

MAL-ESTAR DOCENTE: A SAÚDE DO PROFESSOR NOS DIAS ATUAIS

TEACHING DISCOMFORT: THE TEACHER'S HEALTH IN PRESENT DAY

Indiara Rodrigues de Souza
Colégio São Francisco de Assis
Maria Evany Rodrigues dos Santos
SEDUC-TO
Ilda Neta Silva de Almeida
ITOP, SEDUC-TO

Resumo: O presente tem por diligência abordar os desafios experimentados por docentes em exercício acerca da sua saúde, analisando o conceito de mal-estar docente e os problemas que afligem a profissão como as circunstâncias da conjuntura sócio-político-econômica tendo por escopo relacioná-los as principais enfermidades pelas quais os docentes são acometidos. Compreender a questão da crise vivenciada pela categoria bem como as consequências no ensino e seus reflexos para o futuro profissional e para a sociedade, bem como conhecer as políticas públicas desenvolvidas por órgãos responsáveis ao identificar o adoecimento desses profissionais e entender como os docentes lidam com a sua saúde, com o acentuado absentismo provocado pelo aumento de licenças de saúde, dentro de um quadro de doenças típicas de professores, que poderá levar ao colapso do sistema, verificando as estratégias para evitar os mal-estares apontados nessa obra e uma possível redução do mal-estar. Nesse sentido, este artigo foi desenvolvido a partir de pesquisa bibliográfica com abordagem qualitativa sendo uma pesquisa exploratória e se justifica por mostrar a importância da saúde do profissional em exercício, nesse caso, a saúde do professor.

Palavras-chave: Saúde do professor; Mal-estar docente; Desafios.

Abstract: This work address the challenges experienced by teachers about their health by analyzing the concept of teachers' malaise and the problems that distress the profession as the circumstances of socio-political and economic environment with the purpose of relate them with the main diseases teachers are affected. Understand the issue of the crisis experienced by the group and the consequences in education and its consequences for the professional future and for society, and meet the public policies developed by agencies responsible to identify the illness of these professionals and understand how teachers deal with their health, with high absenteeism caused by the increase in health permits, within a framework of typical diseases of teachers, which may lead to the collapse of the system, checking the strategies to avoid the discomforts mentioned in this work and a possible reduction of that discomfort. In this sense, this article was developed from literature with a qualitative approach as a exploratory research and is justified by showing the importance of professional health exercise, in this case, the teacher health.

Key Words: Teacher health; teacher malaise; challenges.

Introdução

Com este texto, pretende-se apresentar, por meio de estudo teórico, uma pesquisa sobre o adoecimento de professores no ensino superior e educação básica bem como compreender e/ou conhecer quais as políticas públicas o poder público desenvolve na área da saúde do professor.

A preocupação com relação à saúde do trabalhador docente, se não é, deveria ser crescente por parte dos professores, pois além de recentes estão relacionadas a um conjunto de fatores vivenciados na práxis, como a perda de autonomia, o tipo de trabalho, a responsabilidade com a formação de outros sujeitos, (CODO, 1999; ESTEVE, 1999), entre outros.

Agregado a isso se soma o fato do desânimo que acomete os professores como a síndrome de Burnout¹ que, em português, significa “perder a energia”, é um processo através do qual o trabalhador perde o sentido da sua relação com o trabalho, de forma que as coisas já não o importam mais e que qualquer esforço lhe parece inútil (CODO, 1999, p. 238).

Estudo acerca do mal-estar docente, caracterizado pelo adoecimento de professores, como resultado do caráter negativo de elementos que afetam a personalidade destes, é assim entendido

¹ Definida por Maslach e Jackson (1981) como uma reação à tensão emocional crônica gerada a partir do contato direto e excessivo com outros seres humanos, particularmente quando estes estão preocupados ou com problemas.

a partir da visão de Esteve (1999).

A expressão “mal-estar docente” é intencionalmente ambígua. O termo “mal-estar” refere-se, segundo o Dicionário da Academia Real da Língua, a um “desolamento ou incômodo indefinível”. A dor é algo determinado e que podemos localizar. A doença tem sintomas manifestos. Quando usamos o termo “mal-estar” sabemos que algo não vai bem, mas não somos capazes de definir o que não funciona e por que (ESTEVE, 1999 p. 12).

E diz mais “o mal-estar docente é uma doença produzida pela falta de apoio da sociedade aos professores, tanto no terreno dos objetivos do ensino como das recompensas materiais e no reconhecimento do status que lhes atribui (ESTEVE 1999 P.144), percebe-se ainda que a sociedade requer que o papel da educação bem como dos professores seja cumprido de maneira intacta sem observar as conjunturas socioeconômicas, quando criticado e questionado, o professor viu diminuir seu valor e ao analisar o contexto social em que se exerce o magistério e às condições de trabalho dos professores em sala de aula, pode-se ver aí as chaves do mal-estar docente.

Nessa perspectiva, acreditamos que o desenvolvimento deste projeto possibilitará a produção de conhecimentos que contribuirão de forma efetiva para a produção de reflexão sobre a prática docente bem como acerca da temática sobre a saúde do professor e relacioná-la aos exercícios laborais.

