

QUALIDADE DE VIDA DO PROFESSOR NO ENSINO FUNDAMENTAL 1ª FASE

Iolanda Alves de Brito Máximo¹

Maria Clemência Pinheiro de Lima Ferreira²

Resumo

Esta pesquisa objetivou analisar a configuração da qualidade de vida dos docentes do Ensino Fundamental na primeira fase e os tipos de enfermidades que os acometem no exercício da função. Para tanto, estabelecemos como objetivos específicos explicar a influência da qualidade de vida do professor em sua prática pedagógica, identificar quais fatores levam o professor a adoecer no ambiente escolar, investigar as estatísticas da ausência dos professores ao trabalho docente. Esse estudo propõe a reflexão, que está diretamente relacionada com as condições de trabalho do professor, para que se efetive em uma prática pedagógica com qualidade de vida, no entanto a questão depende de como o profissional enfrenta os desafios. As enfermidades que mais acometem os professores, são transtornos psiquiátricos: o estresse, depressão, ansiedade, síndrome do pânico e transtorno bipolar; logo em seguida estão os distúrbios osteomusculares como LER/ DORT, artrose, artrite, bursites. A metodologia utilizada nesta pesquisa foi o levantamento bibliográfico e pesquisa de campo, com coleta de dados por meio de análise documental e técnica de entrevistas com funcionários da Secretaria de Educação e do Núcleo de Medicina do Trabalho do Município de Anápolis. É imprescindível a valorização e a humanização do educador em todos os aspectos, para que ele possa se organizar e manter uma qualidade de vida e não venha desistir da docência.

Palavras-chave: Qualidade de vida; Professor; Doenças; Prevenção.

INTRODUÇÃO

A profissão docente é histórica e extremamente necessária para educação da sociedade, porém os assuntos que envolvem a vida do professor e sua saúde são recentes, sendo pouco enfatizados aspectos como as necessidades subjetivas do professor. De acordo com Codo (1999), no passado, dizer "eu sou professora ou professor" trazia à tona uma identidade carregada de orgulho profissional, porque essa profissão de educador tinha um prestígio social e remetia ao importante papel atribuído à educação na integração social no contexto da formação do Estado Nacional. No

¹ Acadêmico graduando do curso de Pedagogia da UniEVANGÉLICA;

² Mestre em Educação. Professora do ISE/UniEVANGÉLICA, Orientadora da Pesquisa

entanto, esta profissão tem sido alvo de comentários negativos e um dos fatores se refere à baixa qualidade de vida deste profissional.

Segundo Loureiro (2007 apud BITTENCOURT, 2005) os assuntos que envolvem a carreira docente são recentes, pois apenas a partir da década de 70 e 80 foi que este tema emergiu com mais força permeando a área de formação do professor em geral. No Brasil, apesar dos avanços nas pesquisas, os resultados ainda se encontram em um estágio inicial e, por isso, justifica-se a relevância das pesquisas neste tema uma vez que os adoecimentos dos educadores têm chamado a atenção das pessoas desta área profissional, bem como da área da saúde, na busca de alternativas que amenizem esse quadro desagradável.

Portanto, o professor tem uma rotina intensa que exige dele um preparo amplo, pois tem que cuidar do desenvolvimento integral da criança. Segundo Bittencourt (2005), diariamente o professor se defronta com exigências provenientes das grandes mudanças tecnológicas, sociais de valores com as quais precisa se ajustar com uma velocidade maior do que sua capacidade de adaptação. Soma-se a estes fatores, problemas práticos do cotidiano escolar, a falta de condições básicas para o exercício da profissão, o acúmulo de papéis, que até este momento não apresentam ter solução.

A qualidade de vida do professor é hoje considerada a melhor alternativa para um trabalho mais humano e com resultados positivos. Estamos vivendo em um mundo globalizado que exige muito do profissional; temos uma vida agitada e competitiva, com grandes desafios que precisam ser superados.

Quando temos professores capacitados, satisfeitos e com saúde é evidente que teremos uma educação que trará efeitos positivos. É necessário termos um olhar aguçado para essas questões, pois essa profissão é de excelência, todas as outras dependem primeiro de ter um professor. Para haver qualidade, primeiro deve acontecer a valorização e a prevenção de doenças na prática da docência.

A escolha desse tema se deu pelo fato de observar no estágio, durante o curso de pedagogia, o quanto os professores faltavam ao trabalho por motivo de doenças, e pela preocupação de entender as medidas preventivas, cabíveis para se desenvolver o trabalho docente com qualidade de vida, bem como conhecer os riscos que a profissão pode trazer e descobrir alternativas que minimizem esses fatores. É um assunto de

interesse científico e social que exige uma atenção especial, porque diz respeito à qualidade da educação, na primeira fase do Ensino Fundamental.

