

**FACULDADE VALE DO CRICARÉ  
MESTRADO PROFISSIONAL EM GESTÃO SOCIAL  
EDUCAÇÃO E DESENVOLVIMENTO REGIONAL**

**DOUGLAS MAGNO ELEOTERIO TAMIASSO**

**CONDIÇÕES DE TRABALHO E IMPACTOS NA SAÚDE DO  
PROFESSOR DO ENSINO MÉDIO**

**SÃO MATEUS  
2017**

**DOUGLAS MAGNO ELEOTERIO TAMIASSO**

**CONDIÇÕES DE TRABALHO E IMPACTOS NA SAÚDE DO  
PROFESSOR DO ENSINO MÉDIO**

Dissertação apresentada à Faculdade  
Vale do Cricaré para defesa no Mestrado  
em Ciência, Tecnologia e Educação.

Área de concentração: Educação.

Orientadora: Prof<sup>a</sup>. Dra. Sônia Maria da  
Costa Barreto

**SÃO MATEUS  
2017**

Autorizada a reprodução e divulgação total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada a fonte.

Catálogo na publicação

Mestrado Profissional em Ciência, Tecnologia e Educação

Faculdade Vale do Cricaré – São Mateus – ES

T158c

Tamiasso, Douglas Magno Eleotério.

Condições de trabalho e os impactos na saúde do professor de Ensino Médio / Douglas Magno Eleotério Tamiasso – São Mateus - ES, 2017.

66 f.: il.

Dissertação (Mestrado Profissional em Ciência, Tecnologia e Educação) – Faculdade Vale do Cricaré, São Mateus - ES, 2017.

Orientação: prof.<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Sônia Maria da Costa Barreto.

1. Escola – Condições de trabalho. 2. Saúde do professor. 3. Doenças - Prevenção. 4. Professores - Valorização. 5. Nova Venécia - ES. 6. Barreto, Sônia Maria da Costa. I. Título.

CDD: 371.1

**DOUGLAS MAGNO ELEOTERIO TAMIASSO**

**CONDIÇÕES DE TRABALHO E OS IMPACTOS NA SAÚDE DO  
PROFESSOR DE ENSINO MÉDIO**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ciência, Tecnologia e Educação da Faculdade Vale do Cricaré (FVC), como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Ciência, Tecnologia e Educação, na área de concentração Ciência, Tecnologia e Educação.

Aprovado em 09 de março de 2018.

**COMISSÃO EXAMINADORA**



---

**Profa. Dra. Sônia Maria da Costa Barreto**  
Faculdade Vale do Cricaré (FVC)  
Orientadora



---

**Prof. Dr. Marcus Antonius da Costa Nunes**  
Faculdade Vale do Cricaré (FVC)



---

**Profa. Me. Luana Frigullha Guisso**  
Faculdade Vale do Cricaré (FVC)



---

**Prof. Dr. Sebastião Pimentel Franco**  
Faculdade Vale do Cricaré (FVC)



---

**Profa. Dra. Josete Pertel**  
Faculdade Multivix São Mateus

Dedico este trabalho à minha família,  
pessoas que acreditam em meus objetivos e  
me impulsionam a ir além.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço especialmente,

A Deus, por ter me permitido estar aqui, pela existência, em todos os sentidos.

A minha família, razão de buscar avançar em meus propósitos. Em especial à minha esposa e meu filho.

A Erivelton Pessin, sócio e amigo, alguém em quem posso confiar, companheiro nesta jornada acadêmica.

À professora e orientadora Sônia Maria da Costa Barreto, pela aprendizagem e pela forma sábia com que vem conduzindo minha atuação enquanto acadêmico.

Aos professores do Mestrado da FVC, a quem admiro e tenho o maior apreço, pelo ensino, pela troca de experiências e conhecimentos.

Aos professores do Ensino Médio, profissionais que seguem seu ofício com afinco, apesar dos problemas enfrentados dia a dia. Vocês são heróis.

## RESUMO

A proposta deste estudo é abordar a incidência de doenças em docentes sob a ótica do cotidiano de trabalho, tendo como enfoque duas escolas da Rede Pública Estadual do Município de Nova Venécia-ES. A pesquisa foi baseada nos aspectos teóricos sobre situações estressantes que acometem professores. O objetivo geral é demonstrar que o estresse, a falta de qualidade de vida, de trabalho são situações que prejudicam a saúde do professor do Ensino Médio. Os resultados obtidos constataam que muitos fatores negativos são responsáveis por essa incidência, como: horário de trabalho extenso, ausência de atividade física e envolvimento emocional no trabalho. Entretanto, há melhorias quando o diagnóstico é realizado precocemente e o professor busca recursos para tratamento especializado. Concluimos que a prevenção ao estresse e outras causas que impactam na saúde do professor, assim como a valorização profissional, podem melhorar as condições de vida e de trabalho desse profissional.

**Palavras-chave:** Doenças. Condições de trabalho. Prevenção. Valorização.

## **ABSTRACT**

The purpose of this study is to address the incidence of diseases in teachers from the perspective of daily work, focusing on two schools of the State Public Network of the Municipality of Nova Venécia-ES. The research was based on the theoretical aspects about stressful situations that affect teachers. The objective is to demonstrate that stress, lack of quality of life, work are situations that harm the health of the teacher of the High School. The results show that many negative factors are responsible for this incidence, such as: extended working hours, absence of physical activity and emotional involvement in work. However, there are improvements when the diagnosis is made early and the teacher seeks resources for specialized treatment. We conclude that stress prevention and other causes that impact teachers' health, as well as professional appreciation, can improve the living and working conditions of this professional.

**Keywords:** Diseases. Work conditions. Prevention. Appreciation.

## LISTA DE GRÁFICOS

|   |    |
|---|----|
| Gráfico 1- Percentual de professores entrevistados em relação ao gênero.....  | 42 |
| Gráfico 2- Faixa etária dos professores entrevistados.....  | 43 |
| Gráfico 3- Percentual de professores entrevistados em relação à renda mensal.....   | 44 |
| Gráfico 4- Percentual de professores entrevistados que manifestaram ter tido problemas externos ao trabalho nas últimas semanas/dias.....                   | 45 |
| Gráfico 5- Percentual de professores entrevistados em relação à prática de atividade física.....  | 46 |
| Gráfico 6- Percentual de professores entrevistados em relação à prática de atividade física e que já fizeram algum tipo de tratamento ou terapia.....       | 46 |
| Gráfico 7- Percentual de professores entrevistados que precisam de tratamento/terapia por situação contratual.....  | 47 |
| Gráfico 8- Percentual de professores entrevistados que precisam de tratamento/terapia por tempo de serviço.....   | 48 |
| Gráfico 9- Percentual de professores entrevistados efetivos que precisam de tratamento/terapia por tempo de serviço.....                                    | 48 |
| Gráfico 10- Percentual de professores entrevistados DTs que precisam de tratamento/terapia por tempo de serviço.....  | 49 |
| Gráfico 11- Percentual de professores entrevistados, por situação e por carga horária semanal, que precisam de tratamento/terapia por tempo de serviço..... | 50 |
| Gráfico 12- Percentual de professores entrevistados em relação ao gênero.....   | 51 |
| Gráfico 13- Percentual de professores entrevistados que precisam de tratamento/terapia em relação à renda.....  | 52 |

## **LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS**

CLT - Consolidação das Leis do Trabalho

DT - Designação Temporária

INEP - Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais

LDB - Lei de Diretrizes Bases

MEC - Ministério da Educação

SEP - Síndrome do Esgotamento Profissional

TCS - Treinamento de Controle de Estresse

UNESCO - Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura

## SUMÁRIO

|   |           |
|---|-----------|
| <b>1 INTRODUÇÃO.....</b>  | <b>11</b> |
| <b>2 REFERENCIAL TEÓRICO.....</b>   | <b>15</b> |
| <b>3 DECORRÊNCIAS DO COTIDIANO QUE ADOECEM O PROFESSOR...</b>             | <b>25</b> |
| 3.1 ESTRESSE .....  | 26        |
| 3.2 SÍNDROME DE BURNOUT.....  | 29        |
| 3.3 LESÕES DO APARELHO RESPIRATÓRIO.....                                  | 31        |
| 3.4 LESÕES POR ESFORÇOS REPETITIVOS - LER/DORT.....                       | 34        |
| <b>4 METODOLOGIA.....</b>   | <b>35</b> |
| 4.1 CARACTERIZAÇÃO DO MUNICÍPIO DE NOVA VENÉCIA-ES.....                   | 36        |
| 4.2 LOCAL, ATORES DA PESQUISA E VARIÁVEIS ESTUDADAS.....                  | 38        |
| 4.3 ANÁLISE ESTATÍSTICA E OS ASPECTOS ÉTICOS.....                         | 40        |
| <b>5 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS.....</b>                            | <b>42</b> |
| 5.1 ALTERNATIVAS DE PREVENÇÃO GERADAS PELA<br>DOCÊNCIA .....              | 52        |
| <b>6 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>  | <b>56</b> |
| <b>REFERÊNCIAS.....</b>   | <b>58</b> |
| <b>APÊNDICES.....</b>   | <b>62</b> |
| APÊNDICE A: SOLICITAÇÃO E CIÊNCIA DE AUTORIZAÇÃO PARA A<br>PESQUISA.....  | 63        |
| APÊNDICE B: QUESTÕES PARA ENTREVISTA COM DOCENTES DO<br>ENSINO MÉDIO..... | 65        |

# 1 INTRODUÇÃO

A proposta deste estudo é pesquisar as condições de trabalho e a incidência de problemas de saúde gerados nesses profissionais. Questões como as políticas de gestão que não abrangem o necessário para a educação e seus professores; a organização da escola com jornada extensa de trabalho, falta de infraestrutura adequada; as concepções sociais, e a demanda de atividades intra e extraescolares, possibilitam fragilidade na saúde do professor, como doenças, síndromes e outras situações geradas pelo estresse ou outras causas.

Atualmente o estudo de problemas de saúde, como estresse, doenças cardiovasculares, Síndrome de *Burnout*<sup>1</sup> e outras, apresentam-se como um elemento de grande relevância dentro do contexto da prevenção de riscos laborais e avaliação das condições de trabalho frente às possíveis psicopatologias ocupacionais geradas do envolvimento profissional x trabalho.

Conforme Baião e Cunha (2013, p. 6), os docentes adquirem problemas de saúde em função da profissão que exercem:

Dentre as atividades ocupacionais, a docência é uma atividade remunerada que apresenta uma série de conteúdos cognitivos, efetivos e instrumentais, que interferem na qualidade de vida/saúde. O trabalho docente muitas vezes é caracterizado pela baixa remuneração, inadequação estrutural das instituições e carga horária elevada, contribuindo para o desenvolvimento de muitas doenças ou disfunções ocupacionais.

Apesar da existência de pesquisas na área da educação, voltadas à saúde docente, percebemos poucas pesquisas investigativas centradas no desgaste da saúde desses profissionais devido às condições de trabalho inadequadas e o seu desempenho no desenvolvimento das atividades na sala de aula ser mais exaustivo. Entende-se que a saúde não está literalmente relacionada à falta de doença, mas a causas que podem desencadeá-la. Nesse entendimento, Silva e Paes (2016, p, 1377) esclarecem que:

A saúde não se relaciona apenas com a ausência de doença, está interligada à qualidade de vida social e laboral. Dentre as principais classes trabalhadoras no Brasil destaca-se o professor que em seu dia a dia de

---

<sup>1</sup>Há cerca de quatro décadas, a Síndrome do Esgotamento Profissional (SEP), ou, como é mais conhecida, a Síndrome de Burnout, vem sendo investigada no cenário acadêmico. A síndrome surge da cronificação do estresse decorrente do trabalho (MEDEIROS-COSTA et al, 2017, p. 2).

trabalho pode desenvolver doenças ocupacionais ou condições que culminam em seu afastamento das atividades.

Tendo em vista eminência de acometimentos em profissionais da educação, a identificação de patologias é importante para o reconhecimento de problemas que assolam a saúde desses formadores de profissionais que irão trabalhar nas diversas áreas do conhecimento. Nesse sentido o Projeto Político Pedagógico da escola deveria enfocar formas preventivas de estresse e situações que afetam a saúde docente e, conseqüentemente, o prejuízo em seu desempenho.

Para tal, esse estudo se propõe a pesquisar os aspectos teóricos e o cotidiano docente em relação a algumas (e principais) doenças que acometem docentes, tendo como suporte metodológico a pesquisa qualitativa realizada junto a educadores do Ensino Médio de duas escolas da Rede Pública Estadual do Município de Nova Venécia/ES: Escola Estadual de Ensino Médio “D” e Escola Estadual de Ensino Médio “J”.

Essa pesquisa torna-se relevante dentro de aspectos descritivos de caracterização de incidência e também nos aspectos preventivos, uma vez que pretende relacionar as doenças com o desempenho docente. Conhecer possíveis fatores de comprometimento de sua própria saúde torna-se ferramenta importante para o seu autocuidado, prevenindo com isso transtornos futuros. Dessa forma, o estudo, aqui expressado, não tem a intenção de se sobrepôr a outros já desenvolvidos, busca mostrar indícios da realidade local de forma a alertar a esses profissionais da educação quanto à necessidade de conhecimento e cuidados para a auto-prevenção, através de programas laborais, exames periódicos e outros.

Dessa forma, apresentamos como problema: Quais doenças profissionais vêm acometendo os docentes do Ensino Médio da Rede Pública Estadual do Município de Nova Venécia/ES?

Como Objetivo Geral, pretende-se: demonstrar que o estresse, a falta de qualidade de vida, de trabalho são situações que prejudicam a saúde do professor do Ensino Médio da Rede Pública Estadual do Município de Nova Venécia/ES.

Em relação à pesquisa, os Objetivos Específicos são:

- Identificar situações que acometem a saúde do professor;
- Indicar formas alternativas e viáveis de prevenção a doenças geradas pelo estresse entre os docentes atuantes no Ensino Médio.

Assim, a escolha do tema se justifica por considerar que a realidade escolar exige do professor uma extensa jornada de trabalho, que acaba por sucumbir à saúde física e mental, bem como a sua qualidade de vida. Nesse sentido, com muitas atividades, provas para corrigir, cobranças discente e institucional, o professor possui muitas demandas, o que traz acúmulo de trabalho em casa, causa noites mal dormidas, má alimentação, reuniões, planejamento, entre outros fatores, comprometendo à sua produtividade profissional frente a essa rotina diária de trabalho.

Para tal, utilizaremos como Metodologia a pesquisa quantitativa, com a participação dos professores do Ensino Médio de duas escolas da Rede Pública Estadual do Município de Nova Venécia/ES, num total de 130 professores com aplicação de questionário organizado com perguntas fechadas de forma a melhor tabular e analisar os dados em gráficos e tabelas.

A pesquisa bibliográfica, também utilizada, nos norteará com conceitos e sintomas das doenças acometidas por esses profissionais, além de outras ocorrências que além de sobrecarregá-lo, ficam expostos a situações estressantes e de adoecimento, frente a essa rotina diária de trabalho.

Dessa forma, a pesquisa está assim organizada: Capítulo 1 Introdução – quando estaremos apresentando o desenrolar da pesquisa, o problema, os objetivos, a metodologia e o objeto de estudo. Capítulo 2 Referencial Teórico - quando abordaremos autores que nortearão a nossa escrita em relação a patologias que acometem docentes. Capítulo 3 – tratará do estresse e das principais doenças profissionais acometidas pelos professores. Capítulo 4 – descreverá a rede estadual de ensino de Nova Venécia/ES, as doenças acometidos pelos profissionais dessa rede, bem como o referido município. Capítulo 5 – propõe apresentar Os Resultados

e a Análise dos colhidos na pesquisa junto a educadores do Ensino Médio (1º ao 3º ano) da Rede Pública Estadual do Município de Nova Venécia/ES, além das Considerações Finais, Referências, Anexos e Apêndices.

## 2 REFERENCIAL TEÓRICO

Não podemos negar que as condições de trabalho e o cotidiano docente afetam a qualidade de vida e a saúde de profissionais que, por questões de competitividade no mercado de trabalho, sobrevivência e responsabilidade no fazer pedagógico apresentam uma exaustiva rotina de trabalho, culminando com situações de estresse e adoecimento.

