



SAÚDE MENTAL E TRABALHO DOCENTE: DO SOFRIMENTO AO ADOCIMENTO PSÍQUICO DE PROFESSORES EM REDES PÚBLICAS DE SINOP-MT

**IEGO GABRIEL AGUIAR PENTIADO¹
ELOISA DE SOUZA LIMA²
JAQUELINE SAMPIETRO DE SOUZA³**

RESUMO: A sobrecarga de trabalho, a falta de reconhecimento profissional, os baixos salários e os conflitos com colegas e alunos foram identificados como principais agravantes presentes no contexto laboral dos professores. Como consequência, podem gerar sintomas de ansiedade, medo e insegurança. É notável que esses profissionais da educação enfrentam diversos desafios em seu contexto de trabalho, ficando vulneráveis e sujeitos ao agravamento da saúde mental. Diante dessa situação, fica claro que se trata de uma questão de extrema importância, pois a saúde mental é fundamental para o bem-estar dos professores e para o bom funcionamento do sistema educacional como um todo. Nessa perspectiva, o presente estudo teve como objetivo identificar as possíveis demandas laborais que podem contribuir para o agravamento da saúde mental, influenciando negativamente o profissional da educação em seu cotidiano, seja interpessoal, social ou profissional. Desta forma, a pesquisa objetivou entrevistar os professores atuantes nas escolas da região de Sinop-MT, para identificar sua condição em relação à saúde mental e ao trabalho docente. O presente estudo possui um caráter quantitativo e qualitativo. Quanto à coleta de dados, foi utilizada a plataforma *Google Forms* para a elaboração, compartilhamento, levantamento de dados e análise de resultados. Os desfechos da pesquisa mostram que, apesar das condições de trabalho, carga horária, ambiente e clima relativamente favoráveis percebidos pelos professores, ainda há uma prevalência do agravamento da saúde mental desses profissionais.

PALAVRAS-CHAVE: Adoecimento Psíquico. Trabalho. Saúde Mental. Transtornos Mentais.

MENTAL HEALTH AND TEACHING WORK: FROM SUFFERING TO PSYCHIC ILLNESS AMONG TEACHERS IN PUBLIC NETWORKS OF SINOP-MT

ABSTRACT: Work overload, lack of professional recognition, low salaries, and conflicts with colleagues and students have been identified as key aggravating factors in the teachers' work environment. Consequently, these factors can lead to symptoms of anxiety, fear, and insecurity. It is evident that these education professionals face various challenges in their work environment, rendering them vulnerable and susceptible to deteriorating mental health. Given this situation, it is clear that this is a matter of utmost importance, as mental health is crucial for

¹ Acadêmico de graduação, Curso de Psicologia. Centro Universitário Fasipe – UNIFASIFE. Endereço eletrônico: psicologia@unifasipe.com.br.

² Professora Especialista em Avaliação Psicológica. Curso de Psicologia. Centro Universitário Fasipe – UNIFASIFE. Endereço eletrônico: eloisadelima@hotmail.com.

³ Professora Mestra em Biologia. Curso de Psicologia. Centro Universitário Fasipe – UNIFASIFE. Endereço eletrônico: Jaky_sampietro@hotmail.com.



the well-being of teachers and the smooth functioning of the educational system as a whole. From this perspective, this study aimed to identify potential job demands that could contribute to the worsening of mental health, negatively influencing educators in their everyday interpersonal, social, and professional lives. The research sought to interview teachers working in the Sinop-MT region to assess their mental health and teaching conditions. This study employed both quantitative and qualitative methods. Data collection was conducted using the Google Forms platform for questionnaire creation, distribution, data collection, and result analysis. The research findings reveal that, despite the relatively favorable working conditions, hours, and perceived environment and climate among teachers, there is still a prevalence of worsening mental health among these professionals.

KEYWORDS: Psychic Illness. Work. Mental Health. Mental Disorders.

1. INTRODUÇÃO

A saúde mental inserida no contexto do trabalho, abre um leque para vários questionamentos, como fatores que promovem a saúde mental, fatores que contribuem para o adoecimento, , pontos de vista social, econômico, filosófico e cultural, cada ponto de vista adota por si uma definição em especial. O vínculo homem e trabalho é enigmático, quando se refere a determinar se o trabalho de fato gera o adoecimento psíquico, pois outras características podem contribuir, como relacionamentos pessoais e a predisposição. (MASUMOTO e FAIMAN, 2014),

Nesta observação, fica evidente quando se refere a saúde mental e o trabalho acaba por se tornar desafiante e delicado tratar do assunto ao determinar o ambiente de trabalho como um agente causador do adoecimento e sofrimento de colaboradores que o compõe, atualmente as condições laborais tem reforçado o desarranjo comportamental, surgimento e psicossomatização . (KANAANE, 2017).