Esta pesquisa objetivou analisar a configuração da qualidade de vida dos docentes do Ensino Fundamental na primeira fase e os tipos de enfermidades que os acometem no exercício da função. Para tanto, estabelecemos como objetivos específicos explicar a influência da qualidade de vida do professor em sua prática pedagógica, identificar quais fatores levam o professor a adoecer no ambiente escolar, investigar as estatísticas da ausência dos professores ao trabalho docente. Esse estudo propõe a reflexão, que está diretamente relacionada com as condições de trabalho do professor, para que se efetive em uma prática pedagógica com qualidade de vida, no entanto a questão depende de como o profissional enfrenta os desafios.

A metodologia utilizada nesta pesquisa foi o levantamento bibliográfico e pesquisa de campo, com coleta de dados por meio de análise documental e técnica de entrevistas com funcionários da Secretaria de Educação e do Núcleo de Medicina do Trabalho do Município de Anápolis.

1. Prática pedagógica x qualidade de vida.

O professor tem uma rotina intensa que exige dele um preparo amplo, pois tem que prezar pelo desenvolvimento integral de seus alunos, o que envolve a sensibilidade quanto ao estado emocional da criança para aprender, as formas que cada indivíduo assimila o conhecimento, o planejamento e os objetivos pretendidos, os procedimentos e estratégias de ensino, os quais exigem desse profissional prévios preparos.

A educação tem passado por grandes evoluções e transformações no decorrer dos anos; conseqüentemente o trabalho do professor precisa ser sempre inovado e adaptado às mudanças, seguindo o modelo globalizado da sociedade contemporânea. Ao tentar acompanhar todas estas exigências, ainda lidando com pessoas de diferentes realidades, o profissional encontra dificuldades que perpassam aspectos sociais, ou seja, um número significativo de pessoas com diferentes histórias, que geram angústias, trabalho às vezes sem qualidade, sofrimento, absenteísmo, são algumas das conseqüências (SILVA, 2011).

A taylorização atingiu também a escola e colaborou para a crescente desvalorização da profissão docente. No final do século XIX, houve um novo fenômeno que contribuiu para a gradativa desvalorização do status profissional dos docentes: a feminização do magistério. Isto aconteceu por causa da industrialização e o aumento da demanda escolar, o trabalho do professor passa por uma mudança substancial, com o início da Especialização (supervisor, orientador e administrador escolar), que foi o motivo do parcelamento e da hierarquização do trabalho docente (NOVAIS,1984; NÓVOA,1995; ARROYO,2000 apud BITTENCOURT, 2005, p.40).

Segundo Kelly (1973, p.11) “O estudante de hoje positivamente é bem diverso do estudante da primeira metade do século. E essa circunstância há de ser considerada no equacionamento do processo educativo”. Sendo assim, o preparo para esta profissão exige maior esforço acadêmico, além de saúde física, psicológica e espiritual, para exercer a profissão com qualidade de vida.

Segundo Bittencourt (2005) o Instituto Nacional da Educação e Pesquisa (INEP) e Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), ao efetuar em uma pesquisa em 2003, constatou que a docência na educação básica é majoritariamente feminina. Outro fator importante está relacionado à carga horária dos professores, muitos assumem uma jornada densa. A jornada de trabalho feminina é dupla, pois além de trabalhar fora, a mulher precisa manter a sua casa e família em ordem.

O professor é parte fundamental no processo da educação, no entanto, esta profissão pode estar correndo um sério risco: não termos pessoas interessadas para o seu exercício. A desistência dos profissionais que não acreditam mais no trabalho que realizam, pode levar o sistema à falência, pois, por falta de opção, continuam no exercício da docência e adoecem; essa situação é grave (SILVA, 2011).

Para Almeida (2013) é necessário melhorar as condições de trabalho, de maneira que facilitem o processo de ensino, minimizando os desgastes e permitindo ao professor ver o retorno do seu trabalho, se não atentarmos a esse fato estaremos remendando um problema crônico, que trará sérias conseqüências para o nosso país. Pois a educação é a esperança do desenvolvimento humano.

Diante de todos estes fatos, uma das considerações necessárias seria a atenção à qualidade de vida do profissional da educação.

Segundo Bittencourt (2005) o conceito de qualidade de vida (QV) da OMS é complexo, pois abrange a saúde física, o estado psicológico, o nível da autonomia, os relacionamentos sociais, crenças pessoais, bem como as características proeminentes do ambiente e a importância de se sentir bem no trabalho. Os cinco conceitos gerais da qualidade são: status físico e habilidades funcionais; status psicológico e bem estar; interações sociais; status econômico e / ou vocacional ; status religioso e/ou espiritual.

