



ADOCIMENTO MENTAL EM PROFESSORES BRASILEIROS

MENTAL SWEETNESS IN BRAZILIAN TEACHERS

Eixo 01 – Educação, Comunicação: fundamentos e teorias

Erik Cunha de OLIVEIRA¹
Vera Maria dos SANTOS²

RESUMO

Este artigo tem como objetivo discutir as principais causas do adoecimento mental em professores brasileiros. O estudo resultou de uma pesquisa bibliográfica com realce para produções científicas teoricamente referenciadas por autores da Educação e da Psicologia, destacando trabalhos desenvolvidos por Christophe Dejours (1994), Edith Seligmann-Silva (1994, 2011), José Esteve (1999, 2014) e Wanderley Codo (1999, 2000, 2002), com vista a identificar os principais sintomas ou causas do adoecimento mental entre professores brasileiros.

PALAVRAS-CHAVE: Adoecimento Mental. Saúde Docente. Trabalho Docente.

ABSTRACT

This article aims to discuss the main causes of mental illness in Brazilian teachers. The study resulted from a bibliographic research with emphasis on scientific productions theoretically referenced by authors of Education and Psychology, highlighting works developed by Christophe Dejours (1994), Edith Seligmann-Silva (1994, 2011), José Esteve (1999, 2014) and Wanderley Codo (1999, 2000, 2002), in order to identify the main symptoms or causes of mental illness among Brazilian teachers.

KEYWORDS: Mental Illness. Teaching Health. Teaching Work.

¹ Universidade Tiradentes-UNIT; Mestrando em Educação, GEPCE – Grupo de Estudos e Pesquisas Colonização, Cultura e Educação; e-mail: erik.hf.12@hotmail.com

² Universidade Tiradentes-UNIT; Doutora em Educação-UFS, GEPCE – Grupo de Estudos e Pesquisas Colonização, Cultura e Educação; e-mail: veramstos@yahoo.com.br



1 Introdução

De acordo com pesquisas recentes sobre adoecimento mental na docência, a tarefa de lecionar tem preocupado os profissionais da educação e saúde. Estudos têm revelado a presença de vários sintomas mentais nessa categoria, devido as condições de trabalho. Sintomas estes, que estão causando longos afastamentos do trabalho por doença. A partir desse debate sobre a relação do adoecimento mental e a categoria docente se faz importante para a busca de mudanças nessa relação.

Em consideração ao objeto de estudo, este artigo tem como objetivo discutir as principais causas do adoecimento mental em professores brasileiros. O estudo resultou de uma pesquisa bibliográfica com realce para produções científicas teoricamente referenciadas por autores da Educação e Psicologia, destacando trabalhos desenvolvidos por Christophe Dejours (1994), Edith Seligmann-Silva (1994, 2011), José Esteve (1999, 2014) e Wanderley Codo (1999, 2000, 2002), com vista a identificar os principais sintomas ou causas do adoecimento mental entre professores brasileiros.

Os estudos sobre adoecimento mental, em seus diferentes contextos são necessariamente multidisciplinares, tendo em vista refletir a natureza complexa dos processos de adoecimento e suas implicações com as dimensões do trabalho na vida das pessoas. Desta forma, tendo como base a compreensão de adoecimento mental a partir das referências bibliográficas estudadas, o artigo será dividido em dois momentos: iniciando com a compreensão do conceito de adoecimento mental. Buscando assim, compreender os determinantes sociais que agravam a saúde do sujeito. E em seguida, discutir sobre adoecimento mental na docência. Apresentando dados teóricos sobre causas do adoecer em professores brasileiros.

É importante que se considerem os professores brasileiros, pois eles estão inseridos em um contexto marcado por fortes transformações que marcam as condições sociais e econômicas, além de serem influenciados por políticas públicas educacionais que afetam diretamente o exercício da profissão. Para León (2011) as transformações que têm ocorrido em relação à função do professor, como a fragmentação do seu trabalho e a complexidade das demandas que lhe são impostas, coincidem com um



processo histórico de rápida transformação do contexto social.

