERGUE, 2018).

Muitas vezes os fatores psicológicos influenciam os agravamentos sobre a saúde física. No que se refere a Hipertensão Arterial, de acordo com Freitas *et al.* (2020), é importante ressaltar que, uma prática regular de exercícios contribui para uma boa qualidade de vida, evitando o surgimento de diversas doenças, sejam elas físicas e/ou psicológicas. Além de manter o controle de algumas dessas doenças,

como é o caso da Hipertensão arterial. Existem inúmeros fatores que contribuem para o desenvolvimento da Hipertensão arterial: sedentarismo, obesidade, hábitos alimentares, estresse e outros diversos fatores (FREITAS; *et al*, 2020).

Outros professores(as) relataram alguns fatores que têm prejudicado a sua saúde física e psicológica:

Na questão da saúde física, já pode notar que estou com o problema de nódulos nas cordas vocais, devido ao abuso mesmo né! Devido à quantidade de aula, que você tem que dobrar o cargo para ganhar melhor [...] (P10).

[...] por ser uma disciplina que muitas das vezes é tida como a melhor, mas ao mesmo tempo sendo a menos interessante, por não ter essa cobrança como as outras disciplinas, então isso aí causa um pouquinho de desgaste pela falta de interesse não só pelos alunos, mas pelo sistema com a nossa disciplina [...] (P4).

Ademais, foi possível verificar nesses discursos que o trabalho docente parece ter interferido de alguma forma na saúde física e psicológica, como relata a (P10) em relação ao problema vocal. Sabe-se que a categoria docente é uma das mais afetadas por alterações vocais, vislumbrando as condições nas quais os trabalhos são desenvolvidos e quanto à forma como ele é organizado (LUCHESE; MOURÃO; KITAMURA, 2010).

Já o (P4) expõe que visualiza problemas em relação ao interesse com a disciplina, tanto por parte dos(as) discentes, quanto pelo próprio sistema. Logo, essa não importância relatada pelo (P4) pode gerar um sentimento de menosprezo, de forma geral, frente ao seu trabalho. Neste sentido, Fillis *et al.* (2016, p.02), afirmam que: “as condições de trabalho remetem à estrutura física na qual se exerce a atividade docente, ou seja, às condições materiais e ambientais em que o trabalho é realizado” (como por exemplo: salas de aula superlotadas e falta de equipamento para amplificar a voz – microfones).

É visível que a saúde do(a) trabalhador(a) docente está altamente comprometida, dado que a intensidade das demandas de trabalho, atividades acadêmicas e pessoais tem afetado significativamente tanto a qualidade de vida quanto a saúde ocupacional dos (as) docentes. O(a) professor(a) da educação básica tem convivido com horas de trabalho desgastantes e longas, o que facilita o surgimento de doenças (MACHADO; SILVA; SANTOS, 2020).

À vista disso percebe-se a importância dos(as) docentes em se preocuparem com a sua saúde física e mental, pois é sabido que a sobrecarga do trabalho docente tem se tornado um grande empecilho para a adoção de um estilo de vida ativo e saudável. Desse modo, surge o questionamento: como pensar em ser saudável com uma sobrecarga de trabalho que interfere em todas as dimensões de sua vida (pessoal, familiar, profissional).

É muito complexo culpabilizar ou responsabilizar os(as) docentes sobre o autocuidado em saúde, uma vez que as políticas públicas em saúde para esta classe de trabalhadores(as) são, por vezes, inexistentes. Então, é necessário (re)pensar na valorização desses(as) docentes, na proposição de políticas e programas públicos que atendam a demanda do cuidado em saúde. Contudo, antes deste processo, é

preciso pensar em uma (re)organização do trabalho destes(as) professores(as), que realmente valorize esta profissão. Além disso, possibilite o exercício da função com dignidade e respeito, para que, sem dúvidas, seja possível recuperar a saúde do trabalhador da educação que está por um fio (CUNHA *et al.*, 2019).