O trabalho é uma atividade de caráter social, formador de identidade e desenvolvimento pessoal e, portanto, pode gerar problemas de saúde e qualidade de vida. Nota-se que a saúde e qualidade de vida possuem entre si complexas relações, dependentes de um contexto econômico e sociocultural, e também de questões individuais, físicas e emocionais (ANDRADE apud BAIÃO e CUNHA, 2013, p. 7).

É relevante compreender que o indivíduo sob o estresse não consegue desempenhar suas funções de maneira tão produtiva quanto o seria numa situação contrária, por isso, a educação, enquanto sistema, falha ao delegar inúmeras tarefas ao professor, como: carga horária extensa, atividades e provas que são levadas para correção fora do horário de trabalho, atendimento a turmas com alunos defasados e indisciplinados, salário incompatível com o merecido, etc., gerando problemas na saúde e desempenho desse profissional. Ulrich (2014) destaca que, além desse meio em que trabalha, o docente necessita buscar conciliar o trabalho a uma qualidade de vida. O professor, além de utilizar seus momentos destinados ao planejamento na escola, devido a ter sua carga horária estendida, às vezes a 75 horas semanais, precisa levar trabalho para casa, privando-se, em determinados momentos, de ter uma vida social com a família, com os amigos, para dar conta de toda a demanda de correções, mantendo-se solitário e exausto.

O conceito de estresse parece ser útil para descrever o desequilíbrio de um organismo. Para Lipp (apud SILVEIRA et. al, 2014, p. 16):

De modo geral, considera-se o estresse um processo fisiológico resultado de respostas a eventos internos e externos. Ele é gradativo, partindo de respostas de alerta até a exaustão, no caso de excesso de demandas ou de problemas no seu enfrentamento, e pode ocorrer em função de contextos gerais.

As cobranças oriundas das novas tecnologias, que exigem uma adaptação quase que imediata do professor também são fatores estressores relacionados com a atividade docente. Os alunos, por sua vez, também cobram essa nova postura digital por parte do educador, não mais suportando aquela figura autoritária que trabalha somente com aulas expositivas orais ou apenas com o uso do quadro, muitas vezes cansativas.

Baião e Cunha (2013) explicam que o adoecimento do professor está, também, intimamente ligado aos fatores que são inerentes à sua profissão, como: postura inadequada, sedentarismo, carga horária excessiva, dupla jornada de trabalho (alguns até tripla), exposição vocal exagerada, e outros. Muitos professores iniciam a carreira com uma voz e com o passar do tempo e o desgaste excessivo estão roucos e afônicos, alguns podem chegar a perda total da voz, precisando se afastar da profissão.

Conforme Lipp (2002) os tempos atuais são caracterizados por rápidas e surpreendentes mudanças, em que se vive a era do individualismo, da pressa, da solidão e do estresse. Tanto na observância à prática quanto na referência de pesquisas e autores, percebe-se na profissão do Educador que as situações de estresse, a que se expõe frequentemente, definem a sua má condição de vida e saúde.

Outro ponto que pode gerar o estresse e à falta de saúde do docente é a ausência da educação familiar, ou a insuficiente escolarização dos pais na participação da vida escolar dos filhos. Os modelos de famílias estão se modificando e os filhos carecem de convívio social, os pais transferem para a comunidade escolar responsabilidades que outrora foram suas, e o professor também, de forma direta e/ou indireta participa dessas e outras situações que envolvem maior atenção aos alunos e tempo para ouvi-los. Quando a família não é presente na vida escolar dos filhos, os problemas disciplinares aumentam, cabendo ao docente intervir, orientando quanto à ética, moral, bons costumes, higiene e outras situações; quando na verdade esses e outros princípios deveriam ser ensinados em casa, tendo a escola apenas como parceira, reforçando-os (BAIÃO, CUNHA, 2003).

A indisciplina escolar é fator ocorrente e muitas instituições escolares e além de provocar desgaste emocional, se apresenta como forma de descumprimento das normas fixadas pela escola e é responsável por gerar conflitos em sala de aula, como: desrespeito pelo professor, pelos colegas e ainda com atos de vandalismo e para que esses alunos tenham esse tipo de comportamento é porque algo está errado na educação familiar, ficando, a escola e seus professores, com uma incumbência maior do que a de ensinar. “Os comportamentos inadequados são muitas vezes clamores que imploram a presença, o carinho e a atenção” (CURY, 2003, p. 44). É importante ressaltar que um adolescente que recebe dos pais orientações e limites estará disposto a praticá-los em qualquer lugar, sem a interferência de outras pessoas e, é claro, obterá a confiança de pais e professores.

Uma das formas de amenizar o problema indisciplinar é estabelecer para os alunos seus direitos e deveres através do Regimento Interno, nele deve conter todas as normas estabelecidas pela escola, de maneira que possam divulgá-las aos alunos para que estejam cientes que se desobedecerem ou desviarem essas regras terão que arcar com as consequências de alguma forma. Qualquer que seja a punição aplicada deve ser apurada pelo Conselho Escolar não com a intenção de menosprezá-lo, mas para fazer com que reflita sobre os seus atos e chegue à conclusão de que a sociedade precisa de pessoas conscientes dos seus atos e limites.

Pode parecer que a indisciplina e outras situações comportamentais devam ser problemas enfrentados pelos professores em seu cotidiano escolar; decerto que são, mas há ocorrências que fogem à sua competência enquanto profissional.

De acordo com Gadotti (2009), é muito importante que os pais e professores corrijam ações indisciplinadas, pois podem prejudicar a criança e/ou adolescente em sua vida cotidiana, como: uso de drogas, ingestão de bebidas alcoólicas, inalantes domésticos e outros que podem levá-lo a dois estados: depressivo ou agressivo. Fora do seu estado normal ignoram normas da escola e até mesmo infringem as leis da sociedade (GADOTTI, 2009). Outros aspectos estão ligados à indisciplina e que refletem no fracasso escolar dos alunos são os distúrbios psiquiátricos ou neurológicos.

Outra situação que exige dos professores atenção é a hiperatividade, muitas vezes confundida com a falta de educação, onde o aluno apresenta comportamento agitado, apressado e inquieto. Os alunos hiperativos conscientes ou não, causam, de certa forma transtorno na sala de aula exigindo a interferência constante do professor. Algumas vezes é preciso parar a aula no sentido de contornar situações de agitação, conversas paralelas e até atitudes de violência verbal e física. São situações que alteram o planejamento do professor e que, de certa maneira, influenciam seu psicológico, seu nível de estresse.

Os professores devem ficar atentos aos alunos que constantemente tumultuam as aulas com interesse de impedir o seu trabalho deixando o ambiente barulhento e disperso, mas não é recomendável que o expulse da aula, pois isso não lhe trará benefícios podendo agravar ainda mais o fracasso escolar (GADOTTI, 2009). Em muitos casos, esses tumultuadores podem interromper as aulas agredindo e intimidando o colega verbalmente devido a sua diferença racial, social e física, o que é considerado atualmente como *bullying*. Problemas dessa ordem geram transtornos ao equilíbrio psicológico do docente e, de forma contínua, afetam a sua saúde mental.

Constatamos que o professor, além de suas atribuições acadêmicas, precisa intervir em ações inadequadas dos alunos, como conversas paralelas e em alta voz, brincadeiras inadequadas, desrespeito aos colegas, *bullying* e outras, gerando situações de estresse, problemas psicológicos, chegando a casos de complicações mentais anulando o prosseguimento da profissão, ou mesmo, em caso extremo, levá-lo ao afastamento das atividades e quiçá a óbito.

As condições de trabalho, ou seja, as circunstâncias sob as quais os docentes mobilizam as suas capacidades físicas, cognitivas e afetivas para atingir os objetivos da produção escolar podem gerar sobre-esforço ou hipersolicitação de suas funções psicofisiológicas. Se não há tempo para a recuperação, são desencadeados ou precipitados os sintomas clínicos que explicariam os índices de afastamento do trabalho por transtornos mentais (GASPARINI, BARRETO e ASSUNÇÃO, 2005, p. 192).

Apesar de diferentes, as doenças profissionais existem e interferem na atuação docente. Muitas são as causas, como por exemplo: a organização das jornadas de trabalho extensas; a concentração da carga horária em escolas distantes umas das

outras; falta de participação da maioria dos alunos nas aulas e a sua responsabilidade, muitas cobranças em relação à aprendizagem dos alunos sem o envolvimento efetivo dos pais/família.

Diferentes fontes de estresse no trabalho docente têm sido apontadas. Entre essas fontes, verificam-se: lidar com incidentes envolvendo comportamento desafiador dos alunos, comportamentos inadequados e indisciplina, excesso de trabalho e falta de tempo, diferenças de desenvolvimento e motivação dos alunos e políticas educacionais, sobretudo em professores de séries iniciais do Ensino Fundamental (POCINHO; CAPELO, apud SILVEIRA et. al, 2014, p. 17).

Ao abordarmos as principais doenças que acometem a classe docente, reafirma-se que as condições de trabalho desfavoráveis, tanto em relação à infraestrutura inadequada aos fatores externos e internos proveniente de ruído, poeira, repetição de movimentos, entre outros, contribuem para que os professores adoeçam e, em alguns casos se afastem de sua função.

Neto et al (2000) concordam com Araújo e Sivany-Neto (2008) no sentido de que o ativismo de trabalho e o ambiente estressante com muito barulho são fatores a serem considerados como muito relevantes. Dessa forma, problemas no aparelho auditivo são constantes, como: lesões no tímpano, má audição e até a surdez, no decorrer do tempo de carreira.

Entendemos que essa realidade pode ser constatada tanto nas turmas menores, quanto em turmas de Ensino Médio. Crianças e adolescentes falam bastante e continuamente, os valores de respeito a vez e de que o professor deve estar se pronunciando mais intensamente, hoje são incomuns. Este profissional, “disputa” com seus alunos o direito de falar, e se não tiver um direcionamento docente, ele perde a autoridade em sala de aula (BAIÃO, CUNHA, 2003).

Outros fatores importantes no contexto escolar são: salas que não comportam adequadamente o número de alunos, permanecendo um ambiente quente, com pouca oportunidade de circulação pelas carteiras dos alunos. Com isso, o professor passa muito tempo em pé, na parte da frente da sala ou sentado. A falta de caminhar pela sala, pode levar o docente a problemas circulatórios, como: varizes, trombose, má circulação, retenção de líquido, inchaço e outros.

Caminhar pelas filas não se configura como atividade física, mas contribui para que o professor alterne os momentos de estar sentado com os de se manter de pé e isso é importante. Também problemas na coluna, pela constância assentado em cadeiras desconfortáveis é reconhecido por médicos que fazem o acompanhamento de pacientes professores (SILVEIRA et. al, 2014).

Ainda para Silveira (2014), a falta de recursos didáticos nas escolas levam os docentes a uma prática constante e contínua: cópias de conteúdos e atividades em quadro e a correção de cadernos e atividades em folhas, manualmente. Essas atividades diárias progridem negativamente para casos de LER (Lesões por Esforço Repetitivo), contribuindo para o afastamento de professor ou readaptação desses em outras funções no espaço escolar, que não exija movimentos repetitivos.

Para Delcor, Araújo e Reis (2004), entre os fatores citados por Neto et al (2000), a posição de trabalho incômoda é determinante e causador de doenças e distúrbios de saúde entre professores.

Porém, para Vedovato e Monteiro (2008), os salários recebidos por esses profissionais os levam também a dificuldades, principalmente, o fato de exercer a função de mais de duas escolas e algumas vezes num mesmo turno, tendo que se deslocar rapidamente para poder cumprir com os compromissos

[...] o fato de os professores serem mal remunerados, consiste no principal fator de distúrbios de saúde entre professores. Isto porque esta condição acaba por forçar os docentes a cumprirem longas jornadas de trabalho, desenvolvendo, na maioria das vezes, atividades em mais de uma escola (VEDOVATO; MONTEIRO, 2008, p. 59).

A distância entre as escolas, na maioria das vezes, é grande, o que coloca em risco a integridade dos professores, que saem de um espaço para outro, quando em condução própria, enfrentando estradas com infraestrutura ruim e se colocando vulneráveis a acidentes no trânsito, no trajeto de um local para outro. Quando se locomovem de transporte público ficam em tensão pensando nos atrasos que possam vir a ocorrer, abalados em função da condição sofrida pelo trânsito (NETO et al 2000).

Além disso, Vedovato e Monteiro (2008) destacam que há escolas que não se utilizam de quadros de giz há poucos anos, mas outras ainda mantêm esse recurso. O uso contínuo de giz e o limpar o quadro geram poeira através do pó do gesso utilizado para a fabricação do giz, causando alergias em olhos, aparelho respiratório, como: asma, bronquite, bronquiolite, sinusite, rinite alérgica e muitas outras patologias. Mesmo que se utilize uma máscara, como Equipamento de Proteção Individual (EPI), a propagação da poeira fica impregnada na sala de aula, por todo o ambiente: paredes, mobília, teto, ventiladores, dentre outros. A falta de limpeza adequada nas salas de aulas, principalmente da mobília, chão e ventiladores, geram o acúmulo de poeira e ácaros.

Essa deficiência na higienização das salas de aula e demais espaços escolares é causada pela falta ou escassez de pessoal contratado para este fim. “[...] a exposição à poeira e giz e os movimentos repetitivos exigidos pelo trabalho dos professores como fatores relevantes no desenvolvimento de doenças e distúrbios de saúde” (CODO, 2009, p. 47).

As tipologias a que as secretarias de educação determinam de alunos por classe, causam o crescimento e superlotação das turmas, onde turmas de Ensino Médio podem ter 40 ou mais alunos em salas não muito adequadas para esse quantitativo. Trabalhar com excesso de alunos adolescentes e jovens gera um grande desgaste tanto para se pronunciar em explicações, quanto para envolver a turma com domínio de classe. Em se tratando de avaliações, as correções, geralmente são feitas fora da sala de aula, necessariamente em casa, o que, conseqüentemente comprometerá e/ou consumirá parte de sua vida pessoal (NETO et al, 2000).

Imaginar que esse tipo de trabalho deve ser cumprido na escola é uma ilusão, as cobranças de registros, notas e outras demandas são exigidas, independente de se levar em conta como professor organizará e cumprirá.

Gomes (2002, p. 79) reitera que,

[...] atualmente, as escolas brasileiras estão com número excessivo de alunos por sala, o que provoca um desgaste excessivo dos professores e grande quantidade de tarefas extraclasse. Em um estudo realizado por

Costa e Germano (2007), os autores chegaram a conclusão de que o elevado número de alunos por sala de aula é importante fator a ser considerado quando se trata da saúde de professores [...].

Podemos registrar que a violência também chegou às escolas, pois muitos são os casos de enfrentamento, de perversão e de agressão. Professores passam a se sentir intimidados ante a violência causada por alguns alunos e, na impotência de poder reagir, se colocam numa posição acuada, de medo, receio de uma ocorrência mais grave. Tudo isso gera distúrbios psicológicos, depressão, síndrome do pânico ou mesmo atitudes de mudar de profissão ou se ver apegado a algum tipo de vício como: alcoolismo, drogas, medicamentos, alimentação obsessiva como forma de compensação.

Consideramos o sobrepeso como fator de risco entre professores, que em meio à ansiedade e ativismo não se atentam para uma alimentação saudável e adequada, ocupando-se de salgadinhos, biscoitos, refrigerantes, alimentos com índices calóricos altos e com muito sódio e açúcar disponíveis na maioria das cantinas das escolas. A alimentação inadequada, o sobrepeso, falta de atividades físicas, o acúmulo de trabalho e a ansiedade culminam em hipertensão arterial, aumento da glicose – diabetes, colesterol e triglicérides elevados, problemas coronarianos, cardíacos (infarto), urinários, AVC (Acidente Vascular Cerebral) e tantos outros sintomas e diagnósticos que podem levá-los a risco de morte (SILVEIRA et. al, 2014).

Não se pode negar que as condições de vida e de trabalho do docente acabam por dizimar a qualidade de vida e a saúde de profissionais que apresentam uma exaustiva rotina. Conforme Lipp (2002) os tempos atuais são caracterizados por rápidas e surpreendentes mudanças, em que se vive a era do individualismo, da pressa, da solidão e do estresse. Dessa forma, há de se considerar o estresse como uma das principais causas da perda de saúde de professores ocasionados pelas exigências permanentes da profissão.