Segundo Barral, (2018), sugere itens relevantes que podem fazer parte de uma justificativa bem qualificada. Quanto aos interesses pessoais, se trata de contribuir para a área organizacional e clínica da psicologia, auxiliar e apoiar pessoas que passaram por um processo de sofrimento psíquico referente ao contexto do trabalho. Quanto ao campo da psicologia em si, diferentes áreas dentro do ramo é capaz de auxiliar e contribuir, como a psicologia social e comunitária, avaliação psicológica, psicoterapia breve e aconselhamento psicológico, psicoterapias de grupo, área clínica e organizacional.

A OMS aponta que cerca de 40% de trabalhadores estão sujeitos a adquirirem transtornos mentais, sendo 30% deles considerados transtornos “menores”, e cerca de 5 a 10% estão suscetíveis a níveis graves. Informações coletadas pela MPS demonstram que o afastamento por razões de saúde mental cresceram significativamente nos últimos anos, sendo a terceira maior razão de afastamentos de trabalhadores no país (SILVA: BERNARDO; SOUZA, 2016,).

O presente trabalho tem como objetivo buscar esclarecer a relação do adoecimento e sofrimento psíquico no contexto docente através de bibliografias, pesquisas e explorações de campo, sugerir novas propostas para lidar e explorar a temática diante ao contexto atual que se refere ao trabalho, e esclarecer possíveis soluções.

Quais as possíveis demandas laborais que podem contribuir para um agravamento a saúde mental, que pode influenciar negativamente professores em seu cotidiano, seja ele emocional, social e profissional?



2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1 Do sofrimento ao Adoecimento Psíquico de docentes

O trabalho de professores na rede de educação exerce uma função importante para a sociedade, com isto em mente, é importante dar atenção a esses profissionais, cujo o objetivo é ser um facilitador na aquisição de conhecimento dos alunos, que futuramente possam utilizar das informações adquiridas em seu convívio com a comunidade (VIANA 2021).

Tendo isto em mente, é importante esclarecer que estes objetivos prescritos em seu trabalho sofrem alterações com o trabalho real, onde por consequência possam gerar estresse, esgotamento e cansaço, (DEJOURS 1994), em sua realidade o professor está sujeito a conflitos com alunos, como situações de indisciplina, desvalorização e desrespeito, como consequência o aumento da tensão, o desgaste mental pode impactar o bem-estar emocional desses profissionais (REIS, 2013).

Pensar no adoecimento psíquico como um processo, onde o indivíduo é levado do sofrimento a doença, onde isto se desenvolve ao longo do tempo tem sua origem nos diferentes pensamentos e concepções ao longo do tempo, desenvolvido por diferentes teóricos como a psicodinâmica do trabalho de Dejours, a teoria organo-dinâmica de Henry Ey, a psicopatologia do trabalho de Paul Silvadon, Le Guillant, Karl Marx, fatores higiênicos de Herzberg entre outros contribuíram com diferentes óticas, assim estabelecendo diferentes parâmetros para a evolução de um sofrimento até o adoecimento psíquico no contexto laboral (KANAANE, 2017).

por conta dessa problemática, fica claro a necessidade da implementação de políticas que possam explorar o apoio e a promoção da saúde de professores, como melhores condições de trabalho, valorização da profissão docente, salário digno e formação continuada, espaços para a escuta e o acolhimento de docentes também são essenciais para gerar um impacto significativo, (VIANA 2021).

As concepções marxistas sustentam o sofrimento e o adoecimento psíquico como um processo determinante onde as condições do ambiente laboral, como o excesso, a sobrecarga do trabalho, o contexto das condições em que o trabalhador se encontra afetam a integridade da saúde tanto do corpo como da mental, (FERNANDES, 2018).

Para Fernandes, (2018), todas as teorias que exploram o estresse e a psicodinâmica do trabalho, as explorações a partir do modo da epidemiologia, o diagnóstico a área que relaciona a subjetividade e trabalho, são correspondentes dos moldes construídos a partir das teorias que estudam as relações de sofrimentos mentais e trabalhos.

2.2 Fatores Predisponentes ao Sofrimento Psíquico Em Professores

O trabalho pode se estabelecer tanto de um ponto de equilíbrio como um ponto de desequilíbrio, o que determinará isto será as características cognitivas, perceptivas, psicossensoriais, sensorio motoras e psicológicas do profissional (DEJOURS, 1980).

O equilíbrio se dá quando o ambiente laboral permite a manifestação de estratégias defensivas, são responsáveis para preservar o indivíduo de um sofrimento e conseqüentemente o adoecimento, quando o ambiente possui a flexibilidade do indivíduo se expressar permite que ele utilize dessas estratégias (MENDES, 1996).

Na perspectiva de Dejours (1992), aponta que o sofrimento possui uma propriedade central, antes de tudo o indivíduo tem consigo seu momento de enfrentamento diante as forças que o conduz em direção ao adoecimento mental. Em contribuição, surge outra teoria, a função da organização do trabalho, é nela que deve se encontrar estas forças, entende-se a organização



do trabalho não apenas em suas divisões de atividades, mas também a divisão das atividades entre os colaboradores, frequência rítmica, bem como a operação prescrita.