A qualidade de vida no trabalho está relacionada com as condições de trabalho, depende dos indivíduos saberem se organizar de forma equilibrada para que não se sobrecarreguem a ponto de gerar o estresse. A qualidade de vida no trabalho é uma realidade possível de ser obtida. Segundo Bittencourt (2005) o tema é abrangente, pois inclui aspectos de bem-estar, garantia da saúde e da segurança física, mental e social, e condições de realização de tarefas com segurança e uso adequado da energia pessoal. A qualidade de vida do professor é hoje considerada a melhor alternativa para um trabalho mais humano e com resultados positivos. Porém, indivíduos insatisfeitos com o trabalho comprometem negativamente a sua vida e os resultados esperado da sua profissão.

Segundo especialistas, as práticas preventivas precisam começar nos cursos de pedagogia e licenciatura. “A formação pouco habilita o professor, oferecendo recursos e estratégias para lidar com as adversidades do trabalho” (SILVA, p.23, 2013 apud CAMARGO 2013). Neste sentido, é preciso especial atenção ao início da carreira, quando os professores iniciantes pegam turmas muito difíceis e acabam ficando cansados e sobrecarregados logo no começo, acabando por adoecer logo no início da carreira.

É necessário prezar pela humanização, valorização e reconhecimento dessa profissão tão valorosa e indispensável para educação da sociedade. Por isso, a necessidade de aprofundamento nas formas de prevenção e cuidados na QV do professor, sobretudo do Ensino Fundamental, fase que exige um maior envolvimento e dedicação do professor, pois os anos escolares devem ser construídos sobre uma base sólida para uma aprendizagem eficaz. Por exemplo, professor alfabetizador é cobrado com maior rigor, pois carrega uma responsabilidade única e específica de ensinar o que será base para toda a vida: ler e escrever, construir o pensamento lógico inicial do

conhecimento científico. Para isso, ele precisa estar totalmente equilibrado emocionalmente e tranqüilo para que esses objetivos sejam alcançados.

2. Fatores que levam o professor a adoecer durante o exercício das suas funções

De acordo com Gasparini, Barreto e Assunção (2005) o sistema escolar transfere ao profissional a responsabilidade de suprir as lacunas na educação nacional estabelece avaliações rígidas, além de que os funcionários são insuficientes para as demandas e as salas ficam super lotadas de alunos. No IV Congresso Nacional de Educação (MEC/INEP) de 2002, registrou-se um alto déficit de professores em educação básica no Brasil; na ocasião seriam necessários mais 836 731 professores para suprir a Educação Infantil e 167 706, para suprir o Ensino Fundamental, mais 215 mil para o Ensino Médio, (SOUZA et al 2003 apud GASPARINI 2005).

Para Gasparini, Barreto e Assunção (2005) as circunstâncias e condições de trabalho sob as quais os docentes mobilizam as suas capacidades físicas, cognitivas e afetivas para atingir os objetivos propostos para o progresso escolar podem gerar sobreesforço ou hipersolicitação de suas funções psicofisiológicas. Se não houver intervenção, são desencadeados sintomas clínicos que causam o afastamento do trabalho por desgastes físicos, emocionais e até transtornos mentais.

Segundo Silva (2011), os professores vivenciam na prática da docência, sobretudo os problemas emocionais como estresse e burnout, os quais são consequências do desgaste diário, ao qual o professor se submete no relacionamento com seus alunos, com comunidade escolar em geral e com os outros profissionais que vivem as conseqüências de um mundo moderno e barulhento; os professores sentem necessidade da busca por mais qualidade de vida. Além disso, fatores como o desprestígio da profissão de professor somado ao caos social, em relação a valores, entre outras questões, acabam desencadeando pressão, desgaste e, conseqüentemente a silenciosa doença capaz de gerar depressão e outros problemas. Outros fatores como o barulho e a indisciplina exigem do professor um esforço ao ministrar a aula. Para Camargo (2013):

O professor na sala de aula tenta vencer o barulho dos alunos e a indisciplina enquanto explicam o conteúdo de sua matéria, em seu corpo, cordas vocais estressadas pela vibração em alta frequência por

horas. Ouvidos submetidos constantemente a sons acima do limite adequado para o trabalho. Tendões sobrecarregados e músculos cansados por estarem em pé por horas a fio, todos os dias, ao longo dos anos. Acrescenta a esse quadro a administração constante de conflitos. Por fim, o retorno muitas vezes é parco, os salários são baixos e, mais, a sociedade observa atenta seu trabalho, reiterando que dele depende o futuro do país (CAMARGO, 2013, p.21).

Um estudo feito em Brasília pelo pesquisador Erniz (apud CAMARGO, 2013) mediu o volume do som nas escolas e constatou que os picos chegam a 114 decibéis, sendo que o recomendado é em torno de 68 decibéis. As reações alérgicas geralmente são causadas pela exposição ao pó de giz. As dores musculares, tensão e problemas ósseos, causados pelo tempo excessivo em pé, são queixas constantes dos docentes.