O stress no ambiente de trabalho se torna cada vez mais comum, e a tendência é crescer devido às exigências que o trabalho docente acaba por implicar, pois além de ensinar, o que demanda saberes, para o professor é preciso lidar com alunos desmotivados, desrespeitosos e com pais que não se comprometem, sem falar das condições precárias para o exercício diário e claro do salário inadequado. As condições não favorecem a motivação docente e discente o que dificulta a efetivação exitosa das práticas educacionais, seja no nível básico ou superior.

O resultado é queda no desempenho, frustração, alteração de humor, absentismo (faltas, abandono do trabalho) trabalhista além de consequências físicas e mentais. Nesse sentido, o stress é uma reação perfeitamente normal do organismo e indispensável para a sobrevivência humana (LIPP, 2002), entende-se que é hora de parar e procurar ajuda profissional para enfrentar a situação.

Vale ressaltar que esse trabalho, é fruto da inquietação das pesquisadoras com relação à saúde dos professores, desenvolvido e apresentado num trabalho de conclusão da graduação realizado na universidade federal do Tocantins. Pesquisa (foram pesquisados professores da escola onde a pesquisadora exerce a função docente- plano diretor sul, escolas na região sul – Taquaralto e escola da área norte da cidade de Palmas) realizada com professores do ensino fundamental da rede pública na cidade de Palmas, e agora para construção do trabalho de pós-graduação em docência do ensino superior a pesquisa abrange professores universitários.

Para melhor compreensão sobre a temática abordada é necessário conceituar a saúde, utilizando aqui a Constituição da Organização Mundial de Saúde (1946) que traz em seu preâmbulo mais do que um conceito, “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não consistindo somente da ausência de uma doença ou enfermidade”, segundo a página digital da Biblioteca Virtual de Direitos Humanos.

Como falar sobre a saúde do professor, um profissional que atende expectativas de alunos, pais e da sociedade? Quais são as enfermidades que acometem os docentes do ensino superior advindas do exercício laboral? São consequências da práxis ou processo natural de envelhecimento?

Essas e outras questões, acreditamos que podem ser melhor esclarecidas ao longo da pesquisa e estudo bibliográfico que fundamentará a pesquisa e possibilitará melhor entendimento sobre o mal-estar docente apontado por (ESTEVE, 1999) como algo difícil de ser identificado, mas que é possível observar os sintomas e procurar as possíveis soluções.

Abordar a questão da saúde do professor é de suma relevância, pois o professor desempenha uma função social, sendo o responsável pela formação intelectual, social e crítica do indivíduo e, para tanto, é imprescindível que esteja em condições de cumprir com o seu papel enquanto agente transformador. A função precípua desse estudo é relatar quais os tipos de enfermidades que mais afetam os educadores além de conhecer como o adoecimento desses profissionais, influência

positiva ou negativamente na formação profissional dos acadêmicos e compreender o que é feito pelos professores no intuito de evitar ou amenizar essa realidade.

Os estudos das relações entre o processo de trabalho docente, as reais condições sob as quais ele se desenvolve e o possível adoecimento físico e mental dos professores constituem um desafio e uma necessidade para se entender o processo saúde-doença do trabalhador docente e se buscar as possíveis associações com o afastamento do trabalho por motivo de saúde.

O professor é submetido a uma série de fatores que contribuem diariamente para que a sua saúde deteriore. São questões sérias e frequentes que acarretam um grave quadro de doenças no processo educacional, tais como as condições precárias para o trabalho, remuneração, intensa carga horária, salas superlotadas, a estrutura física dos prédios, entre outros.

O profissional da educação superior e as políticas públicas

O professor universitário é um profissional capacitado para ministrar aulas em instituições de ensino superior (universidades, faculdades, centros universitários) públicas e privadas, sendo responsabilizados pela formação de outros sujeitos. É o único profissional habilitado para lecionar, função específica de todo corpo docente.

Como o objetivo desse trabalho é conhecer as políticas públicas na área da saúde do professor no magistério público, é justo conceituar aqui, o que se entende por políticas públicas. Entendida como o conjunto de ações desencadeadas pelo Estado, nas escalas: federal, estadual e municipal.

O conceito de políticas públicas implica considerar os recursos de poder que operam na sua definição e que têm nas instituições do Estado, sobre tudo na máquina governamental, o seu principal referente. [...] políticas públicas são definidas, implementadas, reformuladas ou desativadas com base na memória da sociedade ou do Estado em que têm lugar e que por isso guardam estreita relação com as representações sociais que cada sociedade desenvolve sobre si própria. Neste sentido são construções informadas pelos valores, símbolos, normas, enfim, pelas representações sociais que integram o universo cultural e simbólico de uma determinada realidade (AZEVEDO 2004, p. 5).

Vale ressaltar a Constituição Federal (1988) que institui, no âmbito das políticas públicas, a participação social como eixo fundamental na gestão e no controle das ações do governo (Art. 204). A constituição ao trazer a participação social exige do cidadão uma atuação efetiva constituindo-se um novo locus de articulação política na defesa pela democratização da gestão das políticas públicas, através dos quais sujeitos diversos interagem no processo de deliberação, gestão e controle social das políticas públicas, nas diversas áreas sociais (ROCHA 2009).