Dificuldades pedagógicas, problemas emocionais, conflitos entre professores e alunos, ambiente escolar desfavorável, sobrecarga do trabalho e a falta de reconhecimento do trabalho de professores são os principais agravantes que podem ser predisponentes ao agravo do sofrimento psíquico (VIANA, 2021).

Quando a organização do trabalho entra em conflito com o psiquismo do indivíduo, quando ela bloqueia qualquer tipo de possibilidade de adaptação dos indivíduos e seus desejos, neste momento se instaura o sofrimento patogênico, (DEJOURS, 1992). Para Viapana, Gomes e Albuquerque (2018) a ausência de estudo sobre doença mental relacionada ao trabalho dificulta estabelecer parâmetros o suficiente para dizer se de fato as condições laborais é um agente agravador, isso é justificado pela característica intangível do sofrimento psíquico assim impossibilitando estabelecer um nexo causal.

Dejours, (1994) discorda ao dizer que as características fisiológicas, sociais e econômicas, são ultrapassadas levando o indivíduo a uma psicopatologia, sendo que sua etiologia, ou seja, o agente causador de psicopatologias são as sobrecarga, descompensações, a falta de sintonia na relação dinâmica trabalho real e prescrito que comprometem o equilíbrio psíquico e a saúde mental do trabalhador.

Para Papareli, Sato E Oliveira (2011), as duas compreensões mais populares sobre a etiologia da doença e saúde do trabalhador são: aspectos a sua singularidade, como seu histórico de vida, fatores socioeconômicos, fisiológicos e psicossociais, a segunda compreensão é atribuir de fato que o contexto laboral é responsável por produzir o sofrimento sem que ele seja contestado ou questionado do contrário.

Com o mercado atual em escala globalizada e organizações vulneráveis, as características econômicas instáveis e imprevisíveis são transmitidas aos colaboradores, que por sua vez é responsável por desencadear uma crescente variedade de adoecimentos, onde se destacam os transtornos mentais e transtornos comportamentais. Nas últimas décadas estes transtornos vêm repercutindo significativamente de uma maneira crescente e exponencial, que se torna possível assim, uma comparação nos números crescentes de benefícios a partir de políticas públicas exigindo auxílios previdenciários, junto a isto, pedidos de tornar e transformar o local de trabalho em algo que promova a qualidade de vida, o prazer, a segurança psicológica e a saúde de trabalhadores, (DUARTE, 2018).

Fatores relacionados ao contexto laboral assim como características pessoais, individuais e singulares ao indivíduo devem ser levados em consideração, pois estas características são determinantes para se levantar um estudo sobre quais os fatores que contribuíram para o sofrimento psíquico. Compreender fatores predisponentes ao agravo da saúde mental de professores abre portas para várias reflexões, como o desenvolvimento de estratégias que visam contornar os desafios por eles enfrentados (REIS, 2013).

2.3 Agravos Psíquicos Relacionados ao Trabalho Apresentados Pelos Professores.

Tanto indivíduos empregados como desempregados estão sujeitos a transtornos mentais comuns, instabilidade, a ausência de uma renda, ausência de políticas públicas de apoio e proteção, são responsáveis por gerar estresse que podem levar o indivíduo ao adoecimento, o desemprego afeta o bem-estar psicológico (BÁRBARO et al, 2009). “Trabalho pode ser entendido como fonte de prazer e realização; representa o que de mais humano existe no homem, a capacidade de expressar sua “marca essencial” – a subjetividade –, fator fundamental ao equilíbrio e desenvolvimento humano” (CAVALHEIRO e TOLFO, 2011).



Antes de elencar e nomear as principais doenças é necessário estabelecer uma investigação diagnóstica, que no caso já visto se torna um desafio, pois há pouca exploração no que tange a relação da doença e o trabalho, pois o exercício do trabalho docente pode estar relacionado a diversos agravos psíquicos decorrentes das condições de trabalho e das demandas do ambiente educacional, esses agravos podem afetar negativamente a saúde mental desses profissionais, já que isso pode comprometer seu bem-estar e sua capacidade de desempenhar suas funções adequadamente, (COSTA e ROCH 2020).

2.4 Condições laborais e saúde mental docente

Ao se referir atualmente ao desempenho de alunos, é visto como um reflexo do exercício docente, porém é válido destacar que ao mesmo tempo, professores são limitados por conta de tarefas cada vez mais complexas e a falta de subsídios pedagógicos, que por sua vez não são supridas pela administração escolar, onde novamente retorna no investimento de tempo e recursos dos próprios professores, fazendo com que torne a carga de trabalho mais intensa, (GASPARINI et al, 2005).