Para Silva, (2011) a falta de respeito e a agressividade dos educandos tanto com os colegas como com o professor é mais um cenário de estresse. Os próprios pais ao declararem sua impotência diante das dificuldades de lidar com a falta de limites das crianças e jovens acabam transferindo para a escola também este papel. Nesse embate, os educadores precisam estar preparados não apenas cientificamente, e atualizando saberes e práticas instigantes, mas também emocionalmente e psicologicamente equilibrados.

Segundo Bittencourt, (2005) os professores têm se queixado que os pais não são parceiros da escola e têm transferindo para ela o papel de transmitir valores mínimos; por outro lado os pais culpam professores pela má-educação de seus filhos. Com isso tem se permeado um ressentimento denominado mal docente. A falta dos pais auxiliando no processo de aprendizagem principalmente nos anos iniciais traz um grande estresse para o professor, que não deve agir extrapolando com falta de paciência, agressividade, mau humor, no entanto, as circunstâncias acabam levando a esse triste resultado. Existem alguns fatores que trazem risco à vida do professor, como o aparecimento da droga nas escolas, um fator que tem alterado física e mentalmente o estado do docente; esses sofrem ameaças, pressões e a perda do controle sobre os alunos usuários, culminando na necessidade de afastamento da atividade profissional por esgotamento e conseqüentemente diversas enfermidades, como o *burnout* que resulta da combinação de fatores internos e externos.

Para Lage (2013), a síndrome de *burnout* persegue os amantes do trabalho interrompido e exercido em meio às turbulências emocionais, físicas e psicológicas. Funções cujos resultados dependem do outro, essas ocorrências fazem o profissional se ver instigado a atingir propósitos coletivos que extraem suas energias e minam suas forças devido à sobrecarga de responsabilidades que acumulam no dia a dia.

Os professores são penalizados por não garantirem aquilo que a família e a sociedade não conseguiram. É imprescindível a valorização do educador para que ele possa manter o equilíbrio, a lucidez e não desistir da docência. Sobre os diversos conceitos, destacam-se nos estudos feitos por Codo (2006), algumas abordagens agrupadas a partir da revisão da literatura internacional disponível sobre o assunto. Quando da realização de sua pesquisa:

Freudenberger, a partir de uma perspectiva clínica, considera que burnout representa um estado de exaustão resultante de trabalhar exaustivamente, deixando de lado até as próprias necessidades. Malasch e Jackson, representando uma abordagem sociopsicológica da síndrome, apontam como o estresse laboral leva ao tratamento mecânico do cliente. Burnout aparece como uma reação à tensão emocional crônica gerada a partir do contato direto e excessivo com outros seres humanos [...] Podemos resumir a situação da seguinte maneira: o trabalhador se envolve afetivamente com seus clientes, desgasta-se, não aguenta mais, desiste, entra em burnout. Cherniss, a partir de uma perspectiva organizacional, argumenta que os sintomas que compõem a síndrome do burnout são respostas possíveis para um trabalho estressante, frustrante ou monótono. Sarason, representando uma perspectiva sócio-histórica, considera que, quando as condições sociais não canalizam o interesse de uma pessoa para ajudar a outra, é difícil manter o comprometimento no trabalho de servir os demais (CODO, 2006, p. 241 apud SILVA, 2011).

Segundo Camargo (2013) sem dúvida, nesse campo, outros fatores entram em jogo e agrava o quadro geral, o que depende da realidade vivida, válidos também para os aspectos individuais: ambiente, obesidade, tabaco, falta de exercícios físicos. O estresse acumulado, a ansiedade e correria para corrigir as avaliações e a tensão e tristeza pelas reprovações de alunos, são os agravantes do quadro cardíaco dos docentes. Entre os fatores de risco relacionados estão os seguintes hábitos freqüentes entre docentes como: sedentarismo, má alimentação, excesso de sal.

De acordo com Camargo (2013), na maioria das vezes as condições de trabalho dos professores brasileiros também agravam o problema, o que explica a quantidade de pesquisa sobre o assunto no país: Foram mais de 50 publicações científicas sobre o assunto apenas entre 2000 e 2007.

Para Esteve (1999), os fatores principais que podem contribuir para o mal estar docente está relacionado ao ambiente da sala de aula, a falta de recursos não só para aquisição de material didático, mas também se refere a problemas de conservação dos edifícios, escassez de móveis, dentre outros; a violência contra professores e instalações escolares refletidas nos roubos de materiais e depredações; o desemprego que assusta muito o professores e por fim o esgotamento e a acumulação de exigências sobre o mesmo.