Por tanto, é necessário desenvolver estudos que contemplem os professores brasileiros, como estes lidam com os problemas e dificuldades que surgem no ambiente de trabalho e como os mesmos refletem em sua saúde mental. Uma vez que esses profissionais são o principal elo entre a educação e o educado, ao passo que transformam e medeiam a formação do aluno (CODO, 1999).

2 Afinal, o que é adoecimento mental?

Para compreensão do que é o adoecimento mental, deve-se levar em conta os contextos que cada sujeito está inserido, alcançando as experiências pessoais e profissionais que compõem a história de vida do indivíduo. Para Codo e Jacques (2002) o adoecimento mental caracteriza-se como um modo individual que revela o fracasso de tentativas de entender, superar, evitar ou tornar suportável o sofrimento, que faz com que o indivíduo passe a viver tensões sem ter expectativas de soluções dos seus problemas.

A noção de adoecimento mental implica um estado de luta do sujeito contra as forças que o estão empurrando em direção ao sofrimento mental. E esse sofrimento é formado pelo sofrimento organizado por meio dos sintomas de insatisfação, estresse e ansiedade. Por adoecimento mental Seligmann-Silva (2011) no estudo sobre “Trabalho e desgaste mental” compreende como a vivência subjetiva intermediária entre doença mental descompensada e o conforto psíquico.

Quando se refere ao processo de adoecimento mental, Esteve (1999) designa como aquilo que extrapola os limites da dor e do sofrimento, chamando a atenção para o fato de que a gênese do adoecimento se encontra, principalmente, nas atuais estruturas familiares e nas relações sociais. A exemplo, o adoecimento no ambiente ocupacional revela pelas devidas mudanças e exigências impostas a diversas profissões.

O processo do adoecimento mental não representa a mesma coisa para todos os indivíduos. Isto dependerá da forma como cada sujeito vive ou frequenta os ambientes, sejam ocupacionais ou não. Entende-se por adoecimento mental quando o indivíduo não consegue manter equilíbrio emocional e estabilidade entre as atividades que costumava



realizar. Esteve (1999) busca alertar em seus estudos que determinadas repercussões negativas podem surgir na vida do sujeito em relação a saúde mental, principalmente quando chega ao último grau do esgotamento, no qual o indivíduo apresenta alguns comportamentos como cansaço físico permanente e ansiedade.

Na escrita sobre “Desgaste mental no trabalho dominado” Seligmann-Silva (1994) descreve que algumas manifestações psíquicas como a irritabilidade e o nervosismo, podem surgir posteriormente ao estado de desgaste mental, que em última instância relaciona-se também ao processo de adoecimento advindo de experiências de caráter negativo.

A origem do adoecimento mental pode estar no encontro entre a trajetória individual e uma dada forma de organização do trabalho. A vida pessoal e o trabalho quando são impedidos ou que estão em processo de similaridade, possivelmente contribuem para o desencadeamento de doenças mentais. Noronha (2001) apresenta em seus estudos que os conflitos do dia a dia quando não bem gerenciados, podem provocar indisciplina e insatisfação em outras atividades. Isto é, a pouca produtividade na vida profissional pode possuir relação com situações não agradáveis que aconteceram em outros momentos.

De acordo com Seligmann-Silva (2011) o processo de adoecimento mental pode ser resultante tanto de fatores biológicos e psíquicos, quanto de fatores sociais, econômicos e políticos. Estes podem estar relacionados a serviços básicos como moradia, habitação, alimentação, educação, saneamento básico e trabalho. Ou seja, o adoecer é uma resposta do organismo que se encontra afetado ou debilitado, e podem ter como causas, tanto agentes internos como biológico e psicológico, quanto externos.

2.1 Adoecimento mental na docência

É possível constatar que as dificuldades, frustrações e o mal-estar podem existir em todos os contextos e categorias de trabalho. Mas, pesquisas científicas realizadas em diversos lugares do Brasil, concluem que os professores pertencem a uma categoria altamente exposta ao adoecimento mental, em virtude das condições de trabalho.



O professor, em seu trabalho, enfrenta inúmeros desafios e assume grandes responsabilidades, constituindo uma das categorias profissionais mais sujeitas a apresentar sofrimento mental devido as sensações dos excessos de obrigações que são destinados aos mesmos. A Organização Internacional do Trabalho (OIT) aponta a categoria docente como sendo a segunda a apresentar doenças ocupacionais (VASCONCELLOS, 1997).