Segundo Collie et al, (2012) afirma que a falta de autonomia de professores gera como consequência uma sensação de falta de controle no contexto laboral, além disso essa condição gera a exaustão emocional e o sentimento de frustração presentes.

A falta de atenção por parte de políticas públicas em função da prevenção e promoção a saúde são um dos agravantes para transtornos psiquiátricos, como a ansiedade e depressão, a exposição a condições inadequadas de trabalho pode afetar negativamente a saúde mental de docentes. (DUARTE, 2018).

Atualmente, professores estão sujeitos a violência verbal e física de alunos, o que pode gerar sintomas de ansiedade, medo e insegurança. Sendo assim, é necessário implementar medidas de prevenção e intervenção para proteger os docentes e promover um ambiente escolar seguro e saudável. Sobrecarga de trabalho, falta de reconhecimento profissional, baixos salários e conflitos com colegas e alunos são um dos principais agravantes presentes no contexto laboral de professores, de modo geral, as condições laborais dos docentes são um fator importante a ser considerado quando se trata da saúde mental desses profissionais, (REIS, 2013).

Para Costa e Roch (2020), conflitos com alunos, pais e colegas de trabalho são fatores que também se destacam quando se referem as condições de estresse e ansiedade nos professores. Jaques (2007), reforça que a intensa demanda de alunos com dificuldades de aprendizagem e comportamento, também pode gerar sobrecarga emocional, adoecimento e o desemprego afeta o bem-estar psicológico. “Trabalho pode ser entendido como fonte de prazer e realização; representa o que de mais humano existe no homem, a capacidade de expressar sua “marca essencial” – a subjetividade –, fator fundamental ao equilíbrio e desenvolvimento humano” (CAVALHEIRO, TOLFO, 2011).

Ao mesmo, é desafiador estabelecer um nexos causal da relação doença e trabalho é muito difícil, apesar de muitas doenças estarem relacionada ao trabalho, ainda possui uma incidência muito baixa dificultando assim apontar e determinar os transtornos mentais relacionado ao trabalho (DUARTE 2018).

As explorações epistemológicas no Brasil, na tentativa de estabelecer parâmetros de quais as doenças relacionadas ao trabalho, tentam antes de tudo questionar o nexos causal, esta exploração começou no Brasil, através do Laboratório de psicologia do trabalho da Universidade de Brasília. Ainda ao que se refere a exploração no Brasil, é utilizado como uma ferramenta de exploração a escala de Schilling, onde são classificados em três grupos da seguinte forma: na primeira escala estão classificadas as doenças reconhecidas de fato, na



segunda o ambiente laboral é visto como um agente responsável por acentuar, no último é visto como um agente estimulador, e provocador de uma doença já estabelecida (JAQUES 2007).

3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

3.1 Tipo de Pesquisa

O presente trabalho apresentou uma pesquisa com questionários fechados no objetivo de coletar informações em uma escala quantitativa onde foram analisados e avaliados os resultados coletados. A pesquisa quantitativa e qualitativa utiliza de informações numéricas e manejos estatísticos com a finalidade de quantificar seus resultados, dessa forma tornando-os confiáveis, essa pesquisa possui tanto uma característica descritiva como analítica, ao mesmo tempo que possui um caráter avaliativo sobre a perspectiva de entrevistados. (GARCIA, 2015,).

Os métodos de pesquisa de campo são projetados para ajudar os pesquisadores a padronizar a coleta de dados e para que não distorça os resultados da pesquisa. Ou seja, torna o objeto do estudo mais específico, o estudo mais imparcial e dar mais credibilidade ao investigador e ao pesquisador. (SZWARCOWALD, 2021).

Para isto, a pesquisa utilizou de uma amostragem voluntária, onde os entrevistados se dispõem a participarem de uma pesquisa. Este tipo de amostragem se torna bem comum em situações de pesquisas online, através de sites e redes sociais onde a coleta de dados se dá através de acessos dos entrevistados pela internet, também comumente utilizado através da metodologia (GALVÃO e RICARTE, 2020,).

O método Bola de Neve tem como principal característica suas especificidades que diferenciam de outros métodos. A coleta de dados, que é a formação da amostra ao longo de sua aplicação e não determinada antes. (SZWARCOWALD, 2021).

3.2 População e amostra

A pesquisa foi realizada com professores pertencentes a redes públicas de ensino, tanto no ensino fundamental, quanto no ensino médio no município de Sinop-MT, que no presente momento da pesquisa estavam em atuação. A pesquisa possui como amostra 43 professores de escolas públicas

3.3 Coleta de dados

Com o formulário desenvolvido e concluído, a próxima etapa foi o compartilhamento do link através da plataforma *WhatsApp* para os entrevistados que residem na cidade de Sinop-MT. Com o acesso disponível ao endereço eletrônico os entrevistados foram direcionados para o formulário de perguntas da pesquisa, além do questionário também está presente o termo de consentimento livre e esclarecimento responsável por assegurar o sigilo dos dados bem como a alternativa de abrirem mão da pesquisa caso não desejem mais participar, vale destacar também que o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido é responsável pelo desenvolvimento de uma análise ética de um projeto de pesquisa.