De acordo com Silva (2013), existe outro tipo de mal-estar psicológico, que vem se tornando objeto de estudo no campo da saúde do docente: a síndrome de burnout. Esse termo surgiu na Europa na década de 1970 e permitia uma abordagem dos sentimentos, afetos e da saúde dos trabalhadores no estudo de fatores como a desmotivação, o desgaste emocional e a sensação de exaustão. “Esse estresse ocupacional- específico impacta o exercício da profissão, que se estende a todas as dimensões da vida, esse conceito caiu como uma luva, logo surgiu a idéia de um mal-estar docente” (SILVA,2013,p.24 apud CAMARGO 2013).

“Nos países onde a carreira docente é mais valorizada, pouco se discute sobre o adoecimento do professor, porque ele não é um problema significativo, é mais pontual” (SILVA , 2013,p.23 apud CAMARGO 2013).

Geralmente quando a direção da escola percebe que está diante de um desses problemas encaminha para a perícia médica. Esse processo é longo, e acontece que ao final da licença, pode ocorrer do profissional entrar em pânico e, em pensar que precisa voltar à escola, muitos desistem da profissão. “Os tratamentos, são psicológicos e psiquiátricos, dependendo da necessidade de cada pessoa” (ALMEIDA, 2013, p.10).

3. Tipos de doenças desenvolvidas na docência: dados estatísticos do país e a realidade de Anápolis

Muitos professores enfrentam problemas de saúde, tanto no início da carreira como no decorrer dos anos de tensões acumuladas. De acordo com Camargo (2013), ficou constatado que as enfermidades mais comuns, que acometem os professores, podem ser divididas entre as psiquiátricas, comportamentais, ligadas à voz, audição, ao aparelho respiratório, e também ao sistema musculoesquelético.

De acordo com Camargo (2013), o sindicato dos professores publicou o livro “A saúde dos professores” com dados preocupantes do quadro de doenças psicológicas no professor, o que vem chamando a atenção de muitos pesquisadores. Segundo um levantamento da APEOESP (Associação dos Professores do Ensino Oficial do Estado de São Paulo), em 2012, quase 40% dos professores afastados por problemas de saúde tiveram a depressão e o estresse como causa. No entanto, ressalta que os índices dos transtornos psíquicos têm aumentado na população em geral, e não apenas entre professores.

Para Souza (2013 apud CAMARGO, 2013), o professor é o profissional mais sensível à síndrome de Burnout, pois muitas vezes acredita nas possibilidades de transformação do mundo e da sociedade pela educação. No entanto, há um descompasso entre as expectativas e a impossibilidade de alcançá-las. Dessa forma, as perspectivas familiares, sociais e do sistema educacional para que os docentes sejam capazes de ter um bom desempenho e superar as adversidades, sem lhes dar condições para isso, contribuem para levá-los ao burnout.

Codo (1999), professor da Universidade de Brasília, realizou um dos maiores trabalhos já feitos sobre as doenças que acometem os professores no ambiente escolar,. Ele entrevistou mais de 50 mil professores, de 1.400 escolas, no final da década de 1990. A pesquisa constatou que quase metade dos profissionais ouvidos apresentavam algum sintoma da síndrome. Não podemos afirmar que as doenças do professor são somente devido ao contexto vivido por cada um deles, no entanto, devemos ter um olhar observador e crítico.

Neste sentido Camargo (2013) afirma:

[...] é difícil isolar as doenças preexistentes e as originadas por questões pessoais daquela advindas das dificuldades no contexto de trabalho, e deve-se considerar que muitas vezes as licenças médicas são usadas

como álibis para a ausência por outros motivos. Mas os estudos, realizados principalmente nos últimos 10 anos, não deixam dúvidas. A saúde do professor deve ser entendida como um problema da educação e da saúde, e o quadro é muito grave (CAMARGO, 2013, p.21).

É importante que seja investigado cada caso, para que não ocorra injustiça com esses profissionais, porque cada pessoa tem a sua especificidade e precisa ser respeitado.

3.1 . A saúde dos docentes na realidade de Anápolis

A presente pesquisa se propôs analisar parcialmente a situação dos professores da rede municipal de Anápolis que atuam nas séries iniciais. Para isso foi feita uma entrevista aberta com alguns funcionários da perícia do município de Anápolis, no Núcleo de Medicina do Trabalho, na intenção de saber quais as doenças mais comuns, que acometem os professores da Rede Municipal de Educação em Anápolis. Os dados apontados pelos funcionários revelam que a maioria das doenças são transtornos psiquiátricos, os quais envolvem síndrome do pânico, depressão, ansiedade e transtorno bipolar. Além destes, são comuns problemas relacionados à voz e problemas posturais, sobretudo dores na coluna.

Em seguida, foi feito um levantamento da quantidade de professores da rede municipal junto à Secretaria de Educação, envolvendo o departamento de estatística. Foi realizada análise documental com acompanhamento de funcionários habilitados para esta tarefa. No total, foram somados 817 professores que atuam do 1º ao 5º ano nas escolas de Ensino Fundamental.

