

Sintomas de Ansiedade, Depressão e Estresse em Professores Escolares¹

Giovanna Nonemacher

Graduanda em Psicologia IMED, Bolsista PIC/PITI, giovannanonemacher@gmail.com

Karine Klann

Graduanda em Psicologia IMED, Bolsista CNPq, karineklann@outlook.com

Naiana Dapieve Patias

Orientadora, Doutora em Psicologia IMED, naiana.patias@imed.edu.br

Vinícius Renato Thomé Ferreira

Orientador, Doutor em Psicologia IMED, vinicius.ferreira@imed.edu.br

Introdução

Os professores formam uma classe profissional particularmente atingida por problemas de saúde física e psíquica. Fatores como desvalorização do seu trabalho, carga horária excessiva e condições de trabalho precárias, são algumas das causas deste sofrimento (Silva, Coimbra & Yokomisso, 2017). Por conta disso, o presente trabalho tem como objetivo investigar sintomas de ansiedade, depressão e estresse em professores do ensino fundamental.

Metodologia

Foi realizada uma revisão integrativa de artigos científicos publicados entre os anos 2009 à 2019, nas base de dados SciELO (<http://www.scielo.org/php/index.php>), Pepsic (<http://pepsic.bvsalud.org/>) e Lilacs (<http://lilacs.bvsalud.org/>). Para a busca de artigos empregaram-se os seguintes descritores da língua portuguesa, com os seguintes operadores booleanos: professores escolares and depressão or ansiedade or estresse. O principal critério de inclusão foram publicações específicas sobre sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores do ensino fundamental, dos últimos dez anos. Excluíram-se artigos que eram repetidos, que não eram artigos (eg.: teses, dissertações, monografias) ou que não falavam especificamente sobre esse assunto. Encontraram-se, no total, 290 artigos e, após análise dos critérios de inclusão e exclusão, restaram cinco artigos para análise.

Desenvolvimento

A partir da análise realizada verificou-se que a maioria dos estudos não possui o foco exclusivamente para os sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores do ensino fundamental. Muitos deles avaliam questões de bem-estar, habilidades sociais, relações professores-alunos, ou falam sobre a saúde do aluno. Outros, no entanto, estão voltados à saúde física dos trabalhadores.

O estudo de Silva, Coimbra & Yokomisso (2017) teve como objetivo refletir sobre o sofrimento psíquico de professores do ensino fundamental, assim como propor uma estratégia

¹ Os/as autores/as agradecem o auxílio financeiro, por meio do processo n 421252/2016-2, do Edital Universal CNPq.

para sua diminuição. Para isso, realizou-se uma pesquisa qualitativa, em que sete professores, da rede pública de ensino fundamental, foram entrevistados. As entrevistas eram abertas, o que permitia o surgimento de conteúdos emergentes. A análise dos dados foi realizada a partir da Psicanálise de Grupo. Como resultado, identifica-se a violação psíquica entre professores, com os pais e gestores. Isso leva ao isolamento dos docentes, gerando excesso de sofrimento neles. Para modificação desta realidade, os autores sugeriram a construção dos espaços psíquicos compartilhados, com encontros grupais, com a finalidade de compartilhar a palavra de forma respeitosa, identificar as dificuldades e refletir sobre os sentidos das atividades do professor.

Sobre outra perspectiva, Achkar, Leme, Soares e Yunes (2016) realizaram um estudo quantitativo, com o objetivo de correlacionar as habilidades sociais educativas dos professores (HSE), o Burnout e a relação professor-aluno. Participaram 400 professores, que lecionavam no 7º, 8º e 9º ano do Ensino Fundamental, de oito escolas. Eles responderam o Questionário com informações demográficas e nível socioeconômico, a Escala da Relação Professor-Aluno (IHSE-DelPrette), o Inventário de Habilidades Sociais Educativas (IHSE-Del-Prette) e o Inventário de Burnout de Maslach (MBI). Os resultados indicaram que as HSE dos professores se associaram positivamente com a relação professor-aluno e negativamente com o Burnout; este, se correlaciona negativamente com a relação professor-aluno. O estudo contribuiu para avaliar as influências das HSE dos professores e do Burnout sobre a qualidade da relação professor-aluno, o que pode indicar formas para a promoção de intervenções que facilitem o surgimento da resiliência no contexto educativo.

Já Santana e Neves (2017) buscaram identificar, por meio de uma ação integrativa de literatura, se há ações e políticas públicas voltadas à saúde dos professores. Foram encontrados apenas quatro artigos com relatos relacionados à assistência por meio da gestão em Saúde Pública. As quatro experiências apresentadas foram desenvolvidas por: Cerest Estadual (Tocantins), Secretaria de Administração Municipal (Rio de Janeiro), Hospital do Servidor Público Municipal (São Paulo) e no último estudo, realizado em Santa Catarina, não consta qual foi o órgão responsável. A ação promovida em Tocantins estava relacionada às vivências de sofrimento dos trabalhadores; no Rio de Janeiro e em São Paulo o foco foi a saúde vocal dos professores; e, em Santa Catarina, foi a qualidade de vida. Os motivos que geram o mal-estar nos docentes estão relacionados às condições psicológicas e sociais da docência, como precariedade do ambiente de trabalho, sobrecarga nas funções e baixos investimentos. Segundo os autores, estes problemas levam ao absenteísmo, redução da qualidade pedagógica, sofrimento e, às vezes, ao afastamento do professor de suas funções. Apesar dos efeitos negativos, o adoecimento dos docentes é ocultado, gerando uma falta de programas que visem promover maior saúde aos trabalhadores. A falta de registro sobre as dimensões do problema, assim como sua ocultação, contribuem para a manutenção do problema.

