



## ANÁLISE DE PRODUÇÕES CIENTÍFICAS SOBRE A SAÚDE MENTAL DO PROFESSOR NA EDUCAÇÃO

Flávia Cristina da Silva – Universidade Tecnológica Federal do Paraná – flaeonardi@hotmail.com

Kátia Cardoso Campos Simonetto- Universidade Tecnológica Federal do Paraná- katia@utfpr.edu.br

### Linha de Pesquisa: Saúde mental do professor

#### RESUMO

O presente artigo é trabalho de conclusão de curso de especialização em educação: métodos e Técnicas de ensino que objetivou a realização de um levantamento da literatura científica, publicada em bases de dados de periódicos científicos, referente à saúde mental do professor na educação, **observando-se assim as principais patologias que acometem os professores durante sua vida docente, enfatizando assim as causas do adoecimento, qualidade de vida para o restabelecimento de sua saúde mental**. A metodologia utilizada para desenvolver este estudo foi à pesquisa bibliográfica com revisão sistemática. Para tanto, foi realizada uma busca nas bases de dados e livros em maio de 2015, a partir de critérios de seleção e exclusão e termos definidos a priori, tendo como escopo de análise um total de 05 artigos que tiveram seus textos analisados, textos esses que referem-se a saúde do professor. Os dados coletados foram de participantes provenientes dos estados de São Paulo (1 artigos), Mato Grosso do Sul (1 artigo), Rondônia (1 artigo), Minas Gerais (1 artigo), Rio Grande do Sul (1 artigo). Com este estudo pretende-se contribuir para novas pesquisas sobre a saúde mental do professor.

Palavras chave: Saúde, Educação, mental.

#### 1 INTRODUÇÃO

O conceito de saúde vem se estendendo ao longo dos tempos, tendo como saúde o estado de normalidade de funcionamento do organismo humano. Ter saúde é viver com boa disposição física e mental, fato este que deve ser levado em consideração principalmente ao se tratar da saúde mental do professor, que deve manter um equilíbrio de bem estar social entre os indivíduos, pois a sua atenção se dobra ao estar dentro do processo de ensino aprendizagem e para ser um profissional que ensina de forma que venha a beneficiar o trabalho educacional com nossos alunos, sua saúde mental deve estar em harmonia.

O trabalho em questão visa analisar produções científicas sobre a saúde mental do professor na educação, uma vez que a saúde mental abrange a

qualidade emocional e cognitiva de um indivíduo e é a partir desta situação que, quando o professor não possui uma condição emocional e cognitiva de forma vasta e saudável estas condições influenciam diretamente na educação, na qual o aluno ficará prejudicado, pois o professor não terá condições plenas de lecionar com qualidade.

A Saúde mental dos professores é de extrema importância para lidar com as atividades do dia – dia em sala de aula e no contexto escolar, pois o que se percebe é que nos dias atuais há um desgaste mental dos professores que na maioria das vezes são diagnosticados com a saúde mental prejudicada, necessitando de uma assistência psiquiátrica e psicológica para sanar possíveis danos.

Situação esta que atribui um efeito na educação, dificultando a interação professor e aluno, na qual existe uma interferência prejudicial, que deve ser diagnosticada e tratada, para que o professor venha a participar das atividades diárias da escola de forma motivada com o intuito de envolver o aluno em todas as atividades favorecendo sua prática docente.

O grande mediador ainda continua sendo o professor e para que ele exerça bem o seu papel sua saúde mental não pode sofrer interferências.

(...) precisamos de mediadores, de pessoas que saibam escolher o que é mais importante para cada um de nós em todas as áreas da nossa vida, que garimpem o essencial, que nos orientem sobre as suas consequências, que traduzam os dados técnicos em linguagem acessível e contextualizada. (Moran, 1997, p. 151)

Fator este determinante e condicionante para a saúde mental do professor, que quando o mesmo não sofre um “stress” ou alteração, ele se sente disposto e motivado a ponto de contagiar seus alunos, e mostrar de forma fidedigna os conteúdos a serem expostos, com um maior engajamento e envolvimento, fazendo que todos os alunos venham a participar do processo ensino aprendizagem de forma efetiva e com garantia de que os alunos levarão consigo o melhor, pois o professor enquanto mediador, e com motivação fará o melhor por estes alunos garantindo uma educação de qualidade.