De acordo com Codo (1999) diversos fatores, tais como carga excessiva de trabalho, remuneração inadequada, falta de cooperação entre pares, excessos de burocracia, indisciplina dos alunos e estilo de gestão autoritário, tem acentuado o adoecimento mental na docência. Desta forma, enquanto a valorização dos professores diminui, cresce a cobrança para que a escola cumpra funções antes legadas a outras instituições sociais, como a família.

Os professores, nas últimas décadas, têm sofrido uma intensificação no trabalho. Isto é, além das funções habituais que são prescritas a este trabalho, nos últimos anos, segundo Meleiro (2012) uma pressão exercida pelas novas tecnologias sobre os professores foram fixadas, exigindo deles constantes atualizações e adaptações, muitas vezes sem possibilidade de um preparo prévio, e até mesmo sem a disponibilização de recursos pela instituição onde trabalham.

O trabalho dos professores, assim como o trabalho de outras categorias profissionais, comporta sempre uma dimensão de sofrimento, a qual pode acarretar o adoecimento, ao mesmo tempo em que se constitui como auxiliar na construção da saúde mental dos sujeitos. Nesse sentido, conforme Neves e Silva (2006), o adoecimento mental na docência ocorre, por exemplo, diante de conflitos nas relações, da longa e exaustiva jornada de trabalho, da diversidade e complexidade das atividades, das dificuldades inerentes às relações em sala de aula, da desvalorização salarial, da progressiva desqualificação e do escasso reconhecimento social de seu trabalho.

O adoecimento mental docente se estabelece de modo gradual, e se refere a eventos que o sujeito não encontra estratégias de lidar com situações que são consideradas por eles como adversas. Nesse sentido, Christophe Dejours (1994) menciona em seu texto “Psicodinâmica do trabalho” que mesmo inseridos em trabalhos



permeados por fatores que possam contribuir ou desencadear o seu adoecimento, os professores são capazes de desenvolver estratégias defensivas que podem ser compreendidas como um mecanismo pelo qual buscam transformar ou minimizar o impacto da realidade de atividades laborais que desencadeiam sofrimento.

Esteve (1999) que apresenta em seus trabalhos uma certa preocupação com os professores, menciona que a classe docente corre riscos de esgotamento mental sob o efeito de dificuldades materiais e psicológicas associadas a seu trabalho. É uma categoria que vive do trabalho e que não possui suporte psicológico para enfrentar situações de desgaste mental. E as modificações no contexto social das últimas décadas alteraram significativamente o perfil do professor e as exigências pessoais e do meio em relação à eficácia de sua atividade.

Em sua obra intitulada “Mudanças sociais e funções docentes” Esteve (2014) destaca que o processo para o adoecimento mental nos professores, começa a se estabelecer no momento em que o docente perde totalmente o desencanto com a educação, gerado pelas dificuldades no processo de ensinar, aprender, e pelas resistências de conviver nesta multiplicidade contraditória que é a escola.

Conforme Oliveira (2006) os professores podem transparecer seus sofrimentos por meio de reações físicas, aquelas provenientes do ambiente, ou mental, os quais ameaçam à integridade do indivíduo. O processo de saúde-adoecimento pode mostrar seus sinais ainda em alguns atos dos docentes, como absenteísmo, não cumprimento da carga horária, apatia, mudanças bruscas de humor, isolamento, ou desinteresse a assuntos que envolvam a instituição ou o ambiente de trabalho. A manifestação mais frequente, ou intensa, de sinais de sofrimento e de desgaste, são percebidas naquelas com mais tempo de permanência na docência, remetendo-se à ideia de processo cumulativo.

Os sinais de sofrimento que são manifestados pelos professores se relacionam, sobretudo, ao descontentamento gerado pelas lacunas que o seu trabalho pode assumir. Sinais que podem ser vistos na rotina do professor, e podem ser percebidos pelos companheiros de trabalho, ou até mesmo pelo próprio profissional quando toma consciência do problema. Reis (2014) refere que as faltas frequentes ao trabalho,



desmotivação, baixo rendimento, são exemplos de indicativos destas doenças. Além do que, doenças físicas podem ser sinais da ocorrência das doenças mentais, como as doenças auditivas, relacionadas ainda a fala do professor.