Silva e Pinheiro (2017) realizaram um estudo para identificar a percepção dos professores sobre o trabalho e a relação com sua saúde (aspectos físicos, emocionais e organizacionais). Participaram da pesquisa 110 professores do ensino fundamental, sendo a maior parte da amostra composta por mulheres, com média de carga horária semanal de 36 horas. Foi aplicado um questionário semiestruturado contendo 13 questões, com o objetivo de obter dados pessoais e profissionais e aspectos físicos, mentais e organizacionais do trabalho. O estudo é descritivo, exploratório e com método quantitativo. A análise foi realizada por meio de estatística não paramétrica. Os motivos encontrados para justificar a sobrecarga presente nos professores foram que, além de ensinar, havia o planejamento da aula, a correção de trabalhos e provas, a participação em conselhos de classe e as conversas com os pais dos alunos. A atividade que mais demanda esforço físico é relacionada à parte burocrática, sendo o principal queixa as dores na região lombar. Além disso, a presença de cansaço mental está relacionada, principalmente, ao desinteresse dos pais e alunos no ensino. Os sintomas mais presentes foram

falta de memória, irritação e desmotivação. Todos estes sintomas favorecem o surgimento de estresse, ansiedade e depressão, contribuindo para a piora da saúde dos professores.

Os autores Silva e Silva (2012) realizaram um estudo epidemiológico, de natureza descritiva, para verificar as condições de trabalho e saúde dos professores pré-escolares da rede pública de ensino da cidade de Pelotas (RS). Foram 111 professoras entrevistadas, todas do sexo feminino, com carga semanal média de 36 horas. O questionário utilizado para a coleta de dados foi desenvolvido pelos autores do estudo. Ele é composto por 161 questões que avaliam os âmbitos sociodemográfico, econômico, comportamental, nutricional, de saúde e trabalho. Para avaliar o nível de atividade física foi utilizado o Questionário Internacional de Atividade física (IPAQ); para identificar doenças psíquicas comuns, foi aplicado o Self Report Questionnaire (SRQ-20); e o Questionário Nórdico de Sintomas Muscoesqueléticos foi utilizado para identificar sintomas de natureza muscoesquelética. Mais da metade das professoras apresentou sobrepeso, sendo, em sua maioria, insuficientemente ativas no tempo de lazer. As principais queixas foram a falta de materiais e a conservação destes na sala de aula, as pausas insuficientes e a permanência em posições incômodas (agachada e em pé). Destas, 20% não se sentem valorizadas e 19% relataram o desejo de abandonar a profissão. A prevalência de transtornos psiquiátricos menores foi de 17%, sendo a principal queixa de saúde as dores na região lombar, pescoço, coluna e ombros. Além disso, 75% considera a própria saúde boa ou muito boa, mas há uma prevalência de doenças crônicas não transmissíveis (dores muscoesqueléticas) devido à longa jornada de trabalho, acúmulo de cargas de trabalho, falta de apoio e carga física elevada.

Considerações Finais

Foram relatados problemas como falta de memória, irritação e desmotivação, fatores que podem levar ao surgimento de sintomas de estresse, ansiedade e depressão. Apesar disso, com base nesta breve revisão integrativa da literatura, percebeu-se a ausência de estudos sobre estes sintomas em professores escolares, mais especificamente, em professores do ensino fundamental. Os estudos são focados em questões de natureza física, mal-estar psíquico, bem-estar psicológico, burnout, habilidades sociais e políticas públicas. Sugere-se mais estudos acerca do assunto para que sejam pensadas maneiras de melhorar a saúde física e psicológica dos professores, praticantes desta profissão tão nobre e necessária em nosso país.

Referências

- ACHKAR, A. M. N. E., LEME, V. B. R., SOARES, A. B., YUNES, M. A. M. (2016). Correlações entre Habilidades Sociais Educativas dos Professores, Burnout e Relação Professor-Aluno. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 16(3), 873-891.
- SANTANA, F. A. L., NEVES, I. R. (2017). Saúde do trabalhador em educação: a gestão da saúde de professores de escolas públicas brasileiras. *Saúde Soc. São Paulo*, 26(3), 786-797.
- SILVA, L. G. da, SILVA, M. C. da (2012). Condições de trabalho e saúde dos professores pré-escolares da rede pública de ensino de Pelotas, RS, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 18(11), 3137-3146.
- SILVA, N. R. da, PINHEIRO, D. M. (2017). Troubles in the teacher's work. *Caderno Brasileiro de Terapia Ocupacional*, 25(4), 713-721.

SILVA, V. A., COIMBRA, A. K. S. & YOKOMISO, C. T. (2017). Saúde dos professores do ensino fundamental da rede pública e a construção dos espaços psíquicos compartilhados. VINCULO – Revista do NESME, 14(2), 58-69.