Sendo assim o que se busca com este trabalho é uma análise de produções científicas sobre a saúde mental do professor na educação,

verificando assim os fatores que contribuem para a saúde mental plena, que são preponderantes e refletem no processo ensino aprendizagem.

A metodologia atribuída para a realização deste artigo foi o levantamento da literatura científica, publicada em bases de dados de periódicos científicos, referente à saúde mental do professor na educação, observando-se assim as principais patologias que acometem os professores durante sua vida docente.

Para tanto, foi realizada uma busca nas bases de dados e livros em maio de 2015, a partir de critérios de seleção e exclusão e termos definidos a priori, tendo como escopo de análise um total de 05 artigos que tiveram seus textos analisados, textos esses que referem-se a saúde do professor . Os dados coletados foram de participantes provenientes dos Estados de São Paulo (1 artigos), Mato Grosso do Sul (1 artigo) , Rondônia ( 1 artigo), Minas Gerais (1 artigo), Rio Grande do Sul (1 artigo).

## **2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

A saúde mental tem uma definição ampla, pois existem fatores importantes que contribuem e podem sofrer interferência no seu significado a partir da cultura, teorias, aspectos subjetivos entre outros fatores. Saúde mental pode ser descrito como qualidade de vida emocional e cognitiva de uma pessoa. Percepção da realidade, integração social e emocional, entre outros itens que são avaliados para definir a saúde mental de uma pessoa.

A Organização Mundial de Saúde afirma que não existe definição "oficial" de saúde mental. Diferenças culturais, julgamentos subjetivos, e teorias relacionadas concorrentes afetam o modo como a "saúde mental" é definida.

Saúde mental é um termo usado para descrever o nível de qualidade de vida cognitiva ou emocional. A saúde mental pode incluir a capacidade de um indivíduo de apreciar a vida e procurar um equilíbrio entre as atividades e os esforços para atingir a resiliência psicológica. Admite-se, entretanto, que o conceito de Saúde Mental é mais amplo que a ausência de transtornos mentais" ( saúde.pr.gov. 2015).

Saúde mental é um estado de boa adaptação, com uma sensação subjetiva de bem-estar, prazer de viver e uma sensação de que o indivíduo está a exercer os seus talentos e aptidões" (Caplin, 1989)

O fator saúde mental sendo um estado de boa adaptação está ligado diretamente as nossas atividades diárias, pois para termos uma vida plena e uma saúde mental perfeita devemos estar de acordo com aquilo que nos leva a uma sensação de bem estar e de proporção de qualidade emocional para que possamos melhor desenvolver nossas atividades diárias.

No entender de Gouveia (1960) apud Medicina tropical 2014, a saúde era a perfeição morfológica, acompanhada da harmonia funcional, da integridade dos órgãos e aparelhos, do bom desempenho das funções vitais; era o vigor físico e o equilíbrio mental, apenas considerados em termos do indivíduo e ao nível da pessoa humana. Hoje, ela passou a ser considerada sob outro plano ou dimensão; afastar-se do indivíduo para ser vista, igualmente, em relação do indivíduo com o trabalho e com a comunidade.

Pois o fato de a saúde mental ter relação com o indivíduo e o trabalho pode compreender que se os fatores emocionais que são atrelados a qualidade de vida emocional e cognitiva de uma pessoa, não encontrar-se em plena harmonia, teremos um desequilíbrio que pode afetar todos ao seu redor, e no caso do contexto escolar se o professor não detém estas qualidades.

No que se percebe que a saúde mental não está de acordo com os padrões estabelecidos, o aluno pode sofrer serias interferências no tocante do processo ensino aprendizagem, como o professor com a saúde mental em condições anormais, certamente não estará motivado o suficiente para proporcionar uma aula de qualidade que venha a favorecer o aluno no que se refere ao seu aprendizado de forma ampla.