Segundo a página digital Guia da Carreira, com o crescimento do número de instituições de ensino superior, de acordo com o último Censo do Ensino Superior, divulgado em 2014, existem no Brasil 321700 professores universitários em atividade, distribuídos entre 2090 instituições privadas e 301 públicas, aumentou também as possibilidades de trabalho para professores universitários.

O ingresso, permanência, evolução na carreira - no setor público ou privado para o professor universitário requer constante atualização, além de mestrado e doutorado, publicação de trabalhos, dedicação por exclusividade para casos de concursos, entre outros fatores que acabam sobrecarregando o profissional de afazeres que por vezes o impede de realizar um bom trabalho.

Estudos apontam a importância dos professores no processo de transformação social. Lecionar compreende mais que ministrar aulas, constitui a sua atuação profissional na prática social, exigindo do profissional da educação criatividade, conhecimento teórico e crítico sobre a realidade. Nessa abordagem em que cabe ao professor a tarefa de apontar caminhos, construir e reconstruir saberes, é imprescindível que existam políticas públicas capaz de oferecer suporte aos docentes no âmbito de prevenção e cuidados para os professores que por ventura venham a precisar.

Há um paradoxo, pois, ao mesmo tempo em que o professor manifesta desejo de abandonar

a profissão, ele busca encontrar saídas para melhorar sua práxis e sua autoestima, motivando-se e se mantendo atualizado com cursos e formações, no intento de acompanhar as mudanças e conseguir ofertar uma educação de qualidade na busca por seres pensantes e críticos, de fato.

Atualmente 48% dos educadores, praticamente a metade deles, sofrem com algum sintoma de Burnout, uma síndrome da desistência de quem ainda está lá, já desistiu e ainda permanece no trabalho. Essa questão é tão séria que um a cada quatro educadores sofrem de exaustão emocional, segundo Codo (1999, p. 238). A síndrome é entendida como um conceito multidimensional que envolve três componentes: exaustão emocional, despersonalização e falta de envolvimento pessoal no trabalho.

Diante do exposto, é cada vez mais comum a figura do professor cansado, abatido, sem mais vontade de ensinar, porque se encontra frustrado com o sistema que rege a educação e a constante evolução das mudanças pelas quais a sociedade passa e que por vezes nem ela mesma consegue acompanhar, o que reflete diretamente no processo ensino-aprendizagem. Tais mudanças como as mudanças tecnológicas, axiológicas, políticas públicas, as concepções ideológicas e de valores. É notável que houve muitas mudanças na forma de educar, de organização familiar, de forma de viver, de pensar e de sentir, é uma complexidade dinâmica muito acelerada, difícil do professor suprir e atender plenamente as expectativas que são geradas em torno dos resultados de sua atuação.

Para conhecermos melhor as enfermidades pelas quais os educadores são acometidos, precisamos nos empenhar a olhar o ambiente e condições de atuação profissional desta categoria o que raramente alguém olha, o que notoriamente percebe-se é que, sempre recai toda a responsabilidade sobre os profissionais da educação como : as fragilidades, insucessos e baixos índices de aproveitamento. Deste modo os professores adoecem, adquirem síndromes, perdem a motivação, a realização e o prazer pela profissão. É necessário que as condições de trabalho sejam revistas para possibilitar bem estar aos professores e evitar o aumento de casos de professores doentes.

Sobre os aspectos da dimensão da carreira docente e da condição profissional de ser professor, a valorização profissional, principalmente se comparada às demais formações, outros profissionais com curso superior, a questão salarial não é animadora ou atraente para os profissionais já formados ou para os novos ingressantes.

Ainda que seja confirmada a baixa remuneração dos professores da educação básica, organismos internacionais ponderam acerca do impacto do pagamento de melhores salários na melhoria da qualidade da educação, considerando que tais ações colaboram mais para tornar atraente a carreira docente, do que, propriamente impactar no melhor desempenho dos alunos (MARTINS, 2011 p. 240).

A insatisfação e a falta de perspectiva de crescimento desestimulam os professores que precisam estar produzindo constantemente, seja orientação de monografias, artigos científicos, pesquisas, entre outros. Assim, estabelecido pela LDB no art. 67, os sistemas de ensino promoverão a valorização dos profissionais da educação, assegurando-lhes direitos inclusive nos termos dos estatutos e dos planos de carreira do magistério público (BRASIL, 1988; BRASIL, 2010).

A voz é o instrumento de trabalho de aproximadamente 25% da população economicamente ativa, que dela depende todos os dias para alcançar sucesso em suas ocupações. A Constituição Federal (BRASIL, 1988) aponta que a enfermidade profissional é a que se contrai como consequência do exercício no trabalho. É através da voz, maior instrumento do professor, que são expressas as condições individuais físicas ou emocionais. A falta de cuidado pode vir a comprometer a fala e a comunicação.

Merece ênfase o cenário descrito por Esteve (1999, p. 18), o qual denota a complexidade do papel do professor junto à sociedade.

Só uma grande criatividade [...] podem salvar [...] nossos professores do problema que implica a mudança de cenário. Para manter a coerência e recuperar os papéis, precisamos encarar em público os roteiristas, tirar o ponto de seu lugar

e acabar com os risos das pessoas do auditório, pedindo que assumam nosso papel.