Atividades desenvolvidas no trabalho que têm afetado à saúde dos(as) professores(as)

O contexto escolar é diagnosticado por muitos pesquisadores como um ambiente estressante, desgastante e/ou até mesmo frustrante na vida de vários(as) profissionais atuantes nas redes básicas de ensino. Partindo dessa premissa, compreende-se que várias características facilmente são visualizadas, decorrente da precarização do trabalho e envolvendo questões sociais. Dessa forma, as baixas condições salariais, a sobrecarga na jornada de trabalho, os problemas de relacionamentos entre profissionais, o uso de novas ferramentas e o modelo de gestão flexível têm alterado as rotinas laborais e as formas de trabalho dos docentes. (ARAUJO; PINHO; MASSON, 2019).

Muitos profissionais ficam limitados à prática de exercícios, do mesmo modo é perceptível que a profissão docente tem uma demanda de trabalho muito elevada, causando, assim, riscos à saúde e o aparecimento de doenças (SANTOS; MARQUES, 2011).

Conseqüentemente, essas condições de trabalho acontecem em função de comportamentos inadequados resultando de forma negativa em seu universo laboral. Neste sentido, os(as) professores(as), em razão de suas atividades diárias longas e estressantes, associadas à falta de atividade física, sobrecarregam-se e, dia após dia, beiram à exaustão, apresentam comportamentos estressantes no ambiente familiar, afetando diretamente as relações harmônicas devido à sobrecarga intensa oriunda do longo período de trabalho (DIAS *et al.*, 2017).

Nesta categoria analisou-se as atividades desenvolvidas no trabalho que têm afetado à saúde dos(as) docentes, alguns relatos serão expostos abaixo:

Sim, eu acho que o estresse que a gente passa dentro de uma escola pública não é fácil, a gente está constantemente sendo massacrado pelo governo sempre com muita exigência de papéis, em que você tem que transferir tudo para o papel, mas não pensa na qualidade da aula. Inclusive se puder citar, minha visão de aula de educação física no estado uma ser teórica e a outra ser prática é a diminuição de gastos do governo. A minha escola, que nós somos vários profissionais, tendo uma quadra só. É uma forma de evitar de não ter que fazer outra quadra...Se você fizer uma aula só na semana não é cumprido. Então, a teórica ela pode ser dada durante a prática não é exigido, não deve ser exigido como é pelo governo, de que a gente tem que ficar dentro de sala de aula, e fora outras tantas coisas: a falta de material, a cobrança, acho que tudo influencia (P1). Só o abuso vocal, a questão da quantidade de aulas mesmo. O estresse não é diário, só quando fico vulnerável mesmo (P2).

Fora a pressão do estado agora de querer mudar nosso plano de trabalho. Eu costumo brincar que os representantes da educação tiveram uma diarreia mental e colocaram no planejamento nosso. E quer que a gente execute algumas loucuras, fora a pressão dos diretores, parte pedagógica que quer que se execute aquilo daquela maneira, o trabalho (P7).

Pode-se verificar nesses discursos que questões como: abuso vocal, mudança de sistema, organização de aulas teóricas e práticas, infraestrutura, condições de trabalho e pressão pedagógica, parecem ter afetado de alguma forma a saúde do profissional docente. Tendo em vista os relatos mencionados percebe-se que diversos problemas têm interferido diretamente na saúde desses profissionais. De forma concomitante, Tabeleão, Tomasi e Neves (2011) analisaram os indicadores de desgaste profissional, e como resultado apontam que há um registro equivalente de 63% e 21% dos docentes apresentando níveis médios e altos de exaustão.

Além disso, os fatores associados com as novas exigências de trabalho vêm ocasionando uma sobrecarga de trabalho para os professores que, evidentemente, há um índice maior no volume de trabalho. Ademais, é perceptível ao visualizar outras condições como: precariedade das condições de ensino, a diversidade e complexidade presentes na sala de aula demandam do professor uma habilidade multifacetada para lidar com elas. Além disso, existe uma expectativa social de excelência em seu trabalho, ampliando ainda mais os desafios enfrentados.. Os pontos anteriormente ditos acabam sendo fatores desgastantes que afetam à saúde dessa classe trabalhista (CRUZ *et al.*, 2010).