O excesso de exigências e responsabilidades aliados ao alto nível de comprometimento e envolvimento dos professores mostram que a demanda de energia do professor é maior do que o grau de reconhecimento que ele recebe. Dessa forma, é criada a situação propícia para o aparecimento de desgaste físico e

emocional deste trabalhador. É preciso analisar a psicodinâmica do trabalho e discutir, a partir de pesquisa bibliográfica, com os autores Lipp (2002), Pinto (2003) e Ulrich (2005) e outros aqui registrados, como os aspectos de uma atividade profissional podem favorecer o estado de saúde ou de doença.

O sistema educacional não reconhece (ou parece não desejá-lo perceber) que a ocorrência de adoecimento de professores é a principal causa dos afastamentos médicos. Isso porque estes profissionais trabalham à exaustão, protelando a realização de consultas e exames, até chegar num ponto crítico, o avanço da doença e o afastamento necessário (GASPARINI, BARRETO e ASSUNÇÃO, 2005, p. 194).

A prevenção é possível ocorrer, se houver percepção (discriminação) dos fatores estressantes. Entendemos que as percepções de professores sobre relações que levam ao estresse, como turmas superlotadas e agitadas; falta de orientação familiar; alunos com pouco interesse nos estudos; currículo distante da realidade dos alunos; infraestrutura inadequada das escolas e outras comprometem a efetividade de intervenções que propiciem bem-estar aos professores.

Percebemos que o magistério, em geral, não é uma profissão socialmente bem reconhecida, valorizada e almejada. É comum encontrar professores que “abraçaram” esta profissão por falta de opção ou condição de se dedicarem ao que realmente almejavam. Também há os que são professores como forma de complementar a renda, por isso temos farmacêuticos, arquitetos, advogados e outros profissionais que atuam como docentes.

O trabalho docente pode ser caracterizado por baixa remuneração, superlotação em salas de aula e inadequação estrutural das instituições. Devido aos baixos salários em sua maioria, os docentes muitas vezes realizam outras atividades estendendo assim sua carga horária. Isto faz com que ocorra falta de pausa para descanso, o que acaba interferindo no bem-estar psicológico e na qualidade de vida gerando algumas vezes o adoecimento e desconforto (ARAUJO et al, 2005, p. 428).

O excesso de exigências e responsabilidades escolares e um ambiente de trabalho com vários aspectos desestimuladores, aliados ao alto nível de comprometimento e envolvimento dos professores, mostram que a demanda de energia do professor é maior do que o grau de reconhecimento que ele recebe. Dessa feita, é criada a situação propícia para o aparecimento de desgaste físico e emocional deste trabalhador.

A tomada de consciência do indivíduo, no sentido de desmascarar um simples sintoma a que está sendo acometido, pode levar à reflexão sobre a forma como ele pensa e sente a vida, e, ainda, como deseja a qualidade e o estabelecimento da melhoria nas relações humanas.

Por outro lado, “[...] a insatisfação contribui para o estresse ocupacional e para um efeito negativo à saúde sendo um destes efeitos o desenvolvimento da Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), entre outras doenças (ARAUJO et al., 2006, p. 1117). A prevenção é possível de ocorrer se houver percepção dos fatores estressantes e melhoria na qualidade de vida no trabalho docente, uma vez que este profissional possa desenvolver sua prática de maneira menos estressante, numa carga horária mais reduzida.

Devido aos baixos salários o profissional trabalha em mais de um turno, assumindo uma rotina de trabalho extensa, com pouco tempo para se cuidar e imaginando obter melhores condições de sobrevivência, o que na realidade gera um círculo vicioso, chegando ao estresse, entre outros malefícios para si. A seguir, estaremos relatando as consequências geradas pelas principais doenças que afetam os docentes.

Em meio a tantos problemas de saúde abordados neste estudo e outros que são acompanhados na realidade da profissão docente, entende-se que deveria haver um programa que pensasse no professor de forma preventiva, com atividades laborais, planejamento e valorização do trabalho e da remuneração desse profissional, sistema de lotação para que mesmo em mais de uma escola fossem próximas entre si, bem como da residência deste, entre outras intervenções. Entretanto, além da pessoa e do profissional professor, outros fatores ocorrem em seu cotidiano que o fazem adoecer, assunto a ser tratado no decorrer do desenvolvimento da pesquisa.

### 3 DECORRÊNCIAS DO COTIDIANO QUE ADOECEM O PROFESSOR

A interação humana professor-aluno dentro da sala de aula representa para o docente uma fonte de obtenção de reconhecimento de seu trabalho.

Segundo Ulrich (2005, p. 76):

[...] as “relações interpessoais” também são as mais indicadas tanto pelo grupo de professores de dedicação exclusiva como para o grupo de dedicação parcial como aspecto que mais lhes agradam em seu trabalho. Talvez essa valorização das relações interpessoais se deva à própria natureza daquilo que define a função do professor. A função do fazer do professor se concretiza na relação com o outro, com o aprender do aluno. É importante que professores e alunos, como partes integrantes do processo ensino-aprendizagem, participem das decisões sobre o que será aprendido. [...] É por meio de uma relação de parceria entre docente e aluno que esse processo ocorre.

Não se pode considerar as relações interpessoais na escola como uma relação de poder, ou seja, o professor é o “superior” ele detém o saber, o aluno é “inferior” ele é alguém que nada sabe e está ali para aprender. Ao contrário, quando esses sujeitos se aproximam e buscam somar seus conhecimentos e buscar outros que possam agregar significados ao que aprende, certamente as relações são harmonizadas e ambos sofrem menos ao estabelecê-las. Ao abordar a relação professor - aluno é necessário primeiramente considerar que ela é constituída no seio de uma teia de relações muito mais ampla, que contempla as relações institucionais na escola e as relações sociais e políticas em que a escola está inserida (FREIRE, 2007).

Questões como as políticas de gestão e organização da escola, as concepções sociais acerca da população atendida pela escola e da relação ensino/aprendizagem, as ideias sobre quais são os problemas educacionais e como resolvê-los se refletem na relação entre professor e aluno. Muitas vezes, esses aspectos são desconsiderados e se responsabiliza o professor, ou o aluno, isoladamente, por um mau desempenho. As dificuldades de construir uma relação democrática, autônoma e pautada pelo diálogo com o aluno se vinculam ao fato de o próprio professor não vivenciar esta autonomia em seu cotidiano de trabalho, na instituição escolar, na política educacional, na cultura e na sociedade.

A relação professor/aluno, considerada nas teorias atuais como fundamental no processo de aprendizagem, é falseada por uma compreensão tão individualizada

quanto historicamente foi a responsabilização individual do aluno pelos problemas escolares.

Para pôr em prática o diálogo, o educador não pode colocar-se na posição ingênua de quem se pretende detentor de todo o saber; deve, antes, colocar-se na posição humilde de quem sabe que não sabe tudo, reconhecendo que o analfabeto não é um homem “perdido”, fora da realidade, mas alguém que tem toda a experiência de vida e por isso também é portador de um saber (GADOTTI, 2009, p.2).

No processo pedagógico, a relação entre professores e alunos, a realidade escolar e a realidade de mundo vivenciada por docentes e discentes, bem como as experiências aí constituídas e sua relação com as concepções de mundo produzidas e reproduzidas no cotidiano, configuram uma teia indissociável de relações, signos, significados e sentidos nos quais a aprendizagem e a educação, enquanto práticas e processos de criação de si mesmo e do mundo, estão imersas e tomam parte, numa relação recíproca: o meio social modifica e constitui a educação, que, por sua vez, configura e transforma o meio social (FREIRE, 2007).

Porém, o processo educacional muitas vezes é dificultado pelas situações geradas por professores com formação apenas técnica. Ao saírem das empresas para lidar com a sala de aula, acabam enfrentando dificuldades nas questões ligadas à docência; passam por dificuldades na comunicação, na interação com os alunos, no processo de ensino-aprendizagem, na avaliação das disciplinas lecionadas, na leitura e interpretação de resultados do processo avaliativo, bem como em outras questões ligadas à docência e a problemas recorrentes da ausência de qualidade de vida no trabalho.

### 3.1 ESTRESSE

O conceito de estresse parece ser útil para descrever o desequilíbrio de um organismo. Para Lipp (2002, p.12):

Chama-se de *stress* a um estado de tensão que causa uma ruptura no equilíbrio interno do organismo. É por isso que às vezes, em momento de desafios, nosso coração bate rápido demais, o estômago não consegue digerir a refeição e a insônia ocorre. Em geral, o corpo todo funciona em sintonia, como uma grande orquestra. Desse modo, o coração bate no ritmo que se entrosa com os outros órgãos. A orquestra do corpo toca o ritmo da vida com equilíbrio preciso. Mas quando o stress ocorre, esse equilíbrio,

chamado de homeostase pelos especialistas, é quebrado e não há mais entrosamento entre os vários órgãos do corpo.

Ainda conforme o autor identificam-se quatro fases no desenvolvimento do estresse: alerta, resistência, quase exaustão e exaustão.

**1) Fase do alerta:** é a fase positiva do stress, quando o ser humano automaticamente se prepara para a ação...;

**2) Fase de resistência:** se a fase de alerta é mantida por períodos muito prolongados ou se novos estressores se acumulam, o organismo entra em ação para impedir o desgaste total de energia entrando na fase de resistência, quando se resiste aos estressores e se tenta, inconscientemente, restabelecer o equilíbrio interior (homeostase) que foi quebrado na fase de alerta. A produtividade cai drasticamente... A vulnerabilidade da pessoa a vírus e bactérias se acentua;

**3) Fase de quase-exaustão:** quando a tensão excede o limite do gerenciável e a resistência física e emocional começa a se quebrar, ainda há momentos em que a pessoa consegue pensar lucidamente, tomar decisões, rir de piadas e trabalhar, porém tudo isto é feito com esforço e estes momentos de funcionamento normal se intercalam com momentos de total desconforto. Há muita ansiedade nesta fase. A pessoa experimenta uma gangorra emocional... Doenças começam a surgir;

**4) Fase de exaustão:** é a fase mais negativa do stress, a patológica. É o momento em que um desequilíbrio interior muito grande ocorre. A pessoa entra em depressão, não consegue se concentrar ou trabalhar. Suas decisões muitas vezes são impensadas. Doenças graves podem ocorrer como úlceras, pressão alta, psoríase e vitiligo (LIPP, 2002 p. 48).

O docente atua numa profissão de muito ativismo, e em que valores se perderam e os alunos, em maioria, são indisciplinados e desrespeitosos quanto à figura desse profissional. Dessa forma, entende-se que a busca docente em resolver conflitos de seu ofício (condições precárias de trabalho, indisciplinada, falta de tempo para se alimentar com qualidade, para realizar atividades físicas e para se cuidar) acaba por levá-lo a prejuízos na saúde, adquirindo doenças que só vem a ter conhecimento quando o quadro de saúde se agrava.

Em suas pesquisas, Lipp (2002, p 31) “[...] cita estudiosos correlacionando pacientes diagnosticados com hipertensão arterial essencial”; em Lipp et al. (2007, p.75) os estudos se direcionam a, “[...] grupos experimentais que receberam Treinamento de Controle de Estresse (TCS)”, que é composto por quatro aspectos básicos: alimentação anti-estresse, relaxamento, exercício físico e tratamento comportamental - que inclui modificação cognitiva de crenças que trazem desconforto e ansiedade e contribuem para o aparecimento ou aumento do estresse - treino de assertividade e de controle de ansiedade, técnicas de resolução de problemas e manejo do tempo.

Para analisarmos as fontes estressoras é preciso levar em conta os fatores internos e externos presentes na profissão, na história de vida e o contexto em que o indivíduo está inserido. As fontes internas são relacionadas com a personalidade e o modo como se reage à vida. As pessoas apressadas, por exemplo, que vivem em função do relógio e são sempre irritadas, extremamente competitivas, têm pouca paciência com os outros, e, caso não aprendam a controlar sua pressa e irritabilidade, terão sempre uma vida extremamente estressante.

A pouca valorização do trabalho docente, a superlotação das salas de aula, em média 20 a 40 alunos, a tensão do próprio ambiente escolar originada por conflitos de poder, com a comunidade e com conhecimento e os desafios educacionais enfrentados diariamente pelo professor contribuem para agravos à saúde (COSTA, 2007, p. 154).

Também contribuem para o estresse do docente as características individuais, o estilo de relacionamento social no ambiente de trabalho e o clima na instituição, que podem afetar alguns, dependendo da experiência pessoal de cada indivíduo.

O processo de estresse no professor também pode ser desencadeado pela dificuldade em lidar com problemas de disciplina ou dificuldade de aprendizagem, bem como pela falta de comunicação com os colegas de trabalho e com a própria instituição. Todos esses fatores são determinantes do nível de estresse do professor e são fontes, muitas vezes, que não podem ser superadas apenas por atitudes do próprio docente, mas dependem da ajuda de um profissional ou de uma intervenção institucional ou governamental. É necessário que todos tenham a noção de que o papel do docente é indispensável ao desenvolvimento social, devendo este ser valorizado tanto quanto os profissionais de outras áreas de conhecimento.

Para lidar com o estresse, é necessário eliminar suas fontes, porém, o sujeito precisa ser mais paciente, tolerante, menos perfeccionista, aprender a lidar com os eventos corriqueiros da vida, a identificar os pensamentos geradores de estresse, vigiando-os para torná-los mais adequados e lógicos. De acordo com Lipp (2002, p. 119) “[...] deveríamos ser mais otimistas e racionais em nosso modo de pensar e ver o mundo”. Para Gasparini, Barreto e Assunção (2005, p. 191), o adoecimento do professor é fator relevante no sentido da prevenção e do tratamento, não apenas pesquisas e discussões sobre o tema.

Interessante que a rotina de trabalho docente não contribui para que este profissional possa tomar os devidos cuidados preventivos, demonstrando que o adoecimento é fator de risco desta categoria. A gestão pública necessita rever seus posicionamentos de maneira a valorizar mais a educação e, com ela, o professor de maneira a que possa desempenhar sua função sem tanta exposição a fatores que venham a causar agravos à saúde.

### 3.2 SÍNDROME DE BURNOUT

Apesar de imaginarmos que os problemas decorrentes do adoecimento docente sejam deste século e que a síndrome de Burnout seja um tema descoberto na contemporaneidade, há um equívoco, pois essa patologia deriva da década de 1974, descoberta através dos estudos de Freunderberger, nos Estados Unidos. Em seguida, apoiada nos estudos desse pesquisador, a psicóloga social Christina Maslach (1981, 1984, 1986) deu ênfase a forma como as pessoas enfrentavam a estimulação emocional em seu trabalho.

O professor é um dos profissionais com maior probabilidade em adquirir a Síndrome de Burnout, tendo em vista o seu desgaste emocional e também físico, além de, na maioria das vezes, a sobrecarga de trabalho.

A síndrome de Burnout é um fenômeno psicossocial em resposta crônica a agentes estressores interpessoais comumente encontrados em situações de trabalho e em profissionais que mantém contato direto com outras pessoas. Inicialmente o indivíduo relata falta de energia e finalmente não se compromete com os resultados, e apresenta dissimulação afetiva, afastamento pessoal e conseqüentemente o isolamento e até quebra do vínculo empregatício (BATISTA, et al, 2010).

Em relação aos agravos à saúde dada a sua exposição laboral excessiva, há preocupação em buscar motivos para explicar esse mal, conforme apresentada por alguns pesquisadores. É considerada por Harrison (apud CARLOTTO, 2002) como um tipo de estresse persistente que pode levar a despersonalização resultante de pressão emocional constante e repetitiva por muito tempo, afetando o ambiente profissional, levando a um processo de alienação, apatia, desumanização, nervosismo, dentre outros sintomas de cunho físico, emocional e social.

Em se tratando de doença, destacamos que esse agravo à saúde docente não é uma patologia em si, que surge primariamente, mas um desencadeamento de causas que fazem com que se chegue a ela, já uma fase avançada de problemas que vão se acumulando e não são tratados devidamente. Assim, segundo Santini (2004. p. 186),

Na décima revisão da classificação Internacional de Doenças (CID – 10, 1989), o *Burnout* figura como Síndrome de Esgotamento Profissional dentro de um grupo de classificação que tem como título problemas relacionados à organização de seu modo de vida.