Os problemas de saúde que afetam parte dos docentes doentes são de ordem psicológicas e físicas, por ser uma profissão que grande do tempo de atuação é avaliada por pais, alunos, secretarias, comunidade, colegas de trabalhos, há muitas críticas, mas nenhuma sugestão que possa contribuir significativamente, há muitas cobranças, mas poucas perspectivas de melhoria. Picado (2009) afirma sobre a referida citação que a mudança de cenário causa tensão e desconforto com fortes sentimentos de agressividade, tais como o tipo de trabalho exercido, o excesso de trabalho, a sobrecarga na jornada de trabalho. Tais mudanças veem ocorrendo desde a década de 1990, onde reformas educacionais surgiram, atuando na prática cotidiana do professor devido à mudança social.

Entretanto, como está a saúde do professor? Será que ele se sente saudável? Fisicamente e psicologicamente como ele se encontra? O que o poder público tem feito com relação à saúde do professor? O adoecimento é elevado? Como os professores percebem a saúde? Essas são algumas indagações que foram norteadas e discorridas acerca da temática em questão.

O fato é que o aluno é o centro de todo o processo ensino aprendizagem, mas é necessário voltar o olhar para o professor que é responsável pela orientação do aluno nesse processo de formação intelectual, social, afetiva e emocional.

O stress do professor

O stress do professor é identificado como um problema comum para a categoria, uma vez que este profissional passa por situações tensas, complexas e desgastantes em sua rotina. Boa parte dos professores sofrem com a pressão para obtenção de bons resultados nas avaliações dos alunos, não apresentam boas condições de trabalho, a remuneração não favorece muito uma boa qualidade de vida, alguns trabalham até três turnos, não há tanto tempo para a família, amigos, lazer, esses fatores vão se acumulando com o tempo e aumentando os níveis de stress do professor. O trabalho é a fonte de sustento para o homem, mas além da necessidade de provimento familiar, há a necessidade de satisfação, de realização, de prazer em suas atividades e na carreira docentes estas necessidades estão cada vez mais distantes de serem supridas, assim os docentes ficam estressados, doentes e desmotivados.

O stress decorrente do trabalho (LIPP, 2002), agrava-se frequentemente levando o trabalhador ao absentismo trabalhista e/ou abandono do trabalho, no caso do professor, abandono da docência. Estima-se que para a classe de professores a baixa remuneração ganha destaque quando se fala de stress do professor e por que não dizer mal-estar docente, já que é entendido como algo difuso, complicado.

A valorização do professor está prevista na Constituição Federal art. 206, inciso V: “valorização dos profissionais do ensino, garantidos na forma da lei, planos de carreira para o magistério público, com piso salarial profissional e ingresso exclusivamente por concurso público de provas e títulos”. Ainda que estabelecido por lei, é uma das principais causas de sofrimento para os professores, não só em termos de remuneração como na desvalorização por parte das famílias, dos alunos e da própria sociedade. Pois, se os alunos estão bem, é porque são potencialmente bons em seus estudos, contrário a isso, se vão mal a culpa é do professor que não foi capaz de educá-los ou favorecer as expectativas discentes.

Há algumas décadas, o professor era valorizado diante da sociedade e de todos, os alunos o respeitava, a família entendia que era um profissional competente para lecionar e a sociedade então o via como um profissional respeitado, mas a evolução das mudanças sociais trouxe também esse disparate com relação à valorização do professor, que o angustia e o deixa assossegado frente aos desafios que a educação oferece hoje.

O trabalho ocupa a maior parte do tempo das pessoas, aqui especificamente falando, do tempo do professor. A jornada é longa e por vezes, estendida em tripla jornada, seja nas instituições ou fora, pois muitos, para complementar a sua renda tem que trabalhar os três períodos ou ter um trabalho extra. Para as mulheres a jornada se estende, além da vida profissional a vida pessoal e familiar demanda tempo e afazeres, uma vez que, cuidam de casa, maridos, filhos, e ainda precisa de tempo para cuidar de si mesma.

Esse ritmo de trabalho costuma ser intenso e conseqüentemente exige-se atenção e concentração na execução das tarefas, e o que resta é questionar, como realizar um trabalho de qualidade com essas condições? A resposta é certa, não é nada fácil. Ao classificar os possíveis fatores que configuram o mal-estar, Esteve (1999) aponta que “incidem diretamente sobre a ação do professor em sala de aula gerando tensões associadas a sentimentos e emoções negativas”. Se o professor já vai trabalhar cansado da extensa carga, provavelmente sua ação deixará a desejar, não porque ele queira, mas por não ter condições de fazê-lo.

Tudo isso gera uma crise de identidade que pode chegar a autodepreciação do ego, pois as dificuldades são tantas que nada resta ao professor, é uma fase de desencanto com a educação e porque não dizer, consigo mesmo, enquanto pessoa e profissionalmente, ele pode se julgar incapaz de estar ali, frente ao processo de ensino onde aumentam as exigências e responsabilidades sobre os professores a cada dia. Lipp (2002) ressalta que:

A insatisfação e a falta de perspectiva de crescimento desestimulam os professores, que passam a ver a escola e suas atividades como um fardo pesado e sem gratificação pessoal, mingando suas forças internas motivacionais no dia-a-dia. “O resultado é queda no desempenho, frustração, alteração de humor e conseqüências físicas e mentais” (LIPP, 2002 p. 19).