O(a) professor(a) é mediador(a) da propiciação do repasse do conhecimento para cada indivíduo. Todavia, em grande parte das vezes esses professores não têm recebido um suporte adequado ou, em muitas situações, as escolas não oferecem estruturas adequadas para realização do seu trabalho (MEIRA; SIMOES; VENÂNCIO, 2018). Tal posicionamento teórico pode ser confirmado a partir desta pesquisa a partir da fala da (P1), o que pode levar a rotinas desgastantes e inúmeros afastamentos dos docentes do local de trabalho.

A necessidade da ação é visível, sendo necessário realizar um investimento maior para que haja uma melhor viabilização com relação a esse desgaste na saúde desses profissionais, uma vez que as condições de trabalho oferecidas para esses trabalhadores são muito precárias. Cabe salientar que os docentes que exercem trabalho em periferias ou escolas de zona rural convivem em situações ainda mais precárias (MORAIS; SOUZA; SANTOS, 2018).

Sendo assim, a partir dos fatos já mencionados é evidente que haverá o aparecimento constante e cada vez maior de profissionais insatisfeitos. No entanto, é necessário intensificar as políticas públicas e a adoção de programas de qualidade de vida. Dessa forma, os profissionais não se limitariam apenas na questão das melhorias salariais, “mas também a mudanças na organização do trabalho em escolas, diminuição da burocracia, índices de indisciplina toleráveis e, sobretudo, uma gestão escolar de caráter participativo” (MORAIS; SOUZA; SANTOS, 2018).

Motivos da ausência do(a) professor(a) da escola devido aos problemas de saúde

Com base nos estudos de Souza (2019) sobre o adoecimento psicológico dos profissionais da educação, é evidente que houve um aumento significativo no número de professores afastados por transtornos mentais ou comportamentais nas escolas estaduais entre 2015 e 2016. Os dados revelam um aumento considerável nesse período, passando de 25.849 professores em 2015 para 50.046 em 2016.

Nesse viés, uma pesquisa realizada com uma equivalência de cinco mil docentes chegou ao seguinte resultado: 60% desses(as) profissionais lamentaram sentir sintomas de ansiedade, estresse e dores de cabeça, 66% já sofreram com fraqueza, incapacidade ou medo de ir trabalhar. De acordo com a pesquisa realizada com professores, 87% deles destacaram que diversos problemas de saúde surgem devido à sobrecarga extenuante da profissão. (HOSHINO, 2019).

Na presente categoria analisou-se a decorrência da ausência dos(as) docentes nas escolas devido aos problemas de saúde. Abaixo poderão ser observados alguns relatos:

Sim. Não foi uma vez só não, foram várias vezes, já tive, eu tenho transtorno de ansiedade, por isso que eu tento fazer meditação, mas eu já tive, já tive problemas. Já tive síndrome do pânico, eu já tive mesmo, início de depressão por causa de estresse, tive várias vezes, várias vezes que ausentar também, às vezes, pela asma, que eu adquiri pelo sistema imunológico, que tem tudo a ver com estresse com situações que a gente passa no dia a dia (P5).

“Sim, várias vezes, por motivos de problemas psicológicos, cansaço físico e até mesmo algumas lesões (P4).

Já sim, fui obrigada a tirar um atestado por problemas emocionais. Em 10 anos de trabalho foi a única vez que me ausentei. A sobrecarga de serviço, 22 aulas em uma escola e a escola não queria me liberar para evitar de contratar outro professor para poucas aulas e fora que trabalho mais 18 em outra escola, e dou aula em uma faculdade à noite, acho que sobrecarregou um pouco (P6).