As mudanças de humor e perda na vontade de atuar em sua profissão pode perdurar por cerca de um ano e se não tratadas, ocasionar consequências maiores, comprometendo a vida e saúde dos indivíduos acometidos pela síndrome.

Maslach e Jackson (apud SANTINI, 2004) afirmam que a Síndrome do Esgotamento Profissional – SEP, ou Síndrome de Burnout, é constituída de três componentes: exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal no trabalho. Mesmo que se enfatizem essas ocorrências, é importante explicar que esse fenômeno não é recente. Monteiro (2006) explica que nos anos de 1980 as pesquisas realizadas julgavam Burnout como uma exaustão grande sentida, advinda do desgaste físico e mental, em que o profissional julga que nada mais pode oferecer aos clientes, pacientes, alunos, colegas de trabalho, e outros.

Conforme Lipp (apud MONTEIRO, 2006) a Síndrome de Burnout possui momentos específicos, o que se pode caracterizar como fases na vida dos professores acometidos pela doença:

- Idealismo: a instituição de ensino representa o fator mais importante na vida do professor, uma vez que o trabalho parece preencher todas as suas expectativas e necessidades, devido a não limitação de sua energia e entusiasmo;
- Realismo: as expectativas e a satisfação docentes não se concretizam, o professor se deixa levar pela desilusão, pelo cansaço, pela frustração e, conseqüentemente, ao questionamento de suas competências e habilidades para ensinar;

- Estagnação e frustração: o entusiasmo e a energia se transformam em fadiga crônica e irritabilidade em relação aos colegas, alunos e gestores, além de alterações de costumes e hábitos, comportamento de fuga, como atrasos e faltas, afetando a sua produtividade e qualidade do trabalho.
- Apatia (ou Burnout total): surge como sensação de desespero, fracasso, perda de autoestima e autoconfiança, tornando-o depressivo e exausto.
- Fenômeno Fênix: pouco se mostra presente, pois antes disso o professor já se afastou da profissão, outros contam os dias para encerrar a carreira de trabalho.

A observação sobre as alterações de humor e esgotamento do professor é o primeiro e mais importante passo para o diagnóstico e tratamento, cabendo, dessa forma, à equipe na qual ele integra constatar e sinalizar ao seu superior para que se realize uma conversa e o encaminhamento deste profissional para tratamento.

Além da síndrome de Burnout, outros problemas de saúde afetam o docente no decorrer de sua profissão, como lesões no aparelho respiratório, lesões por esforço repetitivo e outros.

### 3.3 LESÕES DO APARELHO RESPIRATÓRIO

A verdade é que os professores são vítimas de doenças que comprometem seu desempenho e os afastam da sala de aula e até do labor de forma definitiva, pois ficam impossibilitados de exercer a docência e qualquer outra função. Alguns se aposentam por invalidez e outros chegam ao óbito. Conforme Barbieri (2014, p. 4), entre esses agravos à saúde estão:

As doenças mais frequentes foram aglutinadas em dois grandes grupos: 1) lesões do aparelho respiratório e; 2) lesões por esforços repetitivos. Dentre estes distúrbios, os autores destacam os osteoarticulares, as doenças de laringe e de cordas vocais, mononeuropatias dos membros superiores, síndrome do manguito rotatório, sinovites e tenossinovites, laringite crônica e nódulos de cordas vocais, bem como a hipertensão arterial.

A Organização Internacional do Trabalho (OIT) indica as condições de trabalho para os professores “[...] ao reconhecer o lugar central que estes ocupam na sociedade, já que são os principais responsáveis pelo preparo do cidadão. Tais condições

buscam necessariamente alcançar a meta de um ensino eficaz” (SILVA; CAVEIÃO, 2016, p. 139).

Por se considerar a relevância desses profissionais, deveria existir programas e/ou projetos que resguardassem sua integridade física e mental, exames periódicos e menos contato com fatores de risco à saúde.

Salas com muita poeira ou com problemas em sua infraestrutura e fluxo externo de automóveis e outros meios que geram situações de vulnerabilidade em escolas localizadas em centros urbanos não deveriam integrar a logística educacional. O planejamento para a construção de escolas deveria contemplar espaços tranquilos e distantes de movimentação de pessoas, automóveis e outros, bem como a reforma periódica de seus prédios, mantendo-os limpos e em boas condições de higiene e manutenção. Também existe o comprometimento da saúde docente através de atividades contínuas e repetitivas: as lesões por esforços repetitivos (LER).

### 3.4 LESÕES POR ESFORÇOS REPETITIVOS - LER/DORT

Copiar atividades e conteúdos no quadro e apagá-lo, preencher diários, corrigir provas ou digitalizar conteúdos das aulas podem, em determinado tempo causar lesões, quer sejam no pulso, no antebraço, no braço, no ombro, na clavícula deixando o profissional em dificuldades de atuar ou afastá-lo da função, nos casos mais graves.

O professor não escolhe a profissão prevendo que doenças podem acometê-lo, ele opta por ela pela identificação que tem com a docência, com as vantagens e pelo gosto em lecionar. As ocorrências de agravos à saúde são consequência de sua prevenção ou exposição abusiva de seus limites físicos.

Conforme Zanardi (2009, p. 126)

[...] os professores não se tornam professores para se ausentarem do seu trabalho. O grande número de faltas deve ter uma relação com a realidade vivida por tais profissionais. Desde modo quando se examina um crescente número de faltas por parte dos professores não se pode definir como se fosse somente uma característica de mau profissionalismo.

Esse pensamento deve ser o de gestores, secretários de educação e administração e também o de médicos, pois o apoio no período de tratamento deve existir. Isso se configura como humanização da educação enquanto instituição.

As abordagens iniciais desta seção mostram que o afastamento dos professores é fator atual, no sentido de que o absenteísmo passa a gerar os desvios de função, principalmente em função das lesões por esforços repetitivos.

Conforme Júnior, Dosea e Barreto (2013, p. 62),

[...] diante a “reorganização” do trabalho docente, pode-se observar o professor frente às transformações tecnológicas, como uso de computadores em boa parte da sua jornada de trabalho, que muitas vezes atinge a privacidade do lar. Há um aumento na produção de textos, relatórios, avaliações, projetos e reuniões. Estas mudanças fazem com que o corpo do professor esteja exposto a movimentos até então ausentes no seu cotidiano de trabalho. Ainda aliado a esse processo está a ausência de adequação ergonômica dos espaços ocupacionais.

Junto a essa falta de adequação ergonômica das escolas, o professor, fisicamente, não está preparado para algumas atividades que requerem preparo físico, e não possui tempo disponível para isso, vivendo num ativismo intenso em sua busca por formas de sobreviver com condições dignas de vida.

A escola pública não dispõe de profissionais de apoio aos riscos e à prevenção, não há planos de saúde que cubram as necessidades desses profissionais e nem exames periódicos e formas de prevenção que possam minimizar ou evitar que essa e outras patologias aconteçam.

O índice de docentes afastados e readaptados em outras funções em virtude de lesões por esforços repetitivos é surpreendentemente grande, uma situação difícil de reverter. Para Júnior, Dosea e Barreto (2013, p. 62),

Através de um passeio pelas bases históricas brasileiras, observa-se que a síndrome de origem ocupacional, composta de afecções que atingem os membros superiores, região escapular e pescoço, foi reconhecida, por meio da Norma Técnica de Avaliação de Incapacidade, pelo Ministério da Previdência Social (MPS), em 1991, como LER. Com uma revisão da Norma, em 1997, foi introduzido o termo DORT. Estas afecções são fruto de movimentos repetitivos e também podem ocorrer pela permanência de segmentos do corpo em determinadas posições, por tempo prolongado.

Percebe-se que as LER/DORT são patologias cujos sintomas são predominantemente na parte superior do corpo, ou seja, nos membros superiores e se manifestam através de parestesia, fadiga, sensação de peso e dor e sua incidência das afecções é sobre sinóvias, músculos, tendões, nervos, ligamentos, fâscias, isolada ou associada, podendo apresentar degeneração de músculos ou não.

A saúde do professor deve ser uma preocupação das políticas públicas e não apenas quando as doenças surgirem na sua realidade. Ao contrário, é imprescindível que se façam momentos de atividades laborais, de exames preventivos e de formas elementares em saúde preventiva de maneira a valorizar o profissional, dando-lhe condições de atuar na profissão escolhida, resgatando sua autoestima e contribuindo para a melhoria da educação, pois quando um professor se afasta por motivo de saúde, há uma ruptura em seu trabalho, que reflete diretamente na aprendizagem discente e na organização escolar.

## 4 METODOLOGIA

Para a construção deste trabalho dissertativo, foram definidos dois tipos de pesquisa. A primeira, de cunho bibliográfico, baseada em pesquisas, documentos, sites e literatura sobre o tema focado. A segunda, a pesquisa de campo, de caráter quantitativo, de forma a quantificar as ocorrências de causas e adoecimento dos docentes de duas escolas estaduais do município de Nova Venécia-ES.

Nesta segunda etapa da pesquisa, optamos pela quantitativa de corte transversal que se utilizou do “Maslach Burnout Inventory” aplicável a educadores, como forma de acessar os valores de cada dimensão de doenças até alcançar a Síndrome de Burnout.

O MBI-ED, como também é conhecido, é autoaplicável e possui três subescalas: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal no trabalho. É importante salientar que, embora não permita um diagnóstico individual, o MBI favorece uma perspectiva do relacionamento das pessoas com o seu trabalho (MASLACH et al 2007), possibilitando investigar as relações com suas dimensões e as variáveis demográficas, laborais, e psicossociais.

A pesquisa quantitativa foi escolhida na intenção de reforçar a bibliográfica e a qualitativa, bem como indicar a amostra coletada nas respostas ao questionário realizado com os docentes das escolas participantes, como que para complementar as informações e ratificar as discussões. Para Fonseca (2002, p. 20):

Diferentemente da pesquisa qualitativa, os resultados da pesquisa quantitativa podem ser quantificados. Como as amostras geralmente são grandes e consideradas representativas da população, os resultados são tomados como se constituíssem um retrato real de toda a população alvo da pesquisa

Entendemos que organizar a pesquisa de campo, em formato estatístico, facilitaria a compreensão, dessa forma, foi necessário um método mais objetivo de apresentação, a pesquisa quantitativa.

A pesquisa quantitativa se centra na objetividade. Influenciada pelo positivismo, considera que a realidade só pode ser compreendida com base na análise de dados brutos, recolhidos com o auxílio de instrumentos padronizados e neutros. A pesquisa quantitativa recorre à linguagem matemática para descrever as causas de um fenômeno, as relações entre

variáveis, etc. A utilização conjunta da pesquisa qualitativa e quantitativa permite recolher mais informações do que se poderia conseguir isoladamente (FONSECA, 2002, p. 20).

A subescala ou dimensão exaustão emocional possui nove itens e permite acessar os sentimentos de estar emocionalmente sobrecarregado e exausto pelo trabalho. A dimensão despersonalização, com cinco itens, mede a resposta insensível, impessoal direcionada pelo profissional ao seu aluno, cliente ou paciente. Quanto mais elevado os índices nestas duas dimensões, maior o nível de problemas de saúde. Os oito itens da subescala baixa realização pessoal no trabalho permitem acessar sentimentos de competência e sucesso no trabalho.

Em contraste com as demais subescalas, um baixo índice nesta dimensão, representa um alto nível da SB (MASLACH e JACKSON, 2001).

Cada item é avaliado de 1 a 5 de acordo com a frequência com que o professor vivencia cada situação apresentada na questão que lhe é formulada. O número 1 indica que o profissional “nunca” passa por determinada situação, o número 2 indica que passa “raramente”, o número 3 “algumas vezes”, o número 4 “frequentemente” e o número 5 indica que o professor “sempre” passa pela situação descrita na questão.

Foi aplicado um questionário com 24 perguntas (23 fechadas e uma aberta) para o levantamento de aspectos sócio demográfico, laborais e psicossociais da população do estudo (APÊNDICE A).

#### 4.1 CARACTERIZAÇÃO DO MUNICÍPIO DE NOVA VENÉCIA-ES

O município de Nova Venécia tem sua origem marcada por indígenas, da tribo Aimorés, e imigrantes pomeranos e italianos em sua constituição inicial. Cada grupo demarcou suas terras e fez sua morada e de seus familiares. Há informações que outros grupos também brasileiros ajudaram em sua colonização inicial, conforme nos relata Murari et al (1992, p. 15):

[...] começaram a chegar os cearenses, em 1980; em seguida, vieram os italianos e os alemães do Hunsrück e da Pomerânia. Todos esses habitantes contribuíram, em conjunto, para a formação do município e o seu

desenvolvimento global. Cada grupo cooperava segundo o seu potencial e as condições oferecidas na época, e certamente todos deixaram a sua marca na formação cultural do município.

Os indígenas eram já habitantes da região e outros estudos históricos indicam que os imigrantes já haviam colonizado e estavam trabalhando a exploração de terras no Espírito Santo; ter alcançado o município de Nova Venécia foi consequência dessa busca por novas terras.

A origem do nome do município se deu ao fato de a maior parte dos italianos que ali chegaram ser provenientes de Veneza e começaram a chamar o local de “*Nuova Venezia*”, o que culminou com Nova Venécia. A colônia foi elevada a Distrito em 1896, e a sua emancipação política em 1953, depois de muito esforço da sociedade. Localizado na mesorregião do Espírito Santo faz parte da microrregião geográfica, juntamente com Águia Branca, Boa Esperança, São Gabriel da Palha e Vila Pavão.

A sede do município, a 65 metros de altitude, tem sua posição geográfica determinada no ponto de interseção do paralelo de 18°42'22" de latitude sul, com o meridiano de 40°24'02" de longitude oeste (MURARI et al, 1992, p. 37).

Conforme Murari et al (1992), sua área está avaliada em torno de 1.447km<sup>2</sup>, é atualmente o quinto maior município do estado. Faz limite com os municípios de Ecoporanga e Mucurici, ao norte; Águia Branca e São Gabriel da Palha, ao sul; Boa Esperança e São Mateus, a leste; Barra de São Francisco e Vila Pavão, a oeste.

Murari et al (1992) informam que cerca de 32% do território veneciano estão a 150 metros de altitude, 58% atingem 250 metros, 9% chegam a 500 metros e apenas 1% está acima desta cota. Considerada uma região de muitas serras, entre as mais conhecidas, estão: Serra de Cima, Serra de Baixo e a Serra do Rochedo. Em sua área predominam os solos minerais, argilosos, profundos e ácidos, desenvolvidos a partir de rochas ácidas.

O clima concentra temperatura amena, em relação ao terreno montanhoso. A média anual está em torno dos 23°C, sendo que a média do mês mais quente é fevereiro e 27°C a do mês mais frio (julho). Para Murari et al (1992), o município de Nova Venécia aparece como o de maior valor absoluto e relativo de cobertura florestal da microrregião em questão.

A economia se baseia na agricultura e pecuária, tendo alguma influência da pesca fluvial e do comércio local, uma vez que grande parte dos venecianos consomem os produtos locais e movimentam suas compras no comércio local.

As principais manifestações culturais de Nova Venécia têm suas origens ligadas, sobretudo, ao sentimento religioso de seus habitantes e no mês de janeiro realiza-se a Folia de Reis, que retrata a história do nascimento do Menino Jesus e a visita dos três reis magos. A festa da cidade é comemorada em 24 de abril, com exposição agropecuária. No dia 25 de abril se comemora dia de São Marcos, padroeiro local. Em junho surgem as festas juninas de São João e São Pedro, todos esses e outros momentos marcados por missas, eventos, quermesses.

As questões relativas ao apoio dado pela direção e pela coordenação pedagógica de cada escola, e as questões relativas ao apoio entre os colegas de trabalho e às condições de trabalho na escola, sofreram avaliação de 0 a 10 na escala visual analógica.

#### 4.2 LOCAL, ATORES DA PESQUISA E VARIÁVEIS ESTUDADAS

A população de estudo foi constituída por 130 professores representando duas escolas do ensino médio, das escolas públicas estaduais do município de Nova Venécia/ES. A pesquisa de campo ocorreu no mês novembro. As unidades de ensino possuem além das salas de aulas e de administração, espaços alternativos, como: biblioteca, Laboratório de Informática Educativa, cozinha, refeitório, sala de recursos, banheiros masculinos e femininos, quadra poliesportiva e outros.