Outro fator que tem contribuído significativamente para o aumento do stress do professor esta relacionada a meta, constituída como limites/índices a serem alcançados pelas instituições. Estipulada pelo Ministério da Educação, empenhado em reduzir o índice de analfabetismo entre os brasileiros, as escolas são obrigadas a apresentarem bons resultados. Em muitas situações estes resultados são camuflados ou mascarados pela aprovação quase que automatizada em que propõem não reprovar nenhum aluno.

Para os professores é um discurso que apresenta contradições e por vezes vai contra os princípios educacionais, em que, ele trabalha o ano todo se esforçando em melhorar sua prática para que o aluno alcance uma boa nota e seja aprovado. Porém, há casos em que mesmo com todo esse trabalho do professor o aluno não consegue o resultado esperado e ainda assim ele será aprovado, pois todos os alunos devem ser aprovados. Dito isto, ressalta Lipp (1999), “muitos professores passam a apresentar alterações físicas e emocionais de gravidade significativa, tendo que ser afastados de suas atividades profissionais”.

São inúmeras as pressões vivenciadas pelos professores, que se torna quase impossível não entrar em conflito consigo mesmo e com a profissão de professor, pois se ele não conseguir êxito na execução das tarefas que lhe são impostas, sentir-se-á frustrado e cada vez mais desanimado com a profissão, primeiro porque ele já vai para a sala de aula com a sensação de ter fracassado o que já não lhe permite entusiasmo para lecionar. Depois, ele pode simplesmente entregar os pontos e querer abandonar a docência por se julgar incapaz de estar ali orientando os discentes na sua formação.

É importante identificar o fator causador do stress, ver o que necessita ser mudado e buscar aumentar a resistência ao stress, melhorando a saúde, como diz Lipp (1999) “no caso do professor, é justamente aqui que ele terá que utilizar seus recursos internos, para se adaptar a situação”, ou seja, lidar com a situação estressante de modo sadio. Lipp (1999) ainda reforça que, “muitas pessoas pensam que o problema de saúde física é ocasionado por fator emocional (stress) não necessita de tratamento: “isto não é nada, é só emocional.” Para tanto, é necessário compreender a essência e os mecanismos dos agentes estressantes afim de evitar complicações mais sérias, mas quando necessário recorrer aos profissionais da saúde.

O professor pode estar apresentando pressão arterial elevada como conseqüência de sobrecarga ao trabalho. Nesse caso, ele deve ser atendido adequadamente por um médico, pois estará sujeito a sofrer conseqüências físicas em seu organismo, como infarto, acidente vascular cerebral, perda da função renal, sobrecarga cardíaca, alterações visuais, etc. (LIPP, 1999 p, 22).

No debate sobre a saúde do professor julga-se necessário entender o trabalho docente como profissão, sua importância foi enfatizada por Martins (2011) ao buscar a origem da palavra nos diz que se formos às suas raízes etimológicas, vemos que profissão vem da palavra latina “professio”, do verbo “profiteri”, que quer dizer confessar, testemunhar, declarar abertamente. É perceptível que há uma estreita relação com o social, portanto:

O conceito de profissão resulta, sobretudo, de um processo de construção social (POPKEWITZ, 1991). Assim, tratamos de uma conceituação passível de sofrer mudanças de acordo com a realidade social, econômica e política na qual está inserida. Neste sentido, o termo profissão ao longo dos anos adquiriu uma gama de significações e, conseqüentemente, a impossibilidade de uma definição fixa e universal. Os debates a partir da década de 1970 em relação aos significados dos termos —ocupação e —profissão promovidos pela sociologia das profissões (ETZIONI, 1969), os delineamentos elaborados por Hoyle (1986) e os estudos sociológicos de Popkewitz (1991) são fundamentais na compreensão das diferentes perspectivas do que venha a ser uma profissão, (MARTINS, 2011 p.134-135).

Os aspectos abordados até aqui tem por pretensão expressar o quanto a saúde física e mental do professor contribui para que as atividades desenvolvidas no dia-a-dia com os alunos apresentem resultados satisfatórios, possibilitando um bom rendimento ao profissional e conseqüentemente ao aluno direcionando-o a aprendizagem significativa.

Mal-estar docente no Ensino Superior

Os problemas que afligem a profissão docente abrangem desde a educação básica ao ensino superior. Alarmante é o contínuo acirramento da temática em questão, devido a inúmeros fatores, dentre eles o desenvolvimento histórico e a desvalorização da profissão. Desvalorização social e remunerada são os principais contribuintes para tornar a profissão de professor cada vez menos atrativa aos olhos das novas gerações que sonham em cursar uma faculdade e seguir carreira, optando por alguma licenciatura somente em caso de alta concorrência e impossibilidade de aprovação nos outros cursos.

Mosquera (s/d) afirma que “o mal-estar docente é doença social que provoca a doença pessoal e é causado pela falta de apoio da sociedade aos professores, tanto no terreno dos objetivos de ensino, como nas compensações materiais e no reconhecimento do status que se lhes atribui”.