A partir de tais dados, foi feito estudo dos dossiês nos arquivos dos funcionários ativos da Rede municipal de Anápolis, analisando o caso de 100 professores da rede, ou seja, 8.17% do total, na intenção de cruzar os dados quanto aos tipos de doenças que acometem tais professores. Em tais dossiês foram encontrados os atestados médicos apresentados por estes professores durante o ano de 2016, para levantamento dos laudos médicos.

Os dados revelam que as enfermidades mais encontradas nos atestados médicos dos professores no ano 2016 foram transtornos psiquiátricos: o estresse,

depressão, ansiedade, síndrome do pânico e transtorno bipolar; logo em seguida estão os distúrbios osteomusculares como LER/ DORT, artrose, artrite, bursites. Em seguida temos os distúrbios da voz: como rouquidão, cistos intracordais bilateral, disфонia, fenda glótica. Depois os problemas na coluna: hérnia de disco, degeneração do disco, torcicolo e dor na cervical e por fim os problemas cardiovasculares: hipertensão, arritmia, acidente vascular cerebral (AVC) e varizes. A doença menos encontrada foi relacionada a alergia.

A tabela abaixo demonstra tais dados:

Doenças encontradas nos atestados	quantidade	Porcentagem
Transtorno psiquiátricos	38	38%
Distúrbios osteomusculares	20	20%
Distúrbios da voz	17	17%
Problema na coluna	10	10%
Problemas cardiovasculares	8	8%
Alergias	5	5%
Fibromialgia	2	2%
TOTAL	100	100%

*Dados colhidos através de pesquisa documental em dossiês dos professores no arquivo corrente da prefeitura municipal de Anápolis, e também entrevistas para cruzamento de informações do ano de 2016.

As análises dos dados revelam que as doenças apresentadas, na realidade dos professores do Município de Anápolis, são semelhantes às encontradas nas pesquisas bibliográficas, apontando poucas diferenças.

De acordo com Rocha e Fernandes (2008) o professor com longa carreira pode desenvolver todos os tipos de patologias psicológicas e musculoesqueléticas. Para os autores é de fundamental importância que sejam criadas palestras e discussões sobre a educação e promoção de saúde no ambiente escolar, de forma que se evolua para a criação de programas que possibilite o aumento da QV dos docentes.

Por meio dos dados coletados na Secretaria da Educação e no site da prefeitura de Anápolis, percebeu-se que são feitos poucos investimentos no sentido de promover a QV dos professores da Rede Municipal de Anápolis. O CEFOPE (Centro de Formação dos Profissionais da Educação) visa apenas oferecer cursos de formação continuada. Já o Sindicato oferece convênios com órgãos parceiros que promovem descontos nas áreas de lazer, educação, saúde e esporte e a Secretaria de Gestão de Recursos Humanos vem desenvolvendo algumas ações com aulas de atividade física para funcionários da prefeitura em geral (<http://www.anapolis.go.gov.br>, 2014). Tais ações revelam certa preocupação com a QV do professor do Município de Anápolis.

No entanto, já existem estudos que envolvem a medicina alternativa, a qual faz parte da própria tradição do país e está integrada no sistema sanitário, na definição da Organização Mundial da Saúde (OMS) (BRASIL, 2005). A medicina alternativa é um conjunto amplo de práticas que contribuem para melhorar a QV daqueles profissionais que aderem às suas práticas, iniciativas como esta podem ser incentivadas junto ao educador.

4. O tratamento e o desafio da prevenção de doenças na profissão docente

O ideal é prevenir os sintomas procurando desenvolver um trabalho com condições favoráveis, equilibrando e planejando com tranquilidade as suas ações, mas se por ventura chegar a adoecer, o professor precisa procurar urgentemente um tratamento.

Segundo Bittencourt (2005) a medicina alternativa é uma das sugestões de tratamento, ela é entendida como um conjunto amplo de práticas de atenção principal. Ela inclui práticas de acupuntura, quiropraxia, hipnose e outros tipos de terapias que não são reconhecidas cientificamente, porém servem como um complemento da medicina convencional. Esses artifícios podem ser usados para melhorar a vida do profissional, assim como atividades físicas. No entanto, existem casos que necessitam de uma medicação mais forte, como: psiquiátricos, antidepressivos, e psicoterapia.

O estilo de vida precisa ser mudado; não basta ir ao médico, o controle do estresse e o consumo balanceados de alimentos, e a prática de exercícios físicos é muito importante para prevenir o quadro. É válido ressaltar que para reverter o quadro

da saúde e melhorar a QV, os professores precisam ter consciência dos riscos da vida contemporânea. As atividades de relaxamento, como ioga e outras práticas alternativas dão bons resultados, e podem ser viabilizadas pela interação entre a equipe pedagógica.