Aguiar (2010) destaca alguns sintomas que estão associados ao adoecimento mental da categoria docente como irritabilidade excessiva, ansiedade descontrolada, nervosismo, angústia, depressão, além da manifestação de quadros de estresse e síndrome de Burnout. Esses sintomas estão propensos a se desenvolverem uma vez que a saúde mental no trabalho abrange características pessoais vinculadas às exigências institucionais.

O estresse está relacionado à síndrome de Burnout, mas diferente dela, pois que ele é conceituado como uma doença. A síndrome não é uma doença, mas um conjunto de sintomas e sinais clínicos e resultados de uma ou mais causas (TUOTO, 2007). A síndrome de Burnout para Codo e Menezes (2000) pode ser entendida como um tipo de estresse de caráter persistente vinculado a situações de trabalho, resultante da constante e repetitiva pressão emocional associada com intenso envolvimento com pessoas por longos períodos de tempos.

O processo de alteração do estado de saúde na prática docente produz diversos efeitos no sentimento do professor. Sensações que se tornam crenças nucleares que consistem em ideias globais, absolutistas e rígidas sobre sua função de ser professor. Os sentimentos do professor estão relacionados com suas relações interpessoais e podem ter influências sociais e culturais para qual é submetido.

Codo (1999) em sua obra intitulada “Educação: carinho e trabalho” identifica as principais manifestações deste fator sentimental: sentimento de não poder dar mais no trabalho que realiza; sentimento que os problemas que lhes são apresentados são muito maiores do que os recursos de que possui para resolvê-los; falta de esperança de que algo vá mudar em relação ao trabalho; acreditar que seus objetivos no trabalho não serão alcançados; sentimento de que o trabalho exige demais; pouca importância dada ao trabalho; sentimento de frustração e insatisfação relacionados ao trabalho; pouca motivação, poucos interesses e ideais; e sentimento de desgaste e esforço ao lidar com os alunos.



Portanto, o adoecimento mental docente é um fenômeno que se amplia cada vez mais na sociedade atual, estando interligado com as mudanças sociais que ocorreram nas últimas décadas. E que, a sociedade contemporânea destina aos professores, inovação e novas habilidades para assumir a sala de aula. Em função disso, ampliam-se as responsabilidades e exigências sobre esse profissional.

No texto sobre “O mal-estar docente” Esteve (1999) descreve que assumir as novas funções que o contexto social exige dos professores, supõe domínio de uma ampla série de habilidades pessoais que não podem ser reduzidas ao âmbito da acumulação do conhecimento. O autor descreve que os professores têm sofrido tanto uma exigência de posturas requeridas pela sociedade, como problemas relativos aos recursos materiais e humanos.

Considerações Finais

O presente artigo apresentou uma discussão acerca das causas que acentuam o adoecimento mental em professores brasileiros, apontando situações de sofrimento mental devido as condições de trabalho. O contexto de trabalho do docente pode apresentar vários aspectos que associados à trajetória de vida do sujeito, podem levá-lo ao adoecimento.

Alguns fatores geradores de sofrimento no trabalho podem ser identificados, tais como a jornada de trabalho prolongada em função das diversas atividades que o docente assume, o estilo de gestão, uma vez que a cargos políticos escolhidos conforme os interesses municipais, isto é, podendo ocorrer escolhas que não estejam alinhadas com as necessidades da instituição escolar.

Os professores percebem o trabalho como um fator influenciador para o seu adoecimento mental, na medida em que pode afetar nas relações interpessoais, e ser fonte geradora de estresse e ansiedade. Para a compreensão profunda da gênese do adoecimento mental dos professores, exige o conhecimento dos processos de determinação que ocorrem nos níveis singular, particular e geral, assim como das correlações que se estabelecem entre esses níveis.

As condições de saúde mental dos professores têm despertado o interesse em



pesquisadores de diferentes áreas do conhecimento como psicólogos, epidemiologistas, e demais profissionais da saúde. Os estudos recentes, com base na contribuição de diversos pesquisadores, revelam a preocupação com as condições do exercício profissional dos docentes, tendo em vista a tendência crescente de transtornos mentais manifestados nos últimos anos.