Pode-se observar nesses relatos que, ao serem questionados sobre os devidos afastamentos esses profissionais relatam, principalmente, motivos emocionais, sendo que estes problemas, em grande parte das vezes, levam até ao afastamento do cargo.

A (P5) relatou acerca dos principais problemas de seus vários afastamentos da sala de aula, tendo em vista problemas como: transtorno de ansiedade, síndrome do pânico, início de depressão por conta do estresse, além de problemas crônicos respiratórios. Por consequência, é preocupante observar tais relatos, pois tudo isso pode decorrer do desgaste decorrente das condições de trabalho dos(as) docentes.

Em uma pesquisa realizada pela Confederação Nacional dos Trabalhadores em Educação (CNTE), é possível notar que 71% dos profissionais de educação da rede pública de várias regiões do país ficaram afastados da escola após episódios que desencadearam problemas psicológicos e psiquiátricos nos últimos cinco anos. As consequências decorrentes desses afastamentos afetam, de alguma forma, a vida escolar desses docentes e até mesmo o relacionamento do(a) professor(a) com o trabalho. Em suma, tem-se como as causas que comprometem e geram o adoecimento dos profissionais: o sistema defasado, o

empobrecimento das tarefas, a falta de incentivo e de motivação e as condições insatisfatórias de trabalho (HOSHINO, 2019).

Há também relatos de outros(as) docentes com relação aos afastamentos. Os(as) entrevistados(as) foram enfáticos quanto à sobrecarga de trabalho, resultando em constantes afastamentos do trabalho docente:

Sim, fiquei afastada primeiro por uma licença de 6 meses, devido aos nódulos nas cordas vocais, depois entrei em um ajuste funcional por dois anos, retornei há um ano, retornei para regência. Nada psicológico (P2).

As vezes que eu me ausentei, por 35 dias. Pelo fato de estar praticando atividades físicas, eu cair e tive uma luxação de ombro, tive que ir ao bloco cirúrgico colocar o ombro no local certo, e aí tive que ficar 35 dias fora do trabalho, mas fora isso aí, foi apenas uma conjuntivite ou exames que tem pra fazer. Mais do que isso não (P3).

É notório que não só os problemas psicológicos podem causar afastamentos dos(as) docentes de seus postos de trabalho. Como resultado, tem-se: os problemas físicos, condições de infraestruturas e outros quadros clínicos aparecem nos relatos de muitos profissionais ao longo da carreira enquanto professor(a).

Durante muito tempo, a perda vocal foi um dos principais motivos que levaram os professores a se afastarem das salas de aula. No entanto, atualmente, observa-se uma mudança nesse cenário. A deterioração das condições de trabalho e a crescente agressividade dos alunos emergem como fatores dominantes, superando consideravelmente essa preocupação anterior e gerando uma crescente inquietação no ambiente escolar. (SANTOS *et al.*, 2019).

Dessa forma, torna-se imprescindível a intervenção neste cenário educativo (escolas) com: ginásticas laborais com os docentes antes do início das aulas, palestras sobre saúde, a conscientização sobre a prática de exercício físico e seus benefícios, cuidados com a voz, com a alimentação balanceada, etc. Entretanto, nada disso terá valia se não houver uma reestruturação e uma valorização da carreira docente. Por fim, é imprescindível criar parcerias entre órgãos de saúde do município com o estado para assim ter um acompanhamento mais próximo com os docentes.

Considerações finais

A escola pode ser considerada como um espaço essencial para o desenvolvimento social e cognitivo das crianças. Esse ambiente é envolvido por condições culturais, sociais, políticas e econômicas, articuladas em uma composição que repercute de maneira significativa no trabalho desenvolvido por estes docentes. Dessa forma, inicialmente, percebe-se que essas variantes causam uma certa preocupação nos docentes, tendo em vista que ele é o sujeito responsável pelos aprendizados dos seus discentes.