A EEEM “D” foi criada pela Lei 2.081/64, publicada no D.O. em 22/12/1964 e passou por denominações, como: 1965: Ginásio e Escola Normal “Dom Daniel Comboni”; 1969: Ginásio e Escola Normal de Nova Venécia; 1975: Escola de 1º e 2º Graus de Nova Venécia; 1983: Escola Estadual de Ensino Médio de 1º e 2º Graus “Dom Daniel Comboni”; 2005: EEEFM Dom Daniel Comboni; 2007: EEEM “D”.

A escolha do nome pela comunidade escolar foi uma homenagem aos padres da ordem religiosa comboniana, por ele fundada. O bispo Dom Daniel Comboni,

missionário da congregação, dedicou sua vida às missões, criando várias escolas. Seu trabalho missionário se estendeu a todos os continentes, chegando até o município de Nova Venécia.

A EEEM “J”, criada em 2007, também se localiza no meio urbano do município de Nova Venécia. É considerada a segunda maior escola do município e tem uma constituição docente que atua não apenas em seu espaço, mas em outras instituições de ensino locais.

Atualmente, a referida Instituição atende a alunos nos turnos matutino, vespertino e noturno, com nível socioeconômico considerado de baixa renda, oriundos do bairro em que se localiza e adjacências. Em sua constituição funcional tem: diretor, coordenadores, supervisores, professores, bibliotecárias, auxiliares de serviços gerais e vigia.

Nas dependências internas funcionam, além das salas de aula, 01 diretoria, 01 secretaria, 01 coordenação, 01 cozinha, 02 banheiros e 01 biblioteca. O pátio externo é proporcional ao tamanho da escola, possuindo uma quadra poliesportiva, para aulas de Educação Física e alguns eventos que a mesma promove.

A partir da realidade local, as escolas almejam proporcionar um ambiente de aprendizagem dinâmico e democrático, investindo numa educação de qualidade, levando em consideração a vivência do aluno, sensibilizando-o a superar e atingir os padrões de desempenho sócio-político, econômico e cultural.

No decorrer da pesquisa, os questionários foram respondidos pelos professores, de ambos os gêneros que participaram voluntariamente da pesquisa após autorização dos gestores.

Algumas variáveis foram estudadas. Entre elas, consideramos:

- Idade: variável numérica discreta;
- Gênero: variável categórica classificada como Masculino e Feminino;
- Situação contratual: variável categórica classificada como Professor efetivo, ACT, Professor Eventual (Designação Temporária);

- Turno de trabalho: variável categórica classificada em manhã, tarde, noite;
- Tempo de profissão: variável numérica contínua identificada pelo tempo total transcorrido desde a contratação até a data da pesquisa;
- Tempo de trabalho na escola: variável numérica contínua identificada pelo tempo total transcorrido desde seu ingresso na escola pesquisada até a data da pesquisa;
- Carga horária de trabalho: variável numérica discreta identificada pelo número de horas trabalhadas.
- Passa por algum tratamento ou terapia: variável categórica classificada como Sim e Não (e uma questão aberta para dizer qual tratamento).
- Passa por alguma dificuldade externa ao trabalho: variável categórica classificada como Sim e Não;
- Prática de exercício físico: variável categórica classificada como Sim e Não;
- Sentimento de valorização profissional: Variável categórica classificada como Não, Um pouco, Mais ou Menos, Muito, Extremamente;
- Estresse relacionado à profissão: variável categórica classificada como Nada estressante, Um pouco estressante, Indiferente, Bastante estressante, Muito estressante;
- Estresse relacionado à carga horária: variável categórica classificada como Nada estressante, Um pouco estressante, Indiferente, Bastante estressante, Muito estressante;
- Condições para realização do trabalho: variável numérica contínua medida através da escala visual analógica;
- Perspectiva futura: Questão aberta.

### 4.3 ANÁLISE ESTATÍSTICA E OS ASPECTOS ÉTICOS

Foi realizado um estudo da associação entre as dimensões da saúde e as variáveis preditoras.

Após o estudo exploratório em que se analisou a distribuição normal ou não normal de cada uma das variáveis numéricas estudadas, tanto as do MBI como as do questionário sócio demográfico, foi feito o estudo da associação entre cada uma das dimensões de agravos à saúde com as variáveis do questionário. Para as variáveis

categóricas foi utilizado o teste não paramétrico, teste estatístico que é utilizado para análise de dados com distribuição não normal.

Após a realização da entrevista focalizada e sua transcrição, o estudo passou a uma análise, na intenção de tabular, sob a forma de gráficos e de tabelas, para reafirmar o tema e sua ocorrência a partir dos sujeitos participantes e da realidade constatada.

Os dados foram agrupados de acordo com sua similaridade, visando identificar padrões e tendências de grupo, buscando-se a compreensão de como as pessoas agem em relação à temática pesquisada. Este agrupamento de dados é que permitiu a criação dos gráficos já mencionados. A intenção da pesquisa foi verificar e refletir como ocorre e qual o grau de incidência de doenças em docentes do município de Nova Venécia/ES.

Quanto aos aspectos éticos, os professores participaram voluntariamente da pesquisa e não tiveram que revelar seus nomes ao preencherem os questionários. A pesquisa não apresentou risco biológico aos participantes e respeitou as determinações do Conselho Nacional de Saúde (Resolução CNS n.º 196/96 e suas complementares), possuindo aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade Vale do Cricaré.

## 5 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS

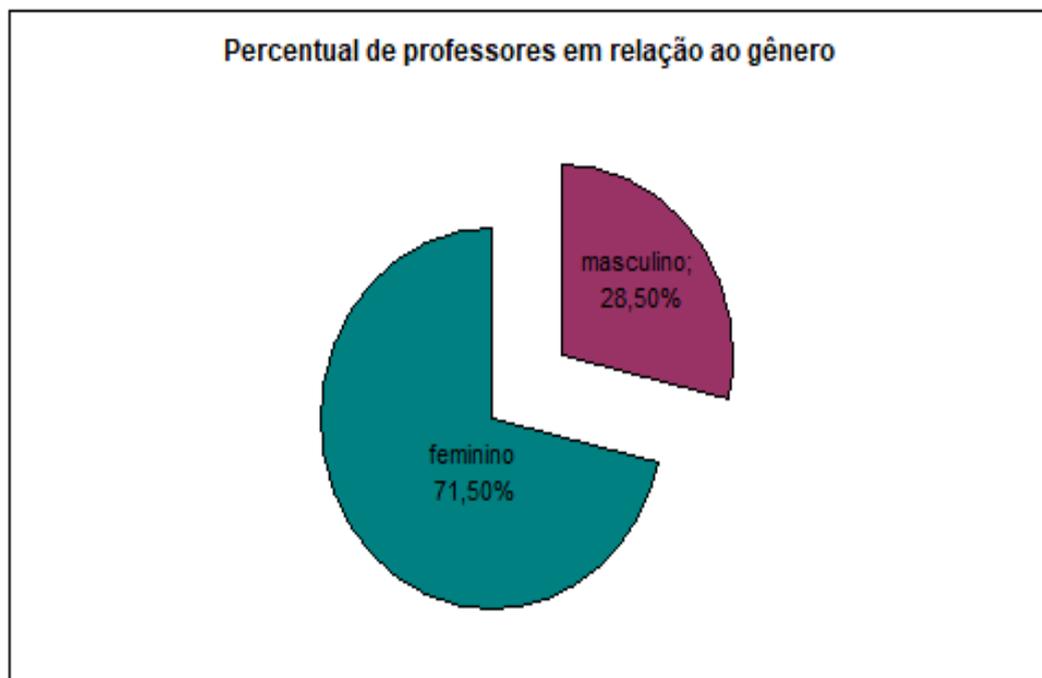
Neste capítulo, serão abordados os resultados retirados dos questionários, fazendo simultaneamente comparações entre as principais características que levam o profissional a adquirir doenças em sua trajetória de trabalho, alguns chegando à Síndrome de Burnout e abandono de sua profissão.

Para a exploração dos dados, foram aplicados os questionários MBI para 130 professores do ensino médio da rede estadual do Município de Nova Venécia/ ES, após autorização da direção das escolas. A participação dos professores ocorreu de forma anônima, voluntária e com consentimento informado.

A partir da caracterização dos entrevistados, aferimos comparações e discussões acerca de dados relevantes à compreensão da incidência de agravos à saúde em professores de duas escolas de Ensino Médio de Nova Venécia/ES.

A primeira informação envolve o gênero dos entrevistados, dado relativo ao gráfico 3.1, a seguir.

**Gráfico 1 - Percentual de professores entrevistados em relação ao gênero**

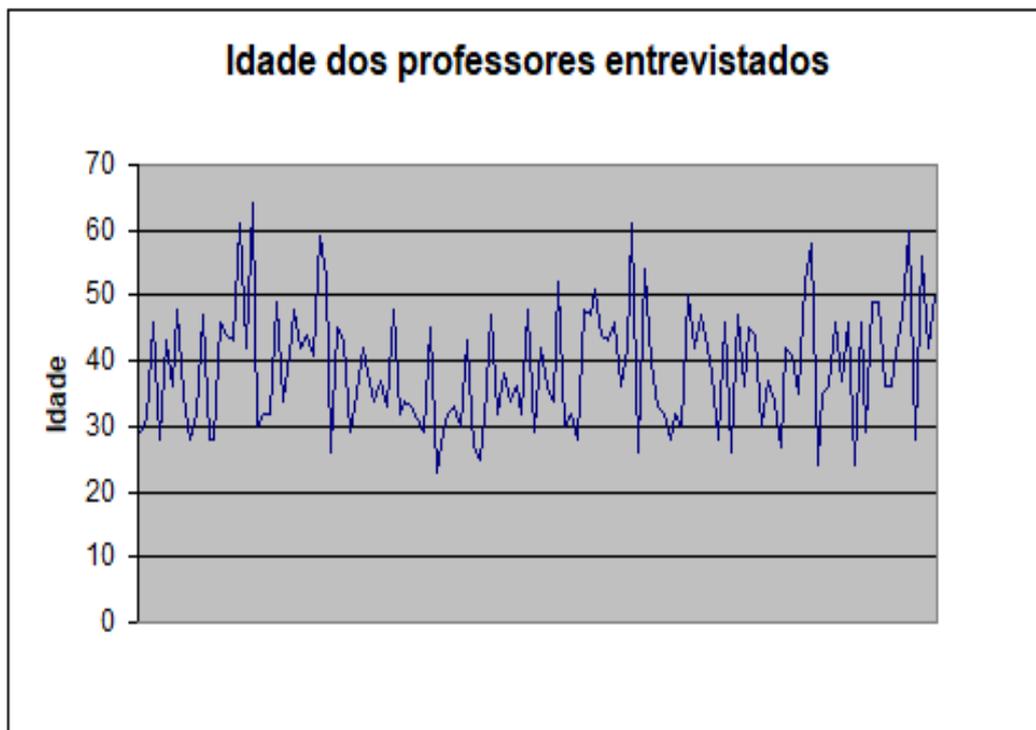


Fonte: Arquivo Pessoal.

Dos questionários respondidos, 71,5% dos entrevistados são do sexo feminino e 28,5% do sexo masculino, conforme mostrou o Gráfico1. Essa constatação tem ligação direta com a pesquisa da UNESCO, ocorrida em 2004, onde se destaca o magistério/docência como uma profissão exercida por mulheres, em sua maioria.

Além de o gênero ter destacado a qual sexo a maioria dos entrevistados pertence, também se mostrou a faixa etária em que o grupo de sujeitos envolvidos na pesquisa se engloba (Gráfico 2).

**Gráfico 2 – Faixa etária dos professores entrevistados**

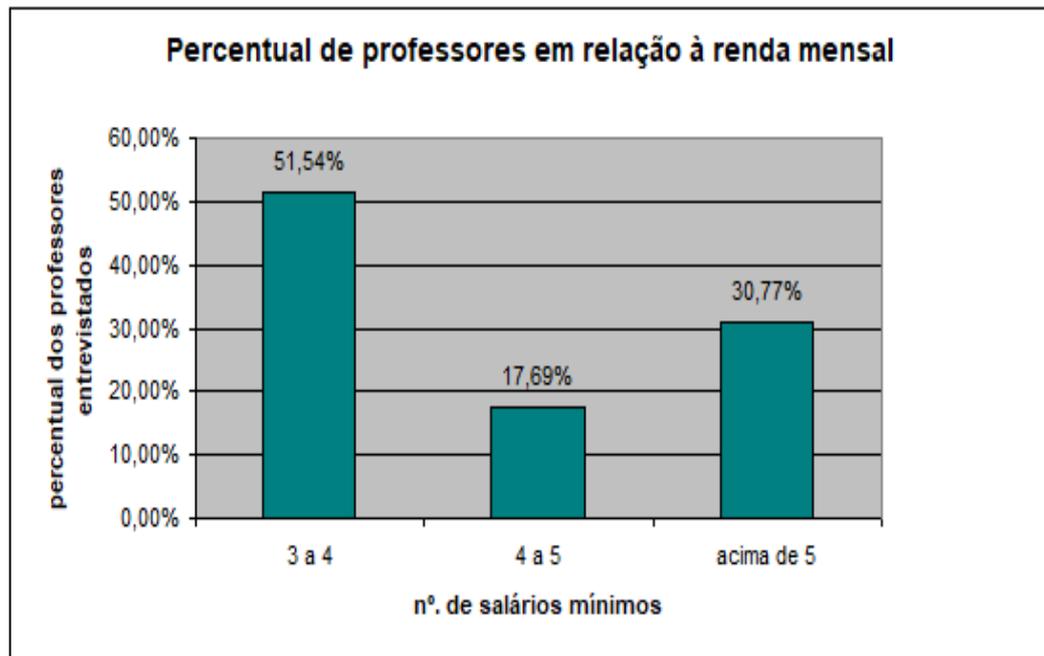


Fonte:

Arquivo Pessoal.

O Gráfico 2 apresenta, em média, a faixa etária dos entrevistados, e esta varia de 23 e 64 anos. A idade média é de 39 anos com desvio padrão de 9,17. Nesse sentido, são, na maioria, mulheres entre 23 e 64 anos, podendo-se apresentar em dois extremos: algumas, já em final de carreira; e outras em início.

O Gráfico 3 se direciona à renda mensal dos professores entrevistados.

**Gráfico 3 – Percentual de professores entrevistados em relação à renda mensal**

Fonte: Arquivo Pessoal.

Conforme apresenta o Gráfico 3, de todos os professores entrevistados, 51,54% recebem de 3 a 4 salários, 17,69% recebem de 4 a 5 salários e 30,77% acima de 5 salários, considerando o salário mínimo, em 2017, ser no valor de R\$ 937,00 (novecentos e trinta e sete reais).

Essa informação servirá de base para discussão, a partir do momento que se especificar a carga horária desses profissionais, aspecto que mostrará se a busca por melhoria das condições salariais está diretamente voltada à carga horária excessiva de trabalho, ou não.