Com relação ao adoecimento de professores universitários Silva e Carvalho (s/d) fazem importante observação quanto ao espaço de trabalho, sendo interessante que a atividade docente seja analisada no contexto do seu processo de trabalho, por entender que problemas referentes à saúde possuem componentes inter-relacionados e que não podem ser avaliados de maneira isolada, mas deve-se levar em consideração a complexidade e a dinâmica do trabalho docente, para tanto, o ambiente e as condições de trabalho exercem importante contribuição, assim:

Numa perspectiva historicamente marximiana, pensar a ação e as práticas docentes, ou seja, o trabalho do professor universitário em meio aos imperativos e as imposições feitas pelo capitalismo definem-se um caráter particular para a atuação docente, tendo em vista seu papel no processo de reprodução social, que formalmente se caracteriza pelo processo de reprodução da propriedade privada e da desumanização, conflitando-se com a possibilidade de desenvolvimento das condições de humanização por meio do conhecimento (SILVA; CARVALHO, 2011).

A globalização trouxe à educação mudanças significativas tanto na estruturação quanto na valorização social do exercício da atividade docente, esse movimento gerou conseqüências

diretas, gerando assim o mal-estar-docente, é um problema que sofre atualizações frequentes, seja esgotamento físico, falta de recursos materiais e deficiências nas condições de trabalho.

O trabalho é resultado de esforço, de dispêndio de energia física e mental, produz bens e serviços, e que, além de satisfazer as necessidades individuais e o bem-estar pessoal, contribui para a manutenção e desenvolvimento da sociedade como um todo. O processo saúde-doença é também construído no trabalho, pois neste espaço se pode reafirmar a autoestima, desenvolver as habilidades, expressar as emoções, a personalidade, tornando-se também espaço de construção da história individual e de identidade social. Por outro lado, estudos realizados comprovam que o ambiente laboral pode também produzir “enfermidades ocupacionais”, comprometendo a saúde física e mental do indivíduo (Revista Baiana de Saúde Pública, 2004).

Vários fatores são apontados por Esteve (1999), Codo (1999) e Lipp (2002) como responsáveis pelo mal-estar docente entre professores: baixos salários, aumento exacerbado de funções, competitividade, um sistema massificado, que podem acarretar um quadro conflituoso, pois podem ser geradores de diferentes formas de reação, levando-o a acomodação ou desencadear mecanismos de resistência, tanto individuais (praticar exercícios físicos, comer e dormir bem, por exemplo) quanto coletivo. Todos importantes no combate ao stress profissional, pois como afirma Silva e Carvalho (2011) através de Vasconcelos (2006, p. 20): Desde 1983, a Organização Internacional do Trabalho (OIT), aponta os professores como sendo a segunda categoria profissional, em nível mundial, a portar doenças de caráter ocupacional, incluindo desde reações alérgicas a giz, distúrbios vocais, gastrite e até esquizofrenia.

O constructo do bem esta- docente no que se refere a gostar, lutar e aprimorar seus conhecimentos pessoais em muitos casos depende dele mesmo, mas em relação as suas condições de trabalho, seus ganhos salariais, sua importância social, as possibilidades de atuação e condições para tal ainda são elementos que dependem muito de políticas publicas de reformas educacionais, de uma nova forma de organização social e cultural.

Com o advento da tecnologia o processo de gestão na educação sofreu inúmeras e profundas transformações, estas mudanças repercutiram nas condições do trabalho do docente do ensino superior, afetando a imagem social do professor e no valor que a própria sociedade remete à educação. Tais aspectos precedem também na saúde física e mental dos educadores universitários.

Estratégias para evitar o mal-estar docente

Ao compreender melhor a presença do mal-estar docente o desejo é de articular soluções e estratégias coerentes que contribua para que evite o aumento das repercussões negativas, sobre a personalidade dos professores Esteve (1999). O referido autor traz em sua obra um capítulo que aborda as estratégias, enfatizando a solução preventiva e a importância de articular estruturas de ajuda para professores em exercícios.

Modificou-se o papel do professor, constataram-se profundas modificações no contexto social e nas relações interpessoais, devemos reformular o período de formação inicial, buscando uma maior adequação às novas exigências e problemas do ensino. Não articulando essas mudanças preventivas, correremos o risco de aumentar, a cada geração de novos educadores, o número de professores descontentados ao constatar, em seu primeiro ano de exercício profissional, que a realidade prática do magistério é um mundo totalmente desconhecido para eles e que carecem de recursos suficientes para dominá-lo (ESTEVE 1999, p.117).

Em sua abordagem merece atenção especial às mudanças sociais pelas quais a sociedade passa e por vezes numa velocidade exacerbada que nem mesmo a sociedade é capaz de acompanhar, com reflexo para a sala de aula, espaço de convívio corporal entre professores e alunos, daí resulta em docentes desconcertados devido ao exercício docente estar intrinsecamente relacionado as relações interpessoais, ficando perceptível as dificuldades do profissional que lida com um público cada vez mais complexo e dinâmico e que, precisa ser compreendido e receber formação significativa.