Conclui-se, após análises dos relatos dos(as) docentes, que, possivelmente, estes(as) têm consciência de que os bons hábitos como práticas regulares de atividades, exercícios físicos e alimentação balanceada, influenciam diretamente a sua qualidade de vida. Todavia, essa prática docente, por vezes,

pode ser encontrada por fatores e sentimentos que comprometem a sua saúde de modo geral. Logo, tal dado pode ser entendido como um problema de formação do sistema em que esses (as) profissionais estão inseridos, tendo em vista que o sistema que reforça o cuidado é o mesmo que agride e pressiona esta categoria.

Com esta pesquisa foi possível destacar questões que estão direta ou indiretamente relacionadas à atratividade pela carreira docente, dentre elas: a massificação do ensino, a precarização e flexibilização do trabalho, marcado por extenuantes jornadas, falta de infraestrutura, turmas com lotação muito superior ao número recomendável de alunos, baixos salários; transformações sociais, violência nas escolas e o progressivo aumento das demandas atribuídas às instituições de ensino, as quais incidem significativamente no aumento das exigências relativas à atividade docente na contemporaneidade, tornam o trabalho destes(as) profissionais cada vez mais complexo, na medida em que demanda maiores responsabilidades.

A responsabilização docente é feita há muito tempo, desse modo os(as) professores(as) tornam-se encarregados de todo o processo. A sociedade foi ensinada que o papel do(a) professor(a) é educar, e educar em todos os sentidos, desconsiderando que esse sujeito possui outras áreas da sua vida que não estão ligadas à escola. Muitas vezes há até o deslocamento de responsabilidades, tendo a escola que assumir papéis que não seriam dela. Nesse sentido, para conseguir suprir todas essas demandas é que o anulamento de si se inicia, gerando assim o aumento de doenças psicológicas.

Desse modo, torna-se extremamente necessário que a saúde pública instigue e avalie a qualidade de vida desses(as) docentes, elaborando uma compilação sobre os benefícios e malefícios do ambiente de trabalho que esse(a) trabalhador(a) se encontra inserido. De fato, cabe aos governantes investir e, realmente, se responsabilizar sobre o autocuidado nos atributos que remetem a saúde desses(as) docentes, uma vez que os investimentos em saúde para esta classe de trabalhadores(as) são por vezes inexistentes. Esse descaso em políticas públicas começa justamente na falta de subsídio dentro das escolas, pois todas elas deveriam ter um psicólogo disponível para ouvir os docentes. Além disso, o descaso continua quando é descontado nos salários do(a) docente o plano de saúde, mas ele nunca está disponível para uso, deixando os(as) docentes reféns de uma espera extenuante.

Por fim, compete aos governantes pensar na organização do trabalho destes(as) professores(as), em uma valorização plena desta profissão, de tal maneira que estes investimentos possam impactar de forma positiva na vida desses(as) docentes, acarretando valorizações nas proposições de políticas e programas que atendam, de forma eficaz, demandas do cuidado com a saúde e qualidade de vida desse(a) trabalhador(a).

REFERÊNCIAS

BRITO, Regivane dos Santos; PRADO, Jany Rodrigues; NUNES, Claudio Pinto. As condições de trabalho docente e o pós-estado de bem-estar social. **Revista Tempos e Espaços em Educação**, São Cristóvão, Sergipe, Brasil, v. 10, n. 23, p. 165-174, set./dez. 2017. Disponível em: <https://periodicos.ufs.br/revtee/article/view/6676/11618>. Acessado 25/03/2021.

CABRAL, Grece Gotellp. Condições de trabalho, saúde e adoecimento docente: presenteísmo e absenteísmo em escolas de Ensino Médio na região central de Rio Branco/AC. **Revista Tecnia**, Rio Branco-AC, v.4, n.2, p.01-43, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ifg.edu.br/tecnia/article/view/923/754>. Acessado 21/02/2021.

CERICATO, Itale Luciane. A profissão docente em análise no Brasil: uma revisão bibliográfica. **Revista bras. Estud. pedagog.** (Online), Brasília, v. 97, n. 246, p. 273-289, mai/ago. 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbeped/a/ZGXlgG4kzTjqx5bqcc9pshS/?format=pdf&lang=pt>. Acessado 21/01/2021.