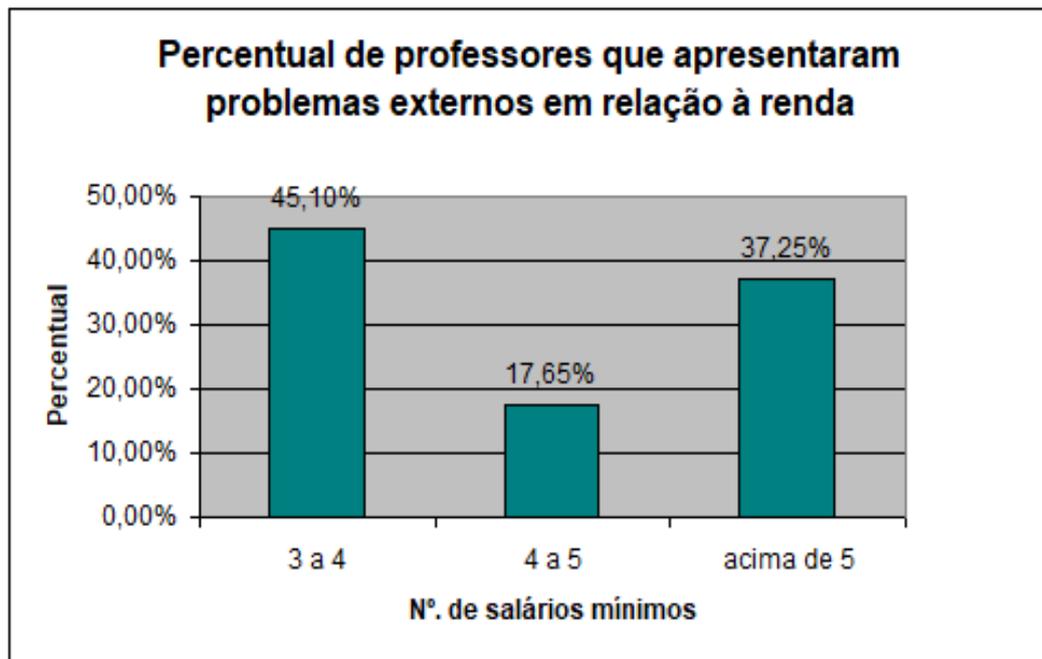
Mesmo não sendo elaborado gráfico, para o quesito “forma de contrato de trabalho”, o questionamento constou no formulário respondido pelos participantes, que, em relação à situação contratual, responderam: 73,07% são efetivos (por concurso público), 24,62% são contratados por Designação Temporária e 2,31% possuem ambos os vínculos (efetivos e DTs).

Esse dado acrescentou a relevância do compromisso com o trabalho, já que sendo a maioria estatutária seu vínculo, até determinado ponto é indissolúvel, ou seja, ele é profissional integrante do quadro efetivo da escola em que trabalha, seu

desempenho será avaliado a cada ano e conseqüentemente, este estará desempenhando suas funções conforme regimentado em seu contrato trabalhista.

Além dos aspectos inerentes à caracterização profissional, há relatos de profissionais que apresentam problemas pessoais, externos ao trabalho.

**Gráfico 4 – Percentual de professores entrevistados que manifestaram ter tido problemas externos ao trabalho nas últimas semanas/ dias**



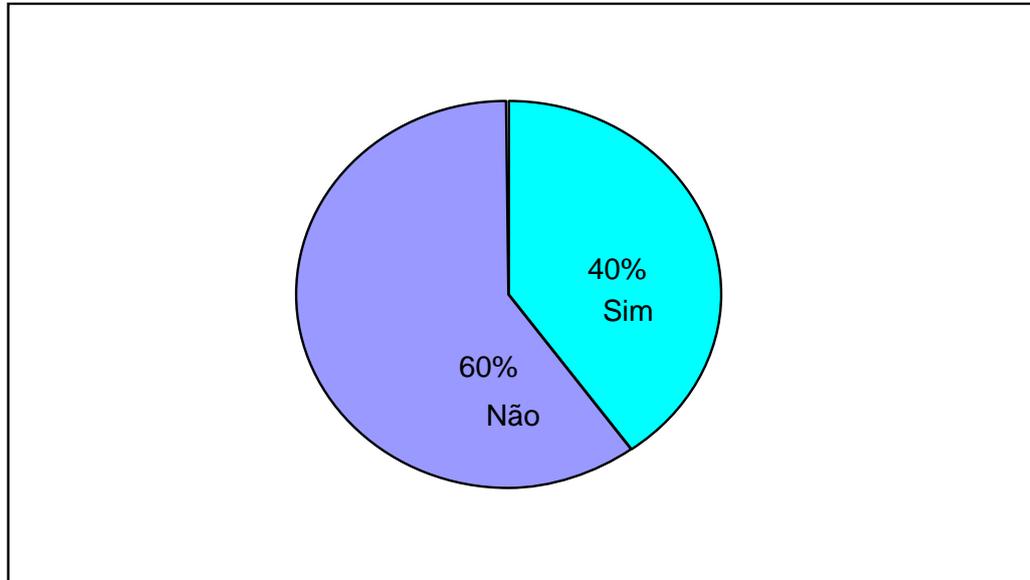
Fonte: Arquivo Pessoal.

O Gráfico 4 mostra a predominância de professores que responderam ter problemas externos ao trabalho, os que recebem de 3 a 4 salários mínimos. Essa situação acomete não somente aos professores, como também a população em geral. O baixo valor da renda mensal acaba por gerar preocupações, o que faz com que o professor, profissional em foco, deixe de atuar como deveria, ou seja, esse aspecto acaba influenciando em sua relação com os alunos e com os colegas, sem contar o nível de estresse que acaba desenvolvendo.

A jornada excessiva de trabalho e as poucas condições financeiras a que está sujeito o professor impossibilitam que ele tenha momentos de lazer, ou mesmo de praticar alguma atividade física, informação explorada no Gráfico.5; e

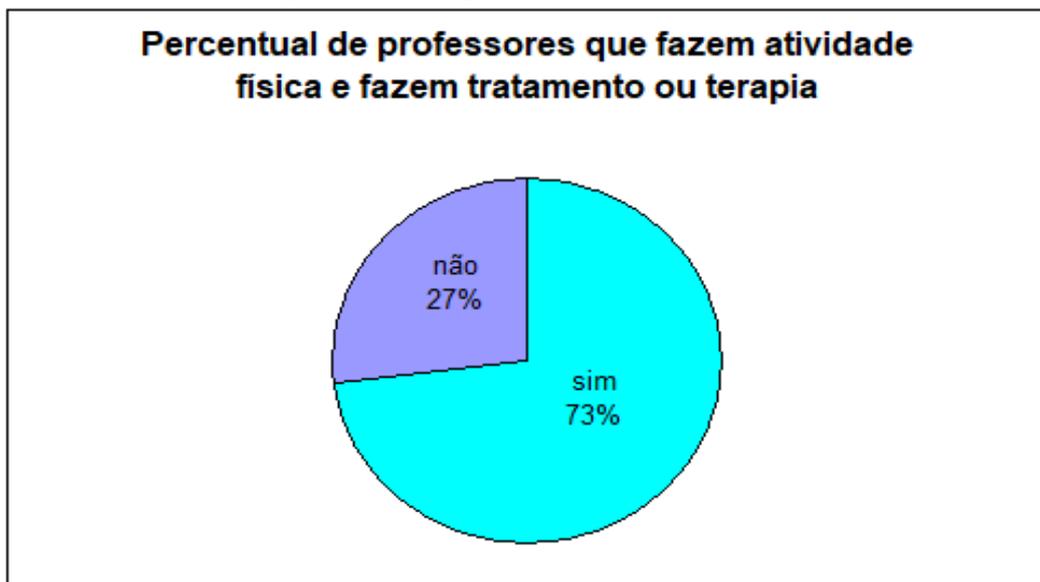
consequentemente, são encaminhados por especialista (conforme o Gráfico 6) ao desenvolvimento destas.

**Gráfico 5 – Percentual de professores entrevistados em relação à prática de atividade física.**



Fonte: Arquivo Pessoal.

**Gráfico 6 – Percentual de professores entrevistados em relação à prática de atividade física e que já fizeram algum tipo de tratamento ou terapia**



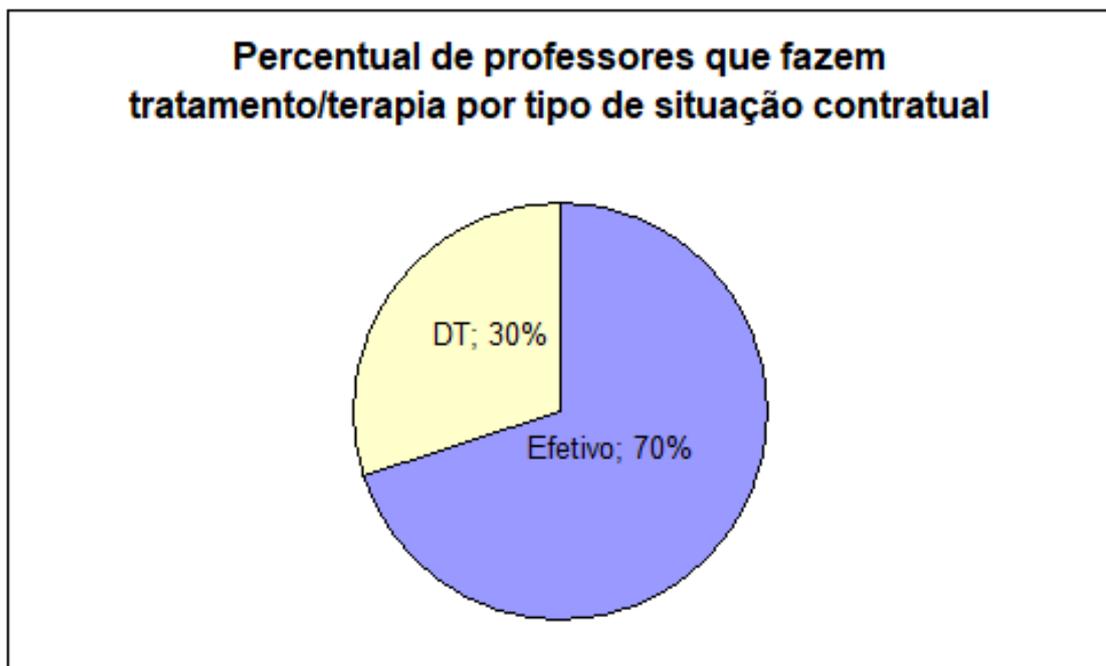
Fonte: Arquivo Pessoal.

Dos professores entrevistados, 40% responderam praticar atividade física. Destes, 76,9% tem carga horária menor ou igual a 50 horas e aproximadamente 73%

responderam que não fazem algum tipo de tratamento ou terapia, conforme mostra Gráficos 5 e 6.

A partir desses dados, entende-se que a falta de tempo, devido ao excesso de horas laborais, é a principal influência de ausência da prática de atividade física. Entretanto, no Gráfico 6, há a predominância de profissionais que por determinação de tratamentos acabam por aderir à essa prática, mas não como deveriam, já que a atividade física deve ser premissa de toda e qualquer pessoa interessada em manter-se disposta através de hábitos de vida saudável.

**Gráfico 7– Percentual de professores entrevistados que precisam de tratamento/terapia por situação contratual**

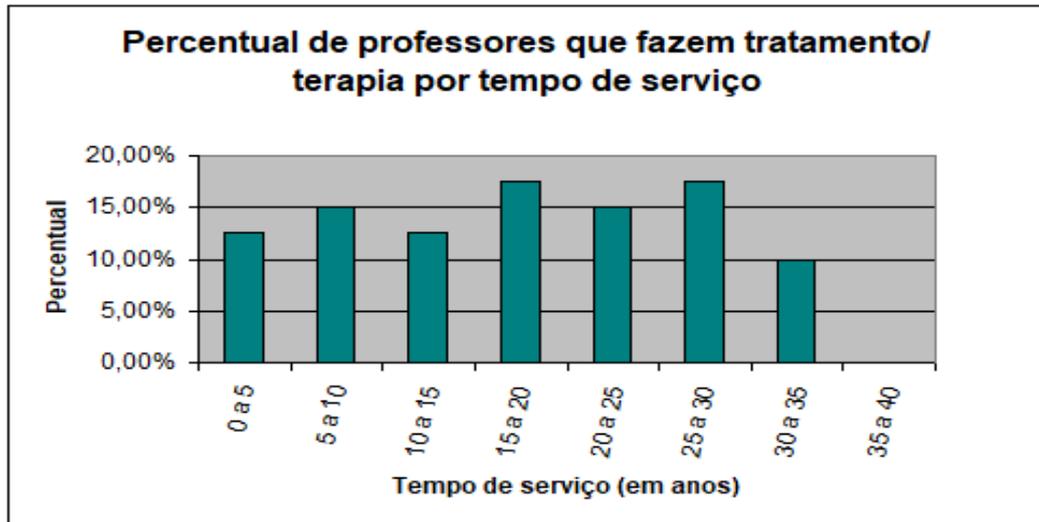


Fonte: Arquivo Pessoal.

Dos entrevistados, 30,77% fazem algum tipo de tratamento ou terapia. Destes, 27,5% trabalham os três turnos e 20% trabalham no turno matutino e vespertino, 65% tem mais de 35 anos de idade sendo que destes, 70% correspondem a professores com situação contratual efetivo e 30% professores sob o regime de designação temporária (DT), conforme mostra Gráfico 7. Essa constatação nos leva a seguinte hipótese: o professor efetivo, como é maioria nas escolas, tem um grau maior de exposição, pois suas responsabilidades são mais prolongadas, em relação ao seu vínculo com o Estado. Já o professor DT, tem a preocupação maior em

relação a se manter na docência, já que a rotatividade o expõe a não conseguir ser contratado no ano seguinte, o que causa estresse de forma diferenciada.

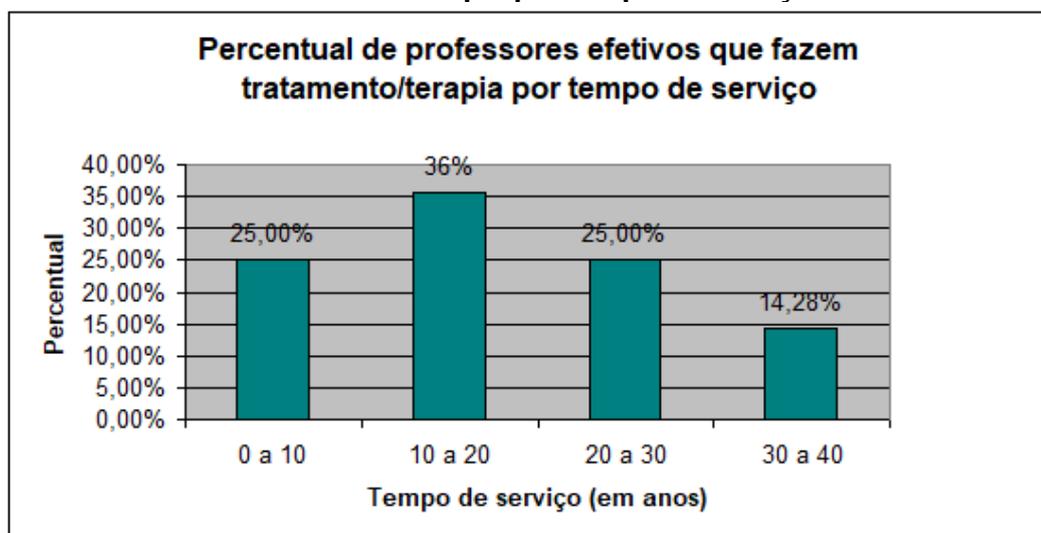
**Gráfico 8 - Percentual de professores entrevistados que precisam de tratamento/terapia por tempo de serviço.**



Fonte: Arquivo Pessoal.

Dos professores que fazem algum tipo de tratamento ou terapia, verifica-se através do Gráfico 8 que há uma predominância de professores que possuem de 15 a 20 e de 25 a 30 anos de tempo de serviço. Assim, o tempo de serviço, acima de 15 anos é preponderante para que o professor tenha agravos à saúde e busca ajuda especializada nesse sentido.

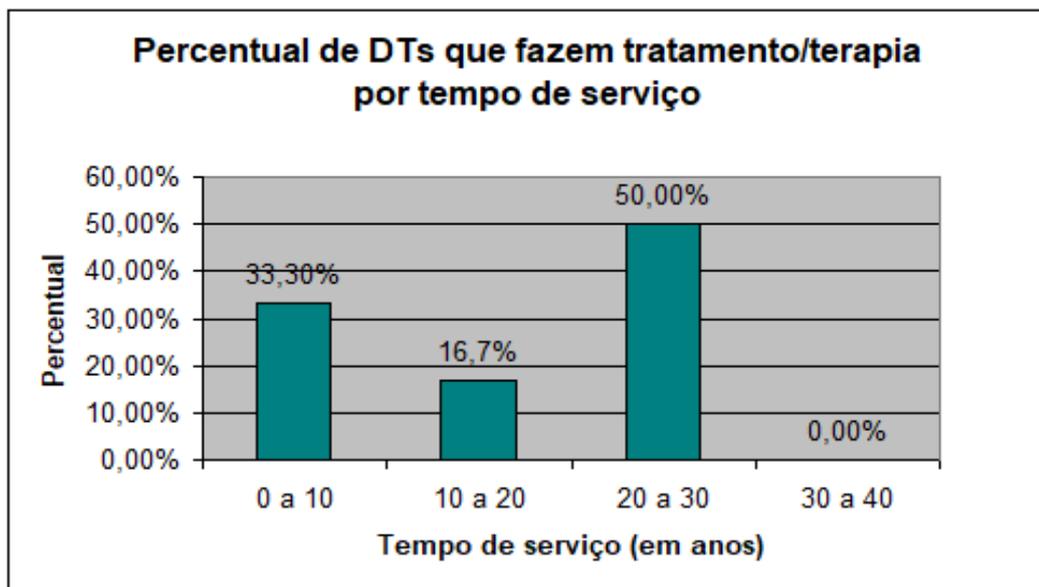
**Gráfico 9 - Percentual de professores efetivos que precisam de tratamento/terapia por tempo de serviço**



Fonte: Arquivo Pessoal.