O adoecimento mental é fator marcante e desagregador na vida das pessoas, promovendo o rompimento com trajetórias de vida, com projetos e com desejos. Nesta perspectiva, a doença mental provoca uma desorganização no sistema de vida, marcando os indivíduos com danos, desabilidades e deficiências. Esta condição expõe estas pessoas a maior vulnerabilidade, fragilidade e prejuízo na autonomia, determinando a complexidade das demandas decorrentes do adoecimento psíquico (FERREIRA, 2010).

As doenças mentais mais comuns entre os professores e a sociedade de modo geral são aquelas relacionadas a depressão e ansiedade, no entanto existem transtornos que afetam e comprometem a qualidade de vida, na qual se incluem a neurose e a psicose.

Os principais acometimento de saúde mental que estão relacionadas a saúde mental do professor na educação são os quadros depressivos que por sua vez ganham destaque em nossa sociedade.

Segunda a Federação dos Hospitais do Paraná (2013), Problemas mentais e comportamentais são a principal causa de afastamentos de professores da rede estadual de ensino. Falta de motivação, dificuldades para desenvolver os trabalhos e violência são alguns dos motivos que levam os docentes a passar por perícia médica para ficarem temporariamente fora da sala de aula.

De acordo com o Relatório Estatístico de Doenças da Secretaria Estadual de Administração e Previdência (Seap), no primeiro semestre do ano de 2013 foram concedidos 4.045 pedidos de afastamento de professores com transtornos mentais e comportamentais. Isso representa 29% do total de 13.874 pedidos concedidos.

Os problemas mentais citados acima estão relacionados com os transtornos mentais que são definidos por alterações no desempenho familiar, social, pessoal, escolar e profissional, na compreensão dos outros e de si, na possibilidade de autocrítica, na obtenção de prazer na vida em vários setores e na tolerância dos problemas do cotidiano. (Saúde Mental Info 2015).

Os processos de desgaste físico e mental dos professores representam consequências negativas não somente para os professores, mas também para o aluno e para o sistema de ensino. Os custos sociais e econômicos podem ter múltiplos desfechos: absentismo, acidentes e enfermidades diversas, físicas, comportamentais e psíquicas. (LANDINI, 2006, p.5).

**Situação relacionada a saúde mental** acomete grande maioria dos professores na educação, deixando-os a mercê de um sistema de saúde que às vezes não tem olhos eficazes para o tratamento desses professores que são acometidos por uma saúde mental debilitada.

Necessitando de um auxílio de forma imediata, para que a situação não venha se agravar. Fator que necessita de intervenção que na sua maioria é proposta por políticas públicas e por práticas profissionais, na qual o professor acometido por sua saúde mental debilitada necessita ser inserido para o restabelecimento completo de sua saúde mental.

Couto (2007) expressa que o trabalho exige do indivíduo dedicação e esforços, e que para o acometimento psíquico a ansiedade e a insatisfação estão presentes fazendo com que surja o descompromisso, a negação, regressão, fuga e a transferência de responsabilidade.

O adoecer do professor relacionado a sua saúde mental se traduz em diversas sintomas que podem se manifestar ao longo dos tempos.

Esse mal-estar passa a se manifestar em sentimentos negativos intensos como angústia, alienação, ansiedade e desmotivação, além de exaustão emocional, frieza perante as dificuldades dos outros, insensibilidade e postura desumanizada. A profissão docente é hoje considerada como uma das mais estressantes, uma profissão de risco, conforme a Organização Internacional do Trabalho (OIT). E, não raro, os professores partem para a fuga de olhar o processo sem se reconhecer nele. Nas mulheres, os principais efeitos do mal-estar são amenorreia, cefaleia, melancolia climatérica, frigidez, anorexia, bulimia, neurose de ansiedade e psicose depressiva (LEITE; SOUZA, 2007, p. 15).

Existem também as práticas de gestão como promotoras da saúde mental tais como o apoio social e a participação no trabalho: para se entender o adoecimento mental no trabalho, bem como elaborar estratégias de intervenção, o foco não deve ser apenas o indivíduo isoladamente, mas deve-se sempre levar em conta a relação entre indivíduo e trabalho, e as percepções que essa relação implica. (TAMAYO e TRÓCCOLI, 2002; SCHAUFELI e ENZMANN, 1998).