Para Silva (2013 apud CAMARGO, 2013) nem tudo se resolve apenas com mudanças de hábitos, mas é fundamental que as redes de ensino criem espaços para que os professores discutam seus problemas ligados a prática docente, além de aumentar a sensação de conforto e solidariedade, pode haver a troca de experiências, podendo assim gerar mais segurança no ambiente de trabalho.

De acordo com Almeida (2013) ações para o bem – estar, inclusive de iniciativas públicas com projetos de medidas preventivas e de orientações, podem ajudar por meio de práticas como oficinas de voz, pilates e ginástica laboral:

As políticas públicas, Estados e municípios estão começando a se preocupar com o tema e a implementar as primeiras ações de medicina preventiva voltada aos professores. O Estado de São Paulo, lançou há quase dois anos o projeto Educação com saúde. Para cada diretoria de ensino tem uma equipe que inclui médico, enfermeiro, nutricionista, psicólogo, fisioterapeuta, fonoaudiólogo e assistente social, que fazem visitas periódicas às escolas. De acordo com a secretaria de Educação, o foco será a prevenção, e os funcionários que forem diagnosticados com problemas de saúde serão encaminhados para o tratamento. Através desse programa, espera-se reduzir a incidência de problemas como estresse ocupacional, doenças osteomusculares, obesidade, sedentarismo, hipertensão, diabetes, transtornos mentais e tabagismo (CAMARGO, 2013, p.22).

Políticas assim deveriam ser implantadas em todo país para que fosse reduzido o adoecimento dos profissionais da educação e conseqüentemente alcançaríamos a QV e da educação.

Para Camargo (2013), a gestão escolar tem um papel fundamental nesse processo, pois é ela que é responsável por organizar as relações de trabalho e ensino. Dessa forma, a gestão pedagógica também deve se articular e preocupar com a saúde do docente. No entanto, para haver uma melhora efetiva na QV do docente, é preciso avançar nas políticas públicas para a educação como um todo, propondo o aumento dos salários, as perspectivas de desenvolvimento na carreira e a melhora das

condições de trabalho. As ações preventivas são sempre necessárias, porém se não houver essas mudanças na valorização do professor, o quadro grave continuará. Pensar sobre a importância e necessidade da existência do profissional da educação é também valorizar a profissão docente.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao final deste estudo, percebemos que, em suma, o que leva o professor a adoecer é o acúmulo de papéis que tem que desenvolver, muitas vezes a família transfere para esse profissional a responsabilidade que ela não conseguiu desempenhar, e isso sobrecarrega o docente de tal forma que pode levá-lo a adoecer. É necessária a participação da família juntamente com a escola, para que se percebam os avanços alcançados e possíveis desafios que devem ser lançados para o pleno desenvolvimento das potencialidades do educando.

A rotina dos professores é intensa, e exige deles um preparo amplo e difuso, pois precisa proporcionar aos seus alunos um desenvolvimento integral de acordo com as especificidades de cada um, além de equilibrar os seus problemas particulares de maneira que não interfira no seu trabalho docente. Através dos estudos pode se perceber, que as enfermidades apresentadas nesses profissionais são semelhantes, pouco importa a região ou situação climática, o que vem ao caso mesmo são as condições em que esse profissional trabalha.

Portanto, a valorização desse profissional em todos os aspectos é imprescindível, para que ocorra uma educação de qualidade, proporcionando condições de trabalho favorável ao desenvolvimento do processo de ensino, criando políticas que estimulem de fato essa valorização. Para Lemos (2005, p.5), "o mestre, visto antes como uma figura profissional essencial para a sociedade, é hoje um profissional que luta pela valorização e reconhecimento social do seu trabalho".

Camargo, (2013) descreve em seu artigo a respeito da existência de uma instituição denominada Casa do Educador em São Paulo, a qual visa combater as faltas e melhorar a QV dos educadores. Segundo os dados do autor:

[...] os atendimentos passaram de 1,4 mil no primeiro ano de funcionamento para quase 16 mil em 2012. Essa instituição oferece atendimento e atividades em diversas áreas: fonoaudiologia, ginástica laboral, pilates, acupuntura, shiatsu e até mesmo práticas alternativas, como florais de Bach. Acesso a esteticista e podóloga no espaço, oficinas, orientações e roda de conversa, lá é trabalhado o corpo, a alma e a mente, para reabilitação física e controle do estresse. Sendo que a preferência são caso e urgentes, mas procura-se atender a todos. Houve uma visível melhora no trabalho, diminuiu consideravelmente o número de faltas e afastamentos (CAMARGO, 2013, p.26 e 28).