Dos professores efetivos que fazem algum tipo de tratamento ou terapia, verificamos através do Gráfico 9 que há uma predominância que possuem de 10 à 20 anos de tempo de serviço. Esse dado ratifica o que já se expôs em outros momentos deste capítulo, uma vez que o profissional efetivo tem cobranças contínuas, já que seu cargo está efetivo em determinada escola. Os encargos passam a ser maiores e em menos anos acaba recorrendo às terapias para sanar seus problemas de ordem profissional.

**Gráfico 10 - Percentual de professores entrevistados DTs que precisam de tratamento/terapia por tempo de serviço**

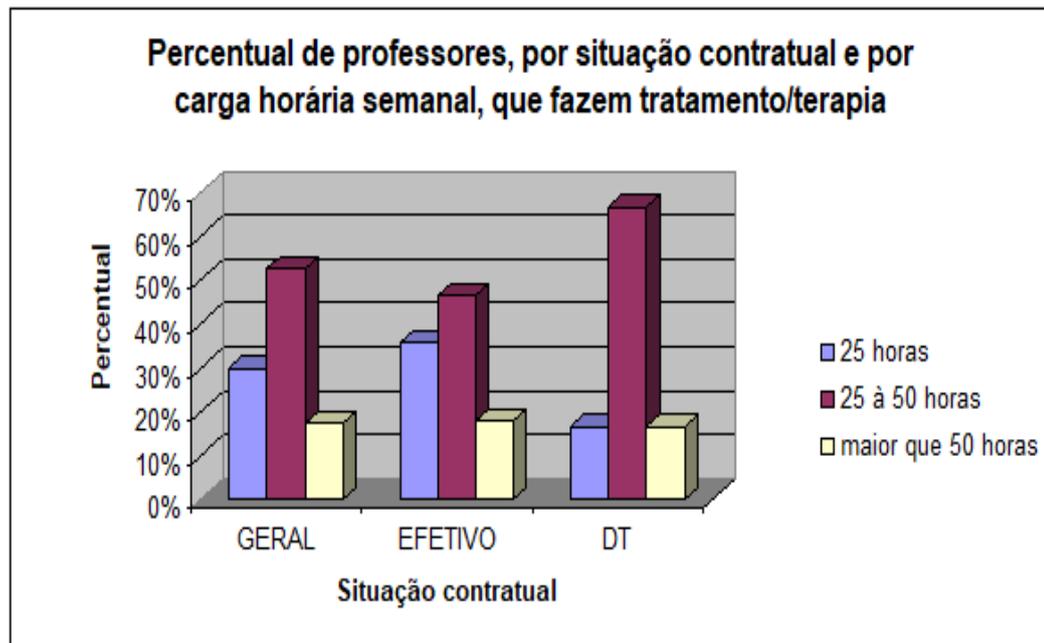


Fonte: Arquivo Pessoal.

Dos professores de designação temporária que fazem algum tipo de tratamento ou terapia, verifica-se através do Gráfico 10 que há uma predominância de professores que possuem de 20 a 30 anos de tempo de serviço, representam 58%. Mesmo alimentando uma situação de instabilidade funcional há tanto tempo, o professor contratado em Designação Temporária tem menos responsabilidades nas escolas em que trabalha, pois seu desempenho não sofre avaliação necessária a sua contratação.

Ele depende de processo seletivo a cada ano, sua responsabilidade se concentra no período de dez meses em cada escola, diferentemente do efetivo, que a terá a cada ano durante o período em que sua cadeira estiver lotada na escola escolhida quando assumiu suas funções, após concurso público.

**Gráfico 11 - Percentual de professores entrevistados, por situação e por carga horária semanal, que precisam de tratamento/terapia por tempo de serviço.**

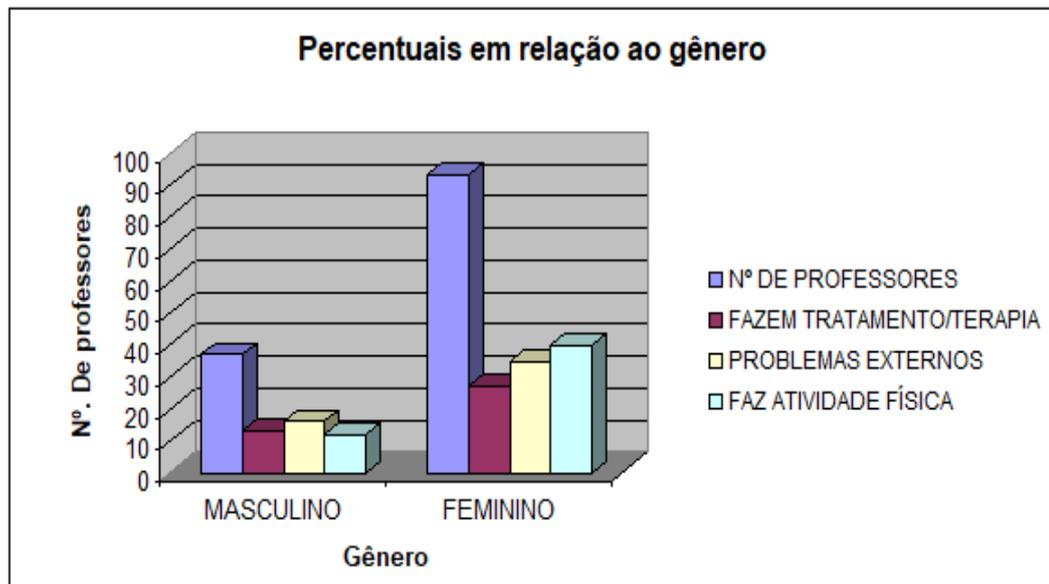


Fonte: Arquivo Pessoal.

O Gráfico 11 faz a relação do percentual de professores em geral e separados por situação contratual que fazem algum tipo de tratamento ou terapia relacionando com a carga horária de trabalho semanal. Verificamos através do gráfico, que o maior percentual de professores que fazem tratamento/terapia em todas as categorias (geral, efetivo e DT) concentra-se aos que tem carga horária semanal de 25 a 50 horas. Comparando apenas as categorias de professores Efetivos e DTs, este percentual é maior para os que têm carga horária igual a 25 horas para a categoria Efetivos.

A partir dessa visão geral, a maioria dos professores efetivos consegue trabalhar com a carga horária semanal de 25 horas. Já os contratados em Designação Temporária apresentam uma carga horária bem maior, justamente em função da necessidade de se manter na rede estadual e de se manter financeiramente, já que não possuem as mesmas vantagens que os efetivos (contidas em leis contratuais específicas para Plano de Carreira do Magistério Efetivo) e têm seu contrato rescindido ao final do ano letivo. Os percentuais são compatíveis com o quantitativo de estatutários e contratados da rede pública estadual do Espírito Santo.

**Gráfico 12 - Percentual de professores entrevistados em relação ao gênero.**

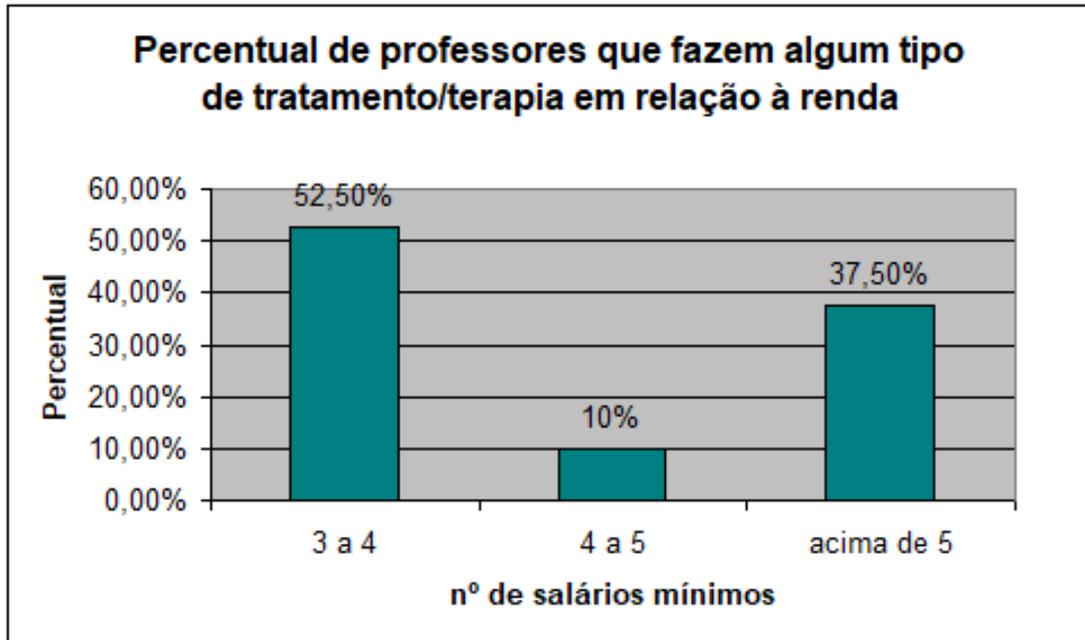


Fonte: Arquivo Pessoal.

O Gráfico 12 faz uma comparação de gênero em relação às questões relacionadas à saúde. Em relação ao sexo masculino cerca de 35% fazem algum tipo de tratamento ou terapia, 43% responderam ter tido problemas externos ao trabalho e 32% fazem atividade física. Já para o sexo feminino cerca de 29% fazem algum tipo de tratamento ou terapia, 37% responderam ter tido problemas externos ao trabalho e 43% fazem atividade física.

Ainda partir do Gráfico 12 as professoras se colocam sob mais risco em relação à saúde, já que são a maioria, de acordo com o Gráfico 1 e ainda assim não buscam formas terapêuticas e a prática de atividades físicas como melhoria para sua qualidade de vida e saúde.

**Gráfico 13 - Percentual de professores entrevistados, que precisam de tratamento/terapia em relação à renda.**



Fonte: Arquivo Pessoal.

Quando se compara o percentual de professores que precisaram fazer algum tratamento ou terapia e a renda, há uma predominância nos que recebem de 3 à 4 salários, acompanhado de professores que recebem acima de 5 salários mínimos. Dos professores que recebem acima de 5 salários mínimos e que fazem algum tipo de tratamento ou terapia, 80% são do sexo masculino e 46,7% trabalham dois turnos e 53,3% trabalham três turnos, conforme apresenta o Gráfico 13.

Nesse sentido, o aspecto salarial é uma preocupação dos professores, que conseqüentemente acabam assumindo uma carga horária extensa em função de obter mais ganhos, mas acabam obtendo prejuízos a saúde a partir de sua atitude.

### 5.1 ALTERNATIVAS DE PREVENÇÃO GERADAS PELA DOCÊNCIA

O desgaste, estresse, Burnout e exaustão são termos cada vez mais usados pela população em geral e principalmente pelos profissionais da área de educação (VEDOVATO; MONTEIRO, 2008).

Nesse sentido, a escolha da profissão pode gerar dúvidas e ansiedade. Variáveis como: sobrecarga de trabalho, tempo de serviço, grande investimento pessoal, com

sacrifício de tempo com familiares, amigos, lazer ou quaisquer outras atividades e a necessidade de complementar a formação com cursos de pós-graduação podem ser desencadeantes do desgaste.

A alta incidência de desgaste evidenciada nos 130 professores que responderam ao questionário aplicado suscita a preocupação e a necessidade de intervenções preventivas e curativas. Esses dados se colocam como uma preocupação que deveria perfazer o contexto escolar.

Conforme apresentado na pesquisa, o acúmulo de situações estressantes no contexto de trabalho do docente faz com que haja o desgaste físico e psicológico. Algumas dessas situações são geradas por estímulos que são claramente perceptíveis como um conflito expresso abertamente, porém muitas situações provêm de estímulos que passam despercebidos, e esses são, em geral, os que geram maiores riscos, pois o indivíduo sente apenas as consequências que decorrem da exposição a eles.

O adoecimento de professores, no contexto atual, se sobressai em decorrência de fatores inerentes à profissão e que, a sua causa é resultado produzido por: baixos salários, sobrecarga de trabalho, baixa estima, extensa carga horária e cobranças de alunos e da instituição em que leciona (ULRICH, 2005).

Em consequência desses fatores, surgem problemas à saúde física e mental, tais como: sensação de estar fora do ar, dores nas costas, ausência da voz, tremores musculares, hipoglicemia, pânico, entre outros.

Reiterando as ideias iniciais, indicando que há meios possíveis para se minimizar tais problemas decorrentes do estresse no contexto de trabalho do docente, como: o investimento institucional na contratação de mais profissionais, evitando a sobrecarga de trabalho e a carga horária excessiva; a valorização profissional, com salários compatíveis às necessidades dos profissionais, bem como a implantação de programas de autoestima e motivação dos profissionais; projetos que desenvolvam uma integração interpessoal, melhorando as relações pessoais na instituição; e a

preparação docente em relação à uma formação que lhe subsidie no lidar com alunos que apresentem dificuldades de aprendizagem.

Conjuntamente são atitudes que, mesmo a longo prazo visam uma melhoria na saúde e na qualidade de vida dos profissionais aqui enfocados.

Como sugestão, algumas ações podem ser revistas e melhoradas para intento da diminuição da incidência de doenças em docentes.

A primeira ideia é que o sistema educacional proporcione melhores remunerações aos seus profissionais da educação, uma vez que a busca por maior jornada de trabalho é no sentido de obter qualidade em sua subsistência.

Também, nesse sentido, destaca-se a necessidade de melhorias na distribuição da carga horária dos professores, implementando mais horários de planejamento, para que possa realizar seus trabalhos e afazeres no local de trabalho, sem que necessite levar para seu domicílio atividades extras (PRYJMA; OLIVEIRA, 2016).

A oportunidade de acompanhamento psicológico e de saúde física é outra sugestão, uma vez que a adoção e incorporação de médicos e psicólogos (psiquiatras) no atendimento gratuito a professores da rede estadual de ensino visaria a detecção e tratamento de malefícios à saúde de forma otimizada, diminuindo, inclusive os gastos com contratação de outros profissionais para a substituição em atestados e licenças médicas.

A partir dessas ações, simples, e de outras possíveis, entende-se que o professor possa gozar de uma melhoria na sua qualidade de vida pessoal e profissional, podendo se estressar menos e se dedicando mais a momentos em família e em sociedade.

A educação deve se voltar a procedimentos avaliativos, a aquisição de recursos metodológicos inovados, a implantação de tecnologia em suas escolas, a melhoria da estrutura física dos prédios escolares, mas enquanto seus profissionais estiverem adoecendo (ou doentes, de fato) de nada adianta tentar caminhar, pois como

sujeitos, também desse processo de desenvolvimento educacional, os docentes necessitam de ajuda, de um sistema que possa os perceber de forma mais valorizada, mais digna e humanizada.

## 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A docência, responsável pelo direcionamento das demais profissões vem se tornando desgastante por uma série de fatores apresentados nessa pesquisa, como: baixa remuneração que leva os docentes ao trabalho exaustivo; jornada de trabalho muito extensa; exposição a ruídos; insegurança nos locais de trabalho; indisciplina escolar e ausência da família dos alunos na escola, que dificulta a relação família-escola.

Essas situações causam abalo a saúde física e mental do professor, levando-o ao estresse e em alguns casos, ao afastamento parcial ou total das suas atividades docentes. Os problemas elencados podem ser atenuados com projetos envolvendo a família e especialmente as políticas públicas que norteiam a educação.