Como plataforma escolhida para gerenciar e coletar as informações para a pesquisa foi adotado o *Google Forms*, assim sendo possível analisar e avaliar os resultados obtidos. Também na plataforma é possível realizar a criação e edição dos formulários de pesquisa, também a criação de gráficos e tabelas para apresentação de resultados (GALVÃO e RICARTE, 2020,).

Também foi realizada uma pesquisa bibliográfica baseando-se em livros e artigos publicados, presente no capítulo dois, sendo possível explorar diversos pontos de vista sobre o



mesmo assunto, dessa maneira compreendendo e explorando da melhor forma o tema em questão, esta etapa também é responsável por reunir ideias, opiniões, conceitos e teorias de autores, assim sendo possível observar uma sintonia e semelhança quanto a produção teórica, ao mesmo tempo que carrega uma grande carga suficiente para um embasamento científico. (GALVÃO e RICARTE, 2020,).

4 ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DE DADOS

A pesquisa faz uso de um questionário contendo perguntas objetivas, onde a proposta é investigar as relações dos entrevistados com seu trabalho, vida pessoal, suas percepções com o ambiente e suas condições, bem como a satisfação e percepção referente a saúde mental. Esta etapa se trata da observação de dados coletados, *no Google Forms*, assim como a análise referente a docentes que atuam em redes públicas no município de Sinop-MT.

Com relação a carga horária, 2,4 % (1 professor) cumpre 20 horas ou menos, 88,1% (38 professores) cumprem entre 20 e 40 horas semanais e 9,3% (4 professores) realizam cerca de 40 horas ou mais ao longo da semana. Esses oferecem uma noção da distribuição e a carga de trabalho dos professores, bem como variações na atual jornada laboral.

O ponto de vista dos professores ao considerar se possuem tempo para dedicar à sua vida pessoal, 57,1% (25 professores) consideraram às vezes terem tempo, 31% (13 professores) consideraram sempre terem tempo, 9,5% (4 professores) raramente e 2,4% (1 professor) responderam que nunca possuem tempo. Essas perguntas possuem uma característica subjetiva de cada entrevistado, pois os mesmos avaliam a sua rotina e julgam a partir de seus próprios pontos de vista.

Novamente o que se observa é o caráter pessoal dos entrevistados que em sua maioria julgam terem sempre a flexibilidade de organizar e administrar o conteúdo em sala de aula. A percepção de professores quanto ao seu tempo para desenvolverem o conteúdo ministrado em aulas, revelou que: 46% (20 professores) apontam possuir tempo para desenvolver seus conteúdos, 35,9% (14 professores) responderam as vezes, 11,6% (5 professores) responderam nunca terem tempo e 7% (3 professores) raramente.

Neste questionamento, demonstra como os professores avaliam o equilíbrio entre a vida pessoal e a vida profissional, 39,5% (17 professores) responderam sempre manter um equilíbrio entre vida pessoal e vida profissional, 37,2% (15 professores) consideram que as vezes possuem equilíbrio nas duas áreas, 18,6% (8 professores) responderam raramente e 4,7% (2 professores) responderam nunca. Nessa, assim como as anteriores mostram indicadores para a relação de trabalho e sobrecarga, também demonstram se os professores realizam atividades profissionais em seu tempo de lazer sendo um reflexo atual da capacidade de administrar o tempo de trabalho e o de tempo de lazer.

No que se refere ao julgamento de professores ao ambiente de trabalho, 67,4% (29 professores) consideram bom 20,9% (8 professores) consideram ótimo, 11,6% (5 professores) consideram ruim e nenhum dos participantes considerou o ambiente de trabalho como péssimo. O fato de professores julgarem seu ambiente de trabalho demonstra a percepção dos mesmos com o clima organizacional, fator este que o clima e o bem estar no trabalho.

Com relação a segurança psicológica, foi questionado aos professores seu julgamento quanto a sentirem-se confortáveis em exporem suas ideias e opiniões. 58,1% (25 professores) apontaram que as vezes se sentem confortável em expor opiniões e ideias, 20,9% (9 professores) responderam que sempre se sentem confortável, 18,6% (8 professores) consideram que