O professor, para minimizar o mal-estar advindo do exercício de uma atividade de trabalho em que se esvaem suas energias, procura formas para escapar do mal que se abate sobre ele. Ao nos perguntarmos se esta fuga constitui sinal de resistência ou meio de sobrevivência, respondemos, em virtude do amálgama que liga, indissolúvelmente, corpo e alma, tratar-se, fundamentalmente, da necessidade do sobreviver, pois, não nos resta, como trabalhadores, outra opção: “pensar como o mestre” ou viver a dupla exclusão, material e espiritual, (SILVA, W.; CARVALHO, 2011. p. 5).

Além disso, oferecer melhorias nas condições de trabalhos dos professores, proporcionando-lhes saúde e qualidade de vida, bem estar docente e a melhoria na prática pedagógica atrelada a qualidade do ensino, por isto é imperativo propor alternativas concretas e viáveis que sejam capazes de amenizar as doenças ocupacionais dos professores no exercício da docência.

Enquanto estão atuando em uma sala de aula cheia de alunos com diversas necessidades em momentos diferentes e níveis alternados, no momento que explica um determinado conteúdo, devido ao barulho e alunos mais agitados, suas cordas vocais ficam estressadas pela vibração, em alta frequência, seus ouvidos estão submetidos aos sons acima do limite adequado para exercer a profissão. O ato de ficar em pé por horas sobrecarrega os tendões e músculos cansados por estar em pé a muito tempo, durante dias, anos. Mesmo que muitas profissões exijam muito do corpo humano, a rotina de um profissional da educação vem chamando atenção de pesquisadores de todo o mundo, as doenças funcionais explicam em sua grande maioria o elevado número de professores saindo da profissão ou pedindo afastamento médico devido a impossibilidade de exercer sua profissão.

A Revista Escola Pública (2015) enfatiza a questão dos estudos focados no psicológico e sociológico dos professores mostrando que o stress no trabalho provoca distúrbio nos relacionamentos, um deles é quando trabalham e sofrem violência e extremo esgotamento físico. Quando esses fatores estão combinados vem um mau ainda maior a depressão, causando crises e modificando para sempre a vida de um profissional da educação.

Para escapar das tensões impostas pelos seus ofícios, alguns profissionais mudam de profissão ou seguem cumprindo meramente o que lhe é imposto, já que estão cansados de atuar, limitam se aos conteúdos que deviam repassar, ocasionando assim uma baixa qualidade de ensino e insatisfação pelos empregadores, deixam de estabelecer um bom relacionamento com os alunos, estas posturas levam os profissionais da educação a crises de ansiedade, depressão, gerando desconforto mental e físico.

Considerações Finais

A pesquisa bibliográfica aqui desenvolvida tem caráter acadêmico com a obtenção de gerar novos conhecimentos ou refutar algum conhecimento já existente.

Do ponto de vista da abordagem é qualitativa “a pesquisa qualitativa é uma ciência baseada em textos, ou seja, a coleta de dados produz textos que nas diferentes técnicas analíticas são interpretados hermeneuticamente” (GUNTHER, 2006, p. 2), emergindo aspectos subjetivos na busca de percepções e entendimento sobre a natureza geral do assunto tratado.

Quanto aos objetivos, caracteriza-se como uma pesquisa exploratória, pois permite maior familiaridade entre pesquisador e pesquisado com vistas a aprimorar ideias sobre o tema tratado, uma vez que:

A pesquisa exploratória, da maneira proposta neste trabalho, apoia-se em determinados princípios bastante difundidos: 1) a aprendizagem melhor se realiza quando parte do conhecido; 2) deve-se buscar sempre ampliar o conhecimento e 3) esperar respostas racionais pressupõe formulação de perguntas também racionais, (REVISTA SAÚDE PÚBLICA, 2015).

A pesquisa bibliográfica “é o passo inicial na construção efetiva de um protocolo de investigação, quer dizer, após a escolha de um assunto é necessário fazer um revisão bibliográfica do tema proposto” (página digital). Aqui, fundamentada no trabalho do José Manuel Esteve Zaragoza (1999), o qual procura explicar o mal-estar difuso vivenciado pelos professores, bem como, Wanderley Codo (1999) que busca entender um trabalho em que coabitam o prazer e o sofrimento, a realização e a perda de si mesmo, além de alguns artigos com foco para a saúde do professor.

A principal conclusão segundo Esteve (1999) a que se pode chegar a partir desse enfoque acerca da temática mal-estar docente é que a profissão docente é eleita por uma concepção ideal e que o aspirante a professor se identifica a imagem idílica, vendo-se a si mesmo, no futuro, dedicado a um trabalho de ajuda, de relação interpessoal individual.

O fato é que função docente alcança alguns estágios, primeiro é o choque de realidade com erros e tensões iniciais inclusive pelo medo da não aceitação por parte dos alunos e sociedade, depois começa a possibilidade de auto-realização na atividade profissional do magistério, porém os atrativos financeiros não existem, ou seja, a carreira docente não provém de valorização financeira, pois os salários costumam ser baixos quando comparados a outros profissionais graduados e ainda mais devido ao exercício docente, que conforme já foi mencionado é ácida e rude realidade da vida cotidiana em sala de aula.

Pode-se concluir através das informações e conceitos abordados neste artigo que é importante refletir sobre as enfermidades que acometem os profissionais da educação e sobre os fatores que vão favorecendo o surgimento destas. É necessário que de forma geral se preocupem com sua saúde de forma preventiva e não só curativa ou remediadora.