É importante ressaltar a parceria da Secretaria de Educação e da Secretaria de Saúde, no sentido de direcionar ações preventivas, como: realizar exames periódicos com os docentes, bem como atividades físicas laborais no sentido de atenuar a rotina de trabalho no sentido de orientar os professores a exercícios de respiração, de aquecimento vocal, de meditação, bem como de alimentação e cuidados com a saúde física e psicológica, explicando sintomas comuns de doenças que possam vir a acometê-los.

Nos casos de docentes já em processo de patologias existentes, seria necessário apoio e atendimento em suas peculiaridades. Além da readaptação é importante o profissional se sentir valorizado. A comunidade escolar deve apresentar um clima organizacional agradável, pois é onde os professores passam a maior parte de seu tempo

A valorização financeira é outro ponto importante, pois salários irrisórios desencadeiam jornadas excessivas de trabalho e isso contribui bastante para que o professor caia no desânimo, no estresse e adoença.

Os objetivos específicos foram atendidos, pois foi possível através da pesquisa bibliográfica e da pesquisa de campo, nas escolas de Ensino Médio participantes de Nova Venécia, as situações que comprometem a saúde dos professores. Também foi possível verificarmos que as situações de adoecimento podem ser minimizadas e tratadas, de maneira preventiva e a partir de um plano de carreira que beneficie os docentes em alguns aspectos, como: salários dignos, momentos de atividades físicas laborais, exames periódicos de rotina e outros.

Finalmente, entendemos que a prevenção de doenças profissionais acometidas pelos docentes, aqui especificamente elencadas nos do Ensino Médio, requer ações contínuas voltadas à sua saúde. A humanização profissional e a motivação à melhoria são pontos preponderantes para que esses profissionais possam prosseguir de maneira saudável e qualitativa seu caminho em prol de uma sociedade melhor.

## REFERÊNCIAS

ARAÚJO, T. M.; SILVANY-NETO, A. M. (Orgs.). **Condições Trabalho e Saúde dos Professores da Rede Particular de Ensino**. Salvador, set. 2008.

ARAÚJO, T.M. et al. **Mal-estar docente**: avaliação de condições de trabalho e saúde em uma instituição de ensino superior. *Revista Baiana de Saúde Pública*, v.29, n.1, p. 6-21, jan./jun., 2005.

BAIÃO, L.P.M. e CUNHA, R.G. **Doenças e/ou disfunções ocupacionais no meio docente**: uma revisão de literatura. *Revista Formação@Docente*. Belo Horizonte – vol.5, n 1, jan/jun 2013.

BARBIERI, Marisa Ramos. **Formação continuada dos profissionais de ensino**: algumas considerações. *Cadernos Cedes*, Campinas, SP, n. 36, p. 29-35, 2014.

BATISTA, Jaqueline Brito Vidal *et al.* Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sócio demográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. **Revista brasileira de epidemiologia**. v. 13, n. 3, Set. 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbepid/v13n3/13.pdf>>. Acesso em: 24 jul. 2017.

BISCONSINI, Camila Rinaldi; FLORES, PatricPaludett; OLIVEIRA, Amauri Aparecido Bássoli de. **Formação inicial para a docência**: o estágio curricular supervisionado na visão de seus coordenadores. **J. Phys. Educ.**, Maringá , v. 27, e2702, 2016. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2448-24552016000100102&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-24552016000100102&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 26 ago. 2017.

BRASIL, BRASÍLIA. **LDB-Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional**. 1996. \_\_\_\_\_**.CONSELHO NACIONAL DE EDUCAÇÃO. Parecer 022/98. Diretrizes curriculares nacionais para a educação infantil**. Brasília, 1998.

CARLOTO, Mary Sandra. **A Síndrome de Burnout e o Trabalho Docente**. *Revista Psicologia em Estudo Maringá* v.7, n.1 p. 21-29. jan/jun 2002.

\_\_\_\_\_. A síndrome de Burnout e o trabalho docente. **Psicologia em estudo**. Online, v. 7, n. 1, p. 21-29, 2002.

CODO, W. (Org.). **Educação**: carinho e trabalho. Petrópolis: Vozes, 2009.

COSTA, Patrícia Gomes da. **Docência e doença**: condições de trabalho e qualidade de vida dos professores de 5ª a 8ª séries da rede municipal de Ipatinga. 2007. 109f. Dissertação (Mestrado em Meio Ambiente e Sustentabilidade) - Centro Universitário de Caratinga - UNEC - Caratinga. Disponível em: [www.bibliotecadigital.unec.edu.br/ojs/index.php/unec03/article/view/289/365](http://www.bibliotecadigital.unec.edu.br/ojs/index.php/unec03/article/view/289/365). Acesso em 25 de out.2017.

CURY, Augusto Jorge. **Pais brilhantes, professores fascinantes**. Rio de Janeiro: Sextante, 2003.

DELCOR, N. S.; ARAÚJO, T. M.; REIS, E. J. F. B. et al. Condições de trabalho e saúde dos professores da rede particular de ensino de Vitória da conquista, Bahia, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v.20, n.1, jan./fev. 2004, p. 187-196.

FONSECA, João José Saraiva. **Metodologia da pesquisa científica**. Fortaleza: UEC, 2002.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia**. 35. Ed. São Paulo: Terra e Paz. 2007.

FREITAS, Maria Aparecida de Oliveira et al. **Docência em saúde**: percepções de egressos de um curso de especialização em Enfermagem. *Interface*, Botucatu, v. 20, n. 57, p. 427-436, jun. 2016. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S141432832016000200427&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141432832016000200427&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 26 ago. 2017.

GADOTTI, Moacir. **História das Ideias Pedagógicas**. São Paulo: Ática, 2009.

GASPARINI, S. M.; BARRETO, S. M.; ASSUNÇÃO, A. A. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 31, n. 2, maio/ago. 2005. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ep/v31n2/a03v31n2.pdf>. Acesso em 12 de jul. 2017.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 1999.

\_\_\_\_\_, Antonio Carlos. **Como elaborar um projeto de pesquisa**. 4.ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GOMES, L. **Trabalho multifacetado de professores/as**: a saúde entre limites. Dissertação (Mestrado) Escola Nacional de Saúde, Fundação Osvaldo Cruz, Rio de Janeiro, 2002. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_nlinks&ref=000096&pid=S1415-790X201100020000900003&lng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=000096&pid=S1415-790X201100020000900003&lng=pt). Acesso em 12 de jun. 2017.

HOCAYEN-DA-SILVA, Antônio João. **Perfil profissional e práticas de docência nos cursos de administração**: por onde andam as novas tecnologias do ensino superior?. **RAM, Rev. Adm. Mackenzie** [online]. 2010, vol.9, n.5, pp.155-178. ISSN 1678-6971.

JÚNIOR, Carlos Moraes Jatobá Barreto; DÓSEA, Giselle Santana; BARRETO, Luciana Pereira de Souza Jatobá. O sofrimento do professor portador de lesões por esforço repetitivo e doenças osteomusculares relacionadas ao trabalho : Um relato de caso. **Rios Eletrônica - Revista Científica da FASETE**, ano 7 n. 7 dezembro de 2013. Disponível em: [http://www.fasete.edu.br/revistarios/media/revistas/2013/o\\_sofrimento\\_do\\_profesor\\_portador\\_de\\_lesoes\\_por\\_esforco\\_repetitivo.pdf](http://www.fasete.edu.br/revistarios/media/revistas/2013/o_sofrimento_do_profesor_portador_de_lesoes_por_esforco_repetitivo.pdf). Acesso em 15 de nov. 2017.

- LIPP, M.N *et al.* **Como enfrentar o stress**. 2. ed. Campinas: Ícone, 2007.
- \_\_\_\_\_. **O stress do professor**. Campinas: Papirus, 2002.
- MASLACH, C. **Maslach Burnout Inventory**. 2. ed. California: Consulting Psychologists Press, 1984. Tradução.
- \_\_\_\_\_. **Maslach Burnout Inventory Manual**. 3. ed. Mountain View, CA: CPP, Inc, 1986.
- MASLACH, Christina et al. **Job burnout**. *Annual Review of Psychology*, v. 52, p. 397-422, 2007.
- MELLO, Guiomar Namó de. **Políticas públicas de educação**. *Estud. av.*, São Paulo, v. 5, n. 13, p. 7-47, dez. 2014. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-40141991000300002&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-40141991000300002&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 26 ago. 2017.
- MONTEIRO, Vanessa Cavalcante Tavares. **O trabalho docente e a Síndrome de Burnout**. *Pesquisa da Educação: Desenvolvimento, Ética e Responsabilidade Social*. Alagoas:PPGE, 2006.
- MURARI, Jonas Braz et al. **História, geografia e organização social e política do município de Nova Venécia**. Vitória-ES: Brasília Editora Ltda., 1992.
- PINTO, Maria Alice. **As representações sociais dos professores sobre o sujeito/profissão docente**. Vitória, 2003, 156 p. Dissertação de Mestrado (Mestrado em Educação) – Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória, 2003.
- PRYJMA, Marielda Ferreira; OLIVEIRA, Oséias Santos de. **O desenvolvimento profissional dos professores da educação superior: reflexões sobre a aprendizagem para a docência**. *Educ. Soc.*, Campinas, v. 37, n. 136, p. 841-857, set. 2016. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0101-73302016000300841&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-73302016000300841&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 26 set. 2017.
- RANIERI, Nina. **Autonomia Universitária**. São Paulo: Edusp, 2000.
- SANTINI, Joarez. Síndrome do esgotamento profissional *Revisão Bibliográfica*. **Movimento**, Porto Alegre, v. 10, n. 1, p. 183-209, janeiro/abril de 2004. Disponível em: <http://seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/2832>. Acesso em 29 maio 2017.
- SILVEIRA, Kelly Ambrosio et. al. **Estresse e enfrentamento em professores: uma análise da literatura**. *Educação em Revista*, Belo Horizonte, v.30|n.04|p. 15-36 |Outubro-Dezembro 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/edur/v30n4/02.pdf>. Acesso em: 12 dez. 2017.
- TIBA, Içami. **Disciplina: limite na medida certa**. *Novos paradigmas/Ed.rev. atual.e ampl.* S. Paulo: Integrare Editora, 2006.
- ULRICH, Elizabeth. **Percepções de professores universitários sobre as relações interprofissionais que levam a estresse**. Florianópolis, 2005, 147 p. Dissertação de Pós-Graduação (Pós-graduação em Psicologia no Centro de Filosofia e Ciências

Humanas) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2005. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/102002>. Acesso em 23 set. 2017.

UNESCO - **Pesquisa mostra perfil do professor brasileiro**. Publicado em 24/05/2004. Disponível em: <http://www.crmariocovas.sp.gov.br/noticia.php?it=5313>. Acesso em: 10 jun. 2016.

VEDOVATO, T. G.; MONTEIRO, M. I. Perfil sócio demográfico e condições de saúde e trabalho dos professores de nove escolas estaduais paulistas. **RevEscEnferm USP**, v. 42, n. 2, 2008.

WITTER, Geraldina Porto. **Professor-estresse: análise de produção científica**. Psicol. Esc. Educ. (Impr.), Campinas, v. 7, n. 1, p. 33-46, June 2013. Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-85572003000100004&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-85572003000100004&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 30 set.. 2017.

ZANARDI, Gabriel Seretti. Os professores e suas faltas: sinais da precarização da carreira docente. **Revista do Programa de Pós-Graduação em Educação: Universidade Federal de Mato Grosso do Sul**, 2009. Disponível em: <http://www.seer.ufms.br/index.php/intm/article/view/2471>. Acesso em 15 de nov. 2017.

## **APÊNDICES**

## APÊNDICE A: SOLICITAÇÃO E CIÊNCIA DE AUTORIZAÇÃO PARA A PESQUISA



**PROGRAMA DE PÓS GRADUAÇÃO STRICTO SENSU  
MESTRADO PROFISSIONAL EM CIÊNCIA, TECNOLOGIA E EDUCAÇÃO**  
Reconhecido pela Portaria MEC/CNE nº 256 de 15/02/2017 publicada no D.O.U. de 16/02/2017

### SOLICITAÇÃO DE AUTORIZAÇÃO PARA PESQUISA

São Mateus (ES), 25 de novembro de 2017.

Prezado (a) Senhor (a)

Eu, **Douglas Magno Eleotério Tamiasso**, aluno (a) do curso de **Mestrado Profissional em Ciência, Tecnologia e Educação** da **Faculdade Vale do Cricaré**, solicito ao Diretor da E.E.E.M "Dom Daniel Comboni", autorização para realizar pesquisa, com o objetivo de desenvolver trabalho do Mestrado. Contando com a autorização de V.S.<sup>a</sup> colocamo-nos à disposição para qualquer esclarecimento.

Atenciosamente,

Assinatura do(a) Pesquisador (a)



Secretária  
**Luzinete Duarte**  
Secretária do Mestrado  
Portaria DG 002/2012  
Faculdade Vale do Cricaré

ciência em 13/12/2017  
**Hélio Pettene**  
DIRETOR ESCOLAR  
DESIGNADO PELA PORTARIA Nº 3659-S  
PUBLICADA NO DIÁRIO OFICIAIS DE 03/01/2016  
Nº FUNCIONAL 285230 VINCULO 05 51 E 02



**PROGRAMA DE PÓS GRADUAÇÃO STRICTO SENSU  
MESTRADO PROFISSIONAL EM CIÊNCIA, TECNOLOGIA E EDUCAÇÃO**  
Reconhecido pela Portaria MEC/CNE nº 256 de 15/02/2017 publicada no D.O.U. de 16/02/2017

**SOLICITAÇÃO DE AUTORIZAÇÃO PARA PESQUISA**

São Mateus (ES), 25 de novembro de 2017.

Prezado (a) Senhor (a)

Eu, **Douglas Magno Eleotério Tamiasso**, aluno (a) do curso de **Mestrado Profissional em Ciência, Tecnologia e Educação da Faculdade Vale do Cricaré**, solicito ao Diretor da E.E.E.M “Maria Dalva Gama Bernade”, autorização para realizar pesquisa, com o objetivo de desenvolver trabalho do Mestrado.

Contando com a autorização de V.S.ª colocamo-nos à disposição para qualquer esclarecimento.

Atenciosamente,



\_\_\_\_\_  
Assinatura do(a) Pesquisador (a)

\_\_\_\_\_  
Secretária  
**Luzinete Duarte**  
Secretária do Mestrado  
Portaria DG 002/2012  
Faculdade Vale do Cricaré

APÊNDICE B - QUESTÕES PARA ENTREVISTA COM DOCENTES DO ENSINO  
MÉDIO

- 1) Sexo: ( ) Masculino ( ) Feminino
- 2) Idade: \_\_\_\_\_
- 3) Tempo como docente: \_\_\_\_\_ anos
- 4) Carga horária diária: \_\_\_\_\_ horas
- 5) Trabalha em quantas escolas? \_\_\_\_\_
- 6) Quantas vezes se ausentou da função, este ano, por motivo de doença?  
\_\_\_\_\_
- 7) Quantos atestados médicos você apresenta ao setor de RH?
  - a) semanalmente \_\_\_\_\_
  - b) mensalmente: \_\_\_\_\_
  - c) anualmente: \_\_\_\_\_
- 8) Quais causas levam você ao estresse em sala de aula?
  - ( ) conversas paralelas e em alto som
  - ( ) ruídos externos, como: rua, corredor, etc.
  - ( ) desinteresse do aluno pelos estudos
  - ( ) trabalhar em mais de duas escolas
  - ( ) imposições do sistema
  - ( ) Outras. Quais? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- 9) Indique, no espaço a seguir, nome de 3 tipos de
- 9) Você já se ausentou, por motivo de doença, em algum período da sala de aula?
  - ( ) Não
  - ( ) Sim. Em qual cargo ou setor/ cargo. \_\_\_\_\_  
Por quanto tempo? \_\_\_\_\_
- 10) No período em que esteve ausente, houve melhoria em sua saúde? Se desejar comentar. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

11) Relacione, ao menos, 3 doenças que mais o (a) prejudicaram no decorrer da profissão de professor. \_\_\_\_\_/

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

12) Você faz uso de algum medicamento diariamente? \_\_\_\_\_

Qual, e para que doença? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_