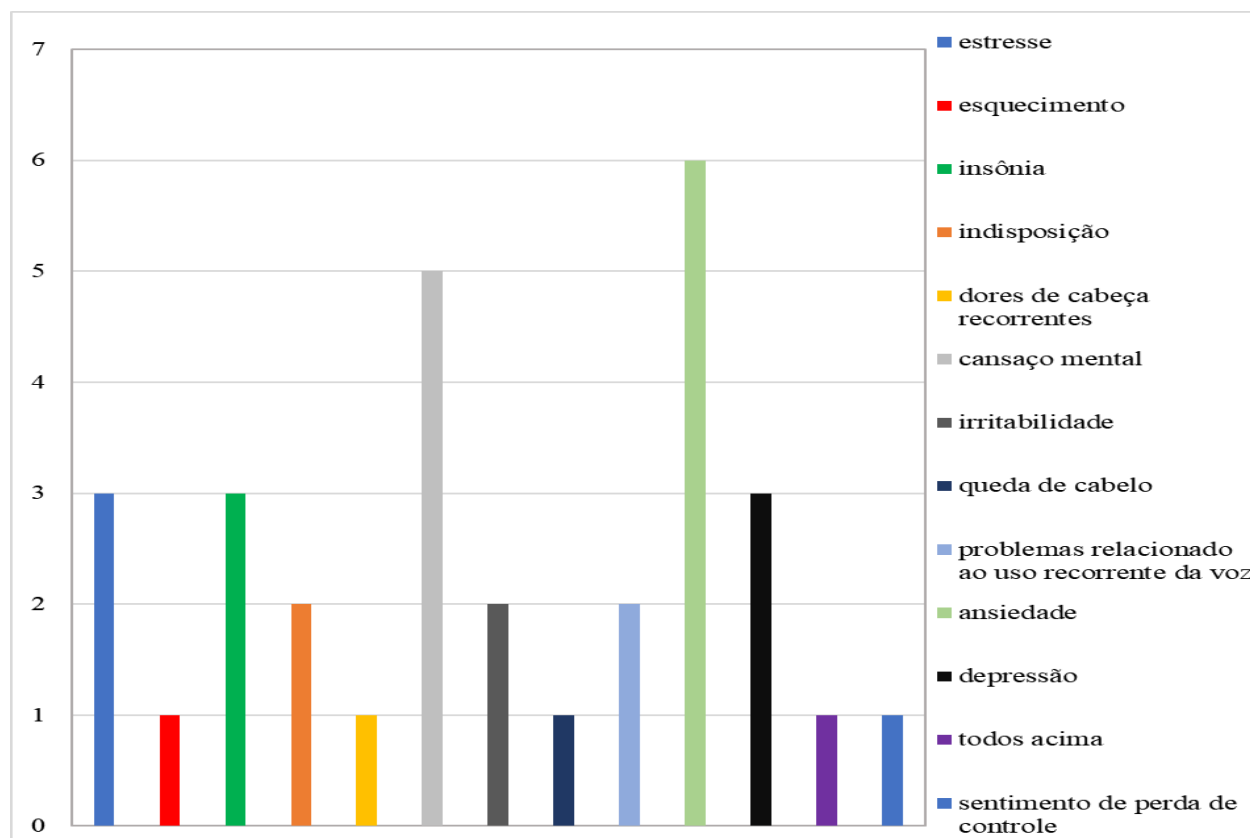


raramente e nenhum dos entrevistados considerou nunca.

O relacionamento interpessoal é marcado pelo profissionalismo, habilidades na comunicação, postura profissional e compreensiva. Um bom relacionamento interpessoal também reflete no bem-estar, Resolução de conflitos, Confiança e o trabalho em equipe. 72,1% dos professores julgaram sempre ter, 27,9% responderam que as vezes e nenhum dos entrevistados considerou raramente ou nunca.

É questionado aos participantes se vivenciaram algum problema relacionado à saúde mental decorrente ao trabalho. Dos entrevistados, 65,1% afirmaram ter enfrentado algum problema, enquanto 34,9% negaram ter experimentado qualquer dificuldade nesse contexto específico. Apesar dos pontos avaliados como positivo para a promoção da saúde mental no ambiente de trabalho, a presença de transtornos mentais, problemas com a integridade do corpo estão presentes na pesquisa, o que mostra ser necessário avaliar além das condições laborais um fator que influencia o adoecimento de professores.

gráfico 1: condições psicológicas apresentadas



Fonte: Própria (2023)

Neste gráfico, é apresentada as seguintes condições psicológicas decorrente de uma saúde mental afetada pelo trabalho docente, cerca de 19,3% (6 professores) apresentaram ansiedade, 13,3% (4 professores) esgotamento e cansaço mental, 16,1% (5 professores) apresentaram estresse, 6,7% (2 professores) irritabilidade, 6,7% (2 professores) indisposição, 6,7% (2 professores) problemas relacionados ao uso recorrente da voz, 6,7% (2 professores) apresentaram depressão, 9,6% (3 professor) dores de cabeça recorrentes, 3,3% (1 professor) queda de cabelo 3,3% (1 professor) insônia, 6,7% (2 professor) todas as opções e 3,3% (1



professor) sentimento de perda de controle e 3,3% (1 professor) esquecimento. As respostas geradas pelos professores indicam que uma parcela significativa está enfrentando uma variedade de demandas psicológicas. Esses dados demonstram a necessidade de intervenções para alcançar a promoção da saúde mental de docentes.