Essa é uma tentativa para minimizar os problemas, que atingem os professores em geral, e seria bom que iniciativas como esta existissem em todas as regiões do país, principalmente em metrópoles para atender a demanda e necessidades dos professores, tratando os problemas e aliviando o estresse, entre outros.

Sendo assim, a QV está relacionada com as condições de trabalho, e a melhor maneira de se ter um bom resultado é prevenir minimizando o estresse criando um clima de prazer, planejar com equilíbrio as ações, e praticar algum tipo de atividade física, procurando sempre reservar um tempo para reflexão e descanso, para não se sobrecarregar a ponto de gerar o estresse ou qualquer outro tipo de enfermidade e diminuir o risco de adoecimento. É necessário ir além, melhorando as condições de trabalho, de maneira que facilitem o processo de ensino, minimizando os desgastes e permitindo ao professor ver o retorno do seu trabalho; se não atentarmos a esse fato estaremos remendando um problema crônico, que trará sérias consequências para o nosso país, pois a educação é a esperança do desenvolvimento geral. O professor, como todo profissional, precisa ser respeitado e valorizado para que possamos ter uma educação de qualidade em nosso país.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, M. Ensinar com saúde. Escolas doentes. Revista Escola Pública. Edição de nº35, p.10 e 11. Outubro / novembro, Editora segmento, São Paulo, 2013.
BITTENCOURT, M.G. S.Q. Qualidade de vida do professor do Ensino Fundamental da rede pública municipal de Palotina-PR. Campo Grande, 2005. Dissertação (mestrado) – Universidade Católica Dom Bosco. Programa de Mestrado em Psicologia. Campo Grande, 2005. Disponível em: <<http://www.livrosgratis.com.br>> Acesso em 12 set. 2016.

CAMARGO, P. Mal-estar docente. Ensinar com saúde. Revista Escola Pública. Edição de nº35, p.20-29. Outubro / novembro, Editora segmento, São Paulo, 2013.

CODO, Wanderley(cordenador).Educação: Carinho e trabalho.Burnout, a síndrome da desistência do educador, que pode levar a falência da educação.Petropolis,RJ:vozes Ltda,1999.Disponível em: <<http://www.vozes.com.br> > Acesso em: 10 mar. 2017.

ESTEVE,J.m. Mal- estar docente: A sala de aula e a saúde do professor.Bauru,São Paulo.EDUSC,1999.

GASPARINI, S. M; BARRETO, S. M; ASSUNÇÃO, A. Á.O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre a saúde. Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte, MG, 2005. Disponível em:<<http://www.scielo.br/pdf/ep/v31n2/a03v31n2.pdf>>. Acesso em : 23 ago. 2016.

KELLY,C.O.P. Escola nova para um tempo novo. Rio de Janeiro,Editora: J.Olympio, 1973.
17

LAGE, Nildo.O Burnout: por que os professores sofrem?.Revista Construir notícias. Edição de nº73,p.34.novembro/dezembro, Recife-PE 2013.

LEMOS, Jadir Camargo. Carga psíquica no trabalho e processos de saúde em professores Universitários.Florianópolis,Tese (doutorado em engenharia de produção e sistemas-Universidade Federal de Santa Catarina, 2005.

LOUREIRO, M. I. O desenvolvimento da carreira dos professores. In: ESTRELA, M.T. (org.) Viver e construir a profissão docente. Porto: Porto Editora, Coleção Ciências da Educação, n. 26, 1997.

Prefeitura de Anápolis-Go,Convênios para beneficiar servidores municipais 2014.Disponível<<http://anapolis.go.gov.br/portal/multimidia/noticias/ver/prefeiturarealiza-novos-convaonios-para-beneficiar-servidores-municipais>Acesso > 24 mar. 2017.

Prefeitura de Anápolis-Go, Centro de Formação dos Profissionais em Educação Disponível<<http://www.anapolis.go.gov.br/portal/secretarias/educacao/pagina/centro-deformacao-de-profissionais-da-educacao/> >Acesso 24 mar. 2017.

ROCHA, V. M. da .FERNANDES, M. H.Qualidade de vida de professores do Ensino Fundamental: Uma perspectiva para a promoção da saúde do trabalhador Universidade Federal do Rio Grande do Sul (VFRGS),Universidade Estadual do Sudeste da Bahia (UESB), 2008. Disponível em:<www.Qualidade de vida de professores do ensino.pdf-adobeacrobatreaderDC> Acesso em: 20 abril 2017.

SILVA, M. P. G. O. A silenciosa doença do professor: Burnout, ou mal estar docente?. Universidade de Ribeirão Preto – Campus Guarujá. Edição 2011. Disponível

em:<<http://www.unaerp.br/revista-cientifica-integrada/edicoes-anteriores/edicao-n-22014-1/1464-161-454-1-sm/file>> Acesso 22 ago. 2017.