Sendo assim, o adoecimento mental dos professores torna-se cada vez mais uma presença no espaço escolar sendo, portanto, uma temática que está na ordem do dia, em debates e pesquisas acadêmicas. É imprescindível, portanto, o conhecimento e o debate acerca das condições previstas e das proposições direcionadas à valorização desses profissionais para que se minimizem fatores de riscos a sua saúde mental.

Contudo, apesar de sua importância social, os estudos sobre adoecimento mental em professores, especificamente, brasileiros, necessitam serem incentivados e desenvolvidos na própria comunidade acadêmica. Sendo que, a saúde e a educação são condições preponderantes para o desenvolvimento humano e social, mas para isso é fundamental que os professores estejam mentalmente saudáveis.

De qualquer forma, o objetivo do artigo foi contemplado de forma clara e objetiva, sendo possível descrever o panorama dos sintomas ou causas do adoecimento mental em professores brasileiros, possibilitando estimular a reflexão sobre a saúde mental nesta categoria.



Referências

AGUIAR, Aljucy Martins da Rocha. **O estresse ocupacional do professor do ensino superior:** a relação entre os sintomas de estresse e a atividade docente em duas instituições de ensino superior da cidade de Teresina-PI. Dissertação de Mestrado - Instituto de Ciências da Educação, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Lisboa. 2010.

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

CODO, Wanderley; MENEZES, Iône Vasques. **Burnout:** Sofrimento psíquico dos trabalhadores em educação. Cadernos de Saúde do Trabalhador, 2000.

CODO, Wanderley; JACQUES, Maria da Graça Corrêa. **Saúde Mental e Trabalho:** Leituras. Petrópolis: Vozes, 2002.

DEJOURS, Christophe. **Psicodinâmica do trabalho:** contribuições da Escola Dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho. São Paulo: Atlas. 1994.

ESTEVE, José Manuel. **O mal-estar docente:** a sala de aula e a saúde dos professores. São Paulo: Edusc. 1999.

ESTEVE, José Manuel. Mudanças sociais e função docente. In: NÓVOA, A. **Profissão professor.** 2. ed. Porto: Porto Editora, 2014.

LEÓN, Giselle León. **Los profesionales de secundaria, como factores de riesgo en el síndrome de Burnout.** Revista Electrónica Educare, 15(1), 2011.

MELEIRO, S. O stress do professor. In M. N. Lipp (Org.), **O stress do professor.** Campinas, SP: Papirus. 2012.

NEVES, Mary Yale Rodrigues.; SELIGMANN-SILVA, Edith. **A dor e a delícia de ser (estar) professora:** trabalho docente e saúde mental. Estudos e Pesquisas em Psicologia, Rio de Janeiro, v. 6, n. 1, 2006.

NORONHA, Maria Márcia Bicalho. **Condições do exercício profissional da professora e os seus possíveis efeitos sobre a saúde:** estudo de casos das professoras do ensino fundamental em uma escola pública de Montes Claros, Minas Gerais. Dissertação de Mestrado – Faculdade de Medicina, Universidade Federal de Minas



Gerais, Belo Horizonte, 2001.

OLIVEIRA, Eloiza da Silva Gomes de. **O “Mal Estar” docente como fenômeno da modernidade: os professores no país das maravilhas.** UFRJ, Rio de Janeiro. 2006.

REIS, Maria Izabel Alves dos. **O adoecimento dos trabalhadores docentes na rede pública de ensino de Belém-Pará.** Tese de Doutorado - Instituto de Ciências da Educação, Universidade Federal do Pará, Belém, 2014.

SELIGMANN-SILVA, Edith. **Desgaste mental no trabalho dominado.** São Paulo: Cortês, 1994.

SELIGMANN-SILVA, Edith. **Trabalho e desgaste mental: o direito de ser dono de si mesmo.** SP: Cortês, 2011.

TUOTO, Elvio A. Síndrome de Burnout. In: **História da Medicina Dr. Elvio A Tuoto.** Brasil, 2007.

VASCONCELLOS, Celso. **Construção do conhecimento em sala de aula.** 6. ed. São Paulo: Libertad; 1997.