Com relação ao apoio de um profissional da saúde, cerca de 62,8% afirmaram que já buscaram, enquanto 37% dos professores negaram ter buscado algum tipo de auxílio nesta área.

A presença de políticas públicas nesta área pode servir como um manejo estratégico tanto para a prevenção do adoecimento como a promoção da saúde, sendo uma possibilidade de solução para as demandas psicológicas presentes. É evidenciado que os professores possuem algum conhecimento acerca de quaisquer políticas públicas que os auxiliem na promoção da saúde mental em seu contexto de trabalho. Aproximadamente 65,1% dos professores negaram possuir tal conhecimento, enquanto 34,9% afirmaram estar cientes dessas políticas.

Como último questionamento, é demonstrado se os professores concordam ou discordam secessas políticas públicas são capazes de suprir demandas psicológicas. Aproximadamente 61,9% dos professores afirmaram que consideram tais políticas eficazes, enquanto 38,1% discordaram dessa afirmação. Os dados revelam uma divisão de opiniões entre os professores em relação à eficácia das políticas públicas na promoção da saúde mental, assim demonstrando a desconfiança de alguns professores quanto ao impacto que potenciais intervenções de políticas públicas possam gerar.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados gerados referentes a carga horária de trabalho, tempo dedicado ao lazer e equilíbrio entre vida pessoal e profissional demonstram de modo geral que os professores consideram o tempo de trabalho relativamente razoável, assim não sendo um dos principais agravantes para a saúde mental de professores em redes públicas.

Já a percepção do ambiente de trabalho, o sentimento de segurança em se expressar e o relacionamento interpessoal são fatores que contribuem para o nível de satisfação dos professores com relação ao seu trabalho, características essas que auxiliam na motivação, bem-estar psicológico, engajamento e saúde mental, a grande maioria dos entrevistados julgaram o ambiente de trabalho como bom, seguido de ótimo e uma minoria dessa parcela julgou o ambiente de trabalho como ruim.

Ainda com relação a segurança psicológica, a grande maioria dos professores relatam que as vezes se sentem seguros em se expressarem, e exporem suas opiniões e ideias, isto indica que mesmo em algumas situações os professores demonstrem seus pontos de vista ou mesmo se expressem, há ocasiões em que os mesmos não se sentem confortáveis para isto. Grande parte dos entrevistados julgaram ter sempre um bom relacionamento interpessoal sendo, onde nenhum dos participantes responderam raramente ou nunca, o restante apontou as vezes possuírem, isto indica que muitos dos professores possuem colaboração, apoio, boa comunicação, confiança e um ambiente saudável para se trabalhar.

Apesar das avaliações positivas do ponto de vista da grande maioria dos entrevistados, com relação a carga horária e o ambiente de trabalho, isso não impediu que a prevalência de transtornos mentais ou agravos na saúde mental fosse menor, porém vale destacar que no formulário foi perguntado se alguma vez os professores já haviam vivenciado problemas com a saúde mental devido ao seu trabalho, isso significa que eles podem já ter passado por essa experiência devido a condições passadas e não atuais. Com relação as condições apresentadas



referentes a saúde mental afetada estão a ansiedade, o esgotamento, o cansaço mental e o estresse como destaque entre os professores.

Contudo, é importante dar um passo além da identificação dos transtornos mentais e agravantes da saúde mental dos professores. Desta forma, vale destacar a existência de políticas públicas que promovam a saúde mental e o bem-estar de professores, para isso ainda na pesquisa foi questionado se os mesmos possuíam conhecimento dessas políticas, onde a grande maioria respondeu não ter conhecimento, porém, acreditam que essas políticas podem ser eficazes.

REFERÊNCIAS

ANDRES, Fabiane da Costa. **A utilização da plataforma Google Forms em pesquisa acadêmica: relato de experiência.**

https://www.researchgate.net/publication/343865099_A_utilizacao_da_plataforma_Google_Forms_em_pesquisa_academica_relato_de_experiencia/link/638a4501658cec2104a428ff/download 2020.

BÁRBARO; Alessandra; ROBAZZI; Maria; PEDRÃO; Jorge, CYRILLO; Regilene, SUAZO; Sandra, **TRANSTORNOS MENTAIS RELACIONADOS AO TRABALHO: REVISÃO DE LITERATURA**, <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/smad/v5n2/08.pdf>, 2009.

BARRAL, Welber **Metodologia da pesquisa jurídica**. Belo Horizonte 2013.

BERNARDO; MARCIA; SOUZA, Heloisa **Relação Entre Saúde Mental E Trabalho: A Concepção De Sindicalistas E Possíveis Formas De Enfrentamento** <https://www.scielo.br/j/rbso/a/yc6YRxM95vWD4mK8rthm6Pk/?format=pdf&lang=pt>, 2016.