CORTEZ, Pedro Afonso; SOUZA, Marcus Vinícius Rodrigues de; AMARAL, Laura Oliveira and SILVA, Luiz Carlos Avelino da. A saúde docente no trabalho: apontamentos a partir da literatura recente. **Cad. saúde colet.** [online]. 2017, vol.25, n.1, p.113-122. Mar, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadsc/a/8d4rRcpjzrYjBhjvnrTLZpc/?format=pdf>. Acessado 03/02/2021.

CRUZ, Roberto Moraes; LEMOS, Jadir Camargo; WELTER, Marisete M.; GUISSO, Luciane. Saúde docente, condições e carga de trabalho. **Revista Electrónica de Investigación e Docência (REID)**, v.4, p.147-160, Jul, 2010. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/277264197_Saude_Docente_condicoes_e_carga_de_trabalho. Acessado 03/02/2021.

CUNHA, Saulo Daniel Mendes et al. Saúde e Trabalho Docente: Compreendendo a Relação entre as condições de trabalho, o convívio familiar/social e a saúde de professores. **Sau. & Transf. Soc.**, Florianópolis, v.10, n.1/2/3, p.182-194, 2019. Disponível em: <https://incubadora.periodicos.ufsc.br/index.php/saudeetransformacao/article/view/5230/5648>. Acessado 03/02/2021.

DIAS, Douglas Fernando et al. Atividade física insuficiente no tempo livre e fatores ocupacionais em professores de escolas públicas. **Revista Saúde Pública**, 51-68, 2017. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/rsp/2017.v51/68/pt/>. Acessado 03/02/2021.

FERNANDES, Geysse Chrystine Pereira Souza; VANDENBERGUE, Luc. O estresse, o professor e o trabalho docente. **Revista Labor**, Fortaleza/CE, v. 01, n.19, p. 75-86, jan/jul 2018. Disponível em: https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/38413/1/2018_art_gcpsfernandeslvandenbergue.pdf. Acessado 03/02/2021.

FREITAS, Christian Barbosa; et al. Influência da prática de exercícios físicos na redução da hipertensão arterial. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 4, 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/340239149_Influencia_da_pratica_de_exercicios_fisicos_na_reducao_da_hipertensao_arteial. Acessado 04/02/2021.

GOMES, Valdete Aparecida Fernandes Moutinho, NUNES, Célia Maria Fernandes, PÁDUA, Karla Cunha. Condições de trabalho e valorização docente: um diálogo com professoras do ensino fundamental I. **Rev.**

bras. **Estud. pedagog.** Brasília, v. 100, n. 255, p. 277-296, mai/ago. 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbeped/a/NfigYksvFCrtdpJhkmTtRjb/?format=pdf>. Acessado 06/01/2020.

HOSHINO, Camilla. **Saúde mental: pesquisas apontam o adoecimento de professores.** Disponível em: <https://lunetas.com.br/saude-mental-pesquisas-apontam-o-adoecimento-de-professores/>. Acessado 29/04/2019.

LDB: **Lei de diretrizes e bases da educação nacional.** – Brasília: Senado Federal, Coordenação de Edições Técnicas, p.58, 2017.

LIMA, Jose Ricardo de Sousa. **Desafios da prática docente na disciplina Educação Física em escolas de ensino médio da rede pública do estado de Minas Gerais.** Uberlândia, 2018.

LUCHESE, Karen Fontes; MOURÃO, Lucia Figueiredo, KITAMURA, Satoshi. Ações de promoção e prevenção à saúde vocal de professores: uma questão de saúde coletiva. **Rev. CEFAC.** São Paulo Nov-Dez; n. 12 v.6 p.945-953, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rcefac/a/HXFN9zQrrcmdDVv69QcdGfC/?format=pdf>. Acessado 20/01/2021.