A saída para muitos professores é ir driblando os desafios diários frequentando academias para as mais diversas práticas de exercícios, preservarem os laços de amizade, buscar ajuda espiritual, mas no âmbito de políticas públicas nada se observa de fato acerca do elevado absentismo, altíssimos índices de atestados para tratamentos de saúde.

As obrigações impostas ao professor advinda de todos os lados, dele próprio enquanto profissional, do sistema educacional, dos próprios colegas de profissão, vem só aumentando e sobrecarregando-o conseqüentemente, ele não se sente capaz de desenvolver bem a única função que lhe é concedida, ou seja, ensinar.

As transformações sociais cada vez mais acentuadas tornam a sociedade mais mutável exigente e global, situação pela qual os professores necessitam se ajustarem à nova realidade com que são confrontados no dia a dia, como conseqüências do mal-estar docente, de acordo com Esteve (1999) poderiam ser assim graduadas: a) depressão, b) neuroses e c) ansiedade.

A figura do professor se torna cada dia mais cansado, abatido e acometido por inúmeras enfermidades que além de serem acometidas por fatores externos ao trabalho se somam aos problemas vivenciados na prática da sala de aula com os alunos. Como resultado o professor entra em crise, denominada aqui de mal-estar docente, sabe-se que algo não vai bem, mas é difícil definir o que, quando se agrupam todas as situações.

Portanto, a saúde do professor é essencial para exercer a profissão com sucesso, mas sobretudo para a qualidade de vida enquanto ser humano. A profissão de professor por ser uma profissão exigente, complexa e desgastante, exige uma atenção especialmente com a saúde mental, por se tratar de um trabalho voltado para a formação integral do indivíduo nos aspectos sociais, cognitivos, morais e culturais, transformando-o num agente capaz de mudar a sua própria realidade.

Referências

ARAÚJO, T.M.; SENA, I. P.; VIANA, M. A.; ARAÚJO, E.M. **Mal-estar docente: avaliação de condições de trabalho e saúde em uma instituição de ensino superior.** Revista Baiana de Saúde Pública. Disponível em: <http://inseer.ibict.br/rbsp/index.php/rbsp/article/viewFile/108/pdf_528>. Acesso

em: 15 de jun. 2016.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. NBR 6023. **Informação e documentação: referências - elaboração**. Rio de Janeiro: ABNT, 2000. Disponível em: <<http://www.usjt.br>>. Acesso em: 24 jan. 2016.

AZEVEDO, Janete M. Lins de. **A educação como política pública**. 3. ed. Campinas, SP: Autores Associados, 2004.

BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília, DF, Senado, 2016.

_____. Ministério da Saúde, GM/MS **Portaria nº 104, de 25 de janeiro de 2011**. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt0104_25_01_2011.html> Acesso em: 24 fev. 2016.

CODO, Wanderley. **Educação: carinho e trabalho**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1999.

Constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS/WHO) – 1946. Disponível em <<http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-rganiza%C3%A7%C3%A3o-Mundial-da-Sa%C3%BAde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-omswho.html>>. Acesso em: 03 jun. 2016.

ESTEVE, José M. **O mal-estar docente: a sala de aula e saúde dos professores**. Bauru: Edusc, 1999.
GÜNTHER, Hartmut. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**. v.22, n.2, Brasília, maio/ago. 2006.

PIOVESAN, Armando; TEMPORIN, Edméa Rita. **Pesquisa exploratória: procedimento metodológico para o estudo de fatores humanos no campo da saúde pública**. Disponível em <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v29n4/10> - Revista Saúde Pública, 29 (4): 318-25,1995. Acesso em: 05 fev. 2016.

CAMARGO Paulo de. **Mal-estar docente**. Revista Escola Pública. Disponível em <http://revistaescolapublica.uol.com.br/textos/35/artigo300042-1.asp>. Acesso em: 26 mai. 2016.

LIPP, Marilda Novaes (org.). **O stress do professor**. Campinas, SP: Papirus, 2002.

MANCEBO, DEISE. **Agenda de pesquisa e opções teórico metodológicas nas investigações sobre trabalho docente**. Educ. Soc., Campinas, vol. 28, n. 99, p. 466-482, maio/ago. 2007. Disponível em <<http://www.cedes.unicamp.br>>. Acesso em: 3 mai. 2016.

MARTINS, Paulo Fernando de Melo. **Carreira e formação de professores no Tocantins: da percepção dos licenciandos da UFT aos planos de carreira e remuneração do magistério público** / Paulo Fernando de Melo Martins. - Goiânia, 2011.

MOSQUERA, J.; STOBAS, J.; Jr. D. **O mal-estar na docência: causas e consequências**. Instituição: PUCRS - Programa de Pós-Graduação em Educação.

PICADO, LUIS. **Ser professor: do mal-estar para o bem-estar docente**. Psicologia.pt – O Portal dos Psicólogos. Disponível em <<http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0474.pdf>>, 2009. Acesso em: 4 jun. 2016.

SILVA, W, R.; CARVALHO, S. M. N. **O adoecimento do docente de Ensino Superior e a repercussão sobre a sua saúde e o ensino**. In: 1ª Semana de Pedagogia, 2011, Uberlândia. Anais da 1ª Semana de Pedagogia, 2011.