CAVALHEIRO, Gabriela **Trabalho e depressão: um estudo com profissionais afastados do ambiente laboral**. <https://www.scielo.br/j/pusf/a/vCXsfpGWPZCRk5yZGnQbmmk/2011>.

COSTA, Francisca; Roch Renato. **Fatores estressores no contexto de trabalho docente** <https://www.rchunitau.com.br/index.php/rch/article/download/51/44> 2020.

DEJOURS; Christophe, **Psicodinâmica do Trabalho**, Dublinense, 2016.

DEJOURS; Christopher, **A Loucura do Trabalho**, 5ª edição, França, Cortez Editora, 1992

DUARTE; Renan, **UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA “JÚLIO DE MESQUITA FILHO” FACULDADE DE CIÊNCIAS HUMANAS E SOCIAIS**. https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/180559/Duarte_RF_me_fran.pdf?sequenc 2018.

FERNANDES; Marcia, SILVA; Dinara, IBIAPINA; Aline: SILVA; Joyce, **Adoecimento mental e as relações com o trabalho: estudo com trabalhadores portadores de transtorno mental**, <https://cdn.publisher.anl.link/rbmt.org.br/pdf/v16n3a04.pdf>, 2018.

GALVÃO, Maria Cristiane Barbosa; RICARTE, Ivan Luiz Marques. **Revisão sistemática da**



literatura: conceituação, produção e publicação. Disponível em: <https://sites.usp.br/dms/wp-content/uploads/sites/575/2019/12/Revisão-Sistemática-de- Literatura.pdf> 2020.

GARCIA, Fabíola Silva. **Metodologia da pesquisa científica: organização estrutural e os desafios para redigir o trabalho de conclusão.** https://www.uniesp.edu.br/sites/_biblioteca/revistas/20170627112856.pdf 2015.

JACQUES, Maria **O NEXO CAUSAL EM SAÚDE/DOENÇA MENTAL NO TRABALHO: UMA DEMANDA PARA A PSICOLOGIA** <https://www.scielo.br/j/psoc/a/K5n86jFsmCF6PDzLm9bjqk/?format=pdf&lang=pt> 2007.

KANAANE; Roberto, **COMPORTAMENTO HUMANO NAS ORGANIZAÇÕES**, Gen MASUMOTO, FAIMAN **Saúde mental e trabalho: um levantamento da literatura nacional nas bases de dados em Psicologia da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS)** <https://www.revistas.usp.br/sej/article/view/97126/96200>, 2014.

MENDES; Luciano, **Entre Vivos, Mutilados e Mortos: Reflexões sobre Saúde e Segurança no Trabalho a partir do Documentário “Carne e Osso”.** https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/5572737/mod_resource/content/1/Entre%20Vivos%2C%20Mutilados%20e%20Mortos.pdf, 2014.

PAPARELI; Renata, SATO; Leny, OLIVEIRA; Fabio, **A Saúde Mental relacionada ao trabalho e os desafios aos profissionais da saúde**, <https://www.scielo.br/j/rbso/a/YfMz55kDCyzXjny74jw6DbN/?format=pdf&lang=pt>, 2011.

REIS, J. F. et al. **Docência e exaustão emocional. Educação e Sociedade.** Campinas. 2006.

SUZANA da Rosa Tolfo – **Assédio Moral no Trabalho Características e intervenções** <https://neppot.paginas.ufsc.br/files/2016/08/LIVRO-AMT-CaracInterv2015.pdf> 2020

SZWARCWALD, Celia. **ConVid – Pesquisa de Comportamentos pela Internet durante a pandemia de COVID-19 no Brasil: concepção e metodologia de aplicação.** <https://www.scielo.br/j/csp/a/DpNFcx6RhgcX5MSsDtNj6b/?format=pdf&lang=pt> 2021.

SZWARCWALD, Celia. **ConVid – Pesquisa de Comportamentos pela Internet durante a pandemia de COVID-19 no Brasil: concepção e metodologia de aplicação** <https://www.scielo.br/j/csp/a/DpNFcx6RhgcX5MSsDtNj6b/?format=pdf&lang=pt> 2021.

VIANA Luciéllen Rangel de Oliveira. **SAÚDE MENTAL DE PROFESSORES DA REDE PÚBLICA DE ENSINO** <https://multivix.edu.br/wp-content/uploads/2018/08/revista-ambiente-academico-v03-n02-artigo-06.pdf> 2021

VIANA, Julio. **O perfil motivacional do docente da rede estadual de ensino fundamental na Paraíba** https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/tede/3784?locale=pt_BR 2020.

VIAPANA; Vitória, GOMES; Rogerio, ALBUQUERQUE; Guilherme, **Adoecimento psíquico na sociedade contemporânea: notas conceituais da teoria da determinação social do processo saúde doença**, <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/Y36fDqvZL5Js4nnWpXrYpBb/?format=pdf&lang=pt> 2021