MACHADO, Gláé Corrêa; SANTOS, Andréia Mendes; SILVA, Renata Santos. Trabalho docente: reflexões sobre a saúde e o sofrimento psíquico do professor. **Revista Práxis Novo Hamburgo**, V. 17, n. 1, jan./abr. 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/338524452_TRABALHO_DOCENTE_REFLEXOES SOBRE_A_SAUDE_E_O_SOFRIMENTO_PSIQUICO_DO_PROFESSOR. Acessado 06/08/2020.

MALTA, Deborah Carvalho; et al. Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS): capítulos de uma caminhada ainda em construção. **Ciência e Saúde Coletiva**, p.1683-1694, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/csc/2016.v21n6/1683-1694/pt>. Acessado 16/09/2019.

MEIRA, Camila Jardim; SIMÕES, Matheus Ribeiro; VENÂNCIO, Ludmila Salomão. A ERGONOMIA E A ATIVIDADE DOCENTE: perspectivas e desafios atuais. **Revista Interdisciplinar Sulear**, n. 2, 2018. Disponível em: https://www.abepro.org.br/biblioteca/TN_WG_389_1929_43934.pdf. Acessado 16/02/2020.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **Pesquisa social: teoria, método e criatividade.** Petrópolis, RJ: Vozes, 1994.

MORAIS, Luiz Armando Arouca; SOUZA, Katia Reis; SANTOS, Gideon Borges. **Intensificação e precarização social do trabalho de professores de escola pública: um estudo exploratório na região da baixada fluminense (RJ).** Ano 16, n.29. 2018. Disponível em: [file:///C:/Users/Usuario/Downloads/4641-Texto%20do%20Artigo-18631-3-10-20200708%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Usuario/Downloads/4641-Texto%20do%20Artigo-18631-3-10-20200708%20(1).pdf). Acessado 18/02/2020.

PENTEADO, Regina Zanella; SOUZA NETO, Samuel. Mal-estar, sofrimento e adoecimento do professor: de narrativas do trabalho e da cultura docente à docência como profissão. **Saúde Soc.** São Paulo, v.28, n.1, p.135-153, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/Y9Wfn6NphgsptvZBMpZcsSJ/?format=pdf&lang=pt>. Acessado 18/02/2020.

POZZATTI, Mariana; VENTORIM, Silvana; SANTOS Wagner; FERREIRA NETO, Amarílio. Condições de trabalho, tempo de carreira E dimensões da saúde de professores de educação física do Espírito Santo. Espírito Santo-ES. **Motrivivência**, v. 27, n. 46, p. 99-118, Dez, 2015.

SANTOS, Marcio Neres; MARQUES, Alexandre Carriconde. Condições de saúde, estilo de vida e características de trabalho de professores de uma cidade do sul do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.18 n.3, p.837-846, 2011. SANTOS, Stephanie Mayra de Moraes; et al. Limitação do uso da voz na docência e a prática de atividade física no lazer: Estudo Educatel, Brasil, 2015/2016. **Cad. Saúde Pública**, v.35 ed.1, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/dcPmmbfSNbBbCwR4dRP85YC/?format=pdf&lang=pt>. Acessado 18/02/2020.

SOUZA, Leidiane. **OMS inclui síndrome de burnout na lista de fatores que influenciam a saúde**. Disponível em: <https://www.sinprodf.org.br/oms-inclui-a-sindrome-de-burnout-na-lista-de-doencas/>. Acesso em 29/04/2019.

TABELEÃO, Viviane Porto; TOMASI, Elaine; NEVES, Siduana Facin. Qualidade de vida e esgotamento profissional entre docentes da rede pública de Ensino Médio e Fundamental no Sul do Brasil. **Caderno Saúde Pública**, Rio de Janeiro, dez, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/zzJ8SgGK3d6mNTKgZRN6vvg/?format=pdf&lang=pt>. Acessado 03/04/2020.

*Recebido em: 14 de outubro de 2023.
Aprovado em: 14 de abril de 2024.*