A saúde mental por sua vez se subdivide, tendo como uma de suas subdivisões os transtornos mentais que podem ser caracterizados por algumas alterações significativas de humor e comportamento associados por degradação do funcionamento orgânico e fisiológico, juntamente com angustia, estes transtornos afetam as mais diversas idades, implicando na qualidade de vida dos indivíduos e dos familiares de modo geral. (LUDERMIR, 2008)

Além de a saúde ser considerada a ausência de doenças, entende-se que o ser humano possui habilidades de enfrentar situações novas, sendo que saúde mental deve envolver o homem no seu todo biopsicossocial, o contexto social em que está inserido assim como a fase de desenvolvimento em que se encontra.

O que caracteriza a saúde é a possibilidade de ultrapassar a norma que define o normal momentâneo, a possibilidade de tolerar infrações à norma habitual e de instruir normas novas

em situações novas. (CANGUILHEM, 200, p. 158 apud. GOMES, 2002, pg. 17).

A qualidade de vida e a saúde mental do professor revelam-se comprometida, diante das condições de trabalho que afetam o processo ensino aprendizagem e reduzem de forma significativa a qualidade da educação.

Para que a qualidade de vida e o bem estar atrelado a saúde mental melhorem de forma significativa, o professor tem que se sentir motivado, motivação esta que deve ser extrínseca, que somente assim terá condições de transformar situações adversas que acometem sua saúde mental em algo prazeroso.

[...] a saúde no trabalho está relacionada às tentativas de transformação das situações adversas no movimento de busca do prazer e fuga do sofrimento. [...] Não é a ausência do sofrimento que sugere um comportamento saudável e sim, as possibilidades internas e externas de o indivíduo transformar o sofrimento por meio da tomada de consciência de suas causas, dos conflitos e frustrações que o geraram. (ARAÚJO & SOUSA, 2013, p.4).

### **3 RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Os resultados serão apresentados em dois blocos. Inicialmente, serão descritas as informações dos autores, como quantidade e instituições. Em seguida serão apresentados os dados metodológicos como o tipo de pesquisa e análise de dados.

Com relação ao primeiro bloco de informações, observou-se que a quantidade de autores por artigo variou entre um e dois, com dois artigos de um autor, três artigos de dois autores e um artigo com três autores.

Quanto às instituições e estados de origem, as representadas foram Universidade Federal de Rondônia, Universidade Federal de Minas Gerais, Universidade Federal do Mato Grosso do Sul (UFMS), Universidade Federal de São Carlos ( UFSCAR) e Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS).

Para a análise dos aspectos metodológicos dos artigos, investigou-se, inicialmente, se os trabalhos apresentavam o problema, os objetivos e a metodologia, pois esses elementos balizam toda a coleta e análise dos dados visando à consecução dos propósitos de uma pesquisa. A seguir, serão apresentados os objetivos dos artigos estudados.

Tabela 1 Objetivos dos estudos analisados

Categoria	Temas Indicativos	Frequência
Qualidade de vida	Verificar se esta presente a qualidade de vida , pois ela é um importante aspecto a ser considerado na promoção de saúde.	2
Saúde do Trabalhador- Professor	Analisar as características da saúde do trabalhador- professor.	3
Condições de Trabalho	Discutir a importância do estudo e aspectos das condições físicas de trabalho dos professores, juntamente com fatores relacionados ao ambiente de trabalho.	2
Doenças relacionadas ao Trabalho	Analisar quais são as principais doenças do trabalho que acometem aos professores no exercício da profissão.	4

A coluna “temas indicativos” exhibe a forma com que o assunto foi abordado no texto. Quatro categorias puderam ser organizadas havendo uma concentração maior de artigos na categoria Doenças relacionada ao trabalho.

Numa segunda análise foi feito o agrupamento em três categorias dos tipos de pesquisa e métodos de análise adotados. As descrições de cada categoria bem como a frequência encontrada acerca dos tipos de pesquisa estão apresentadas na Tabela 2.

A análise em questão mostra que a qualidade de vida do professor é fator primordial na sua saúde mental, e que o mesmo deve manter as condições referentes a qualidade de vida em sua rotina diária, para que se possibilite uma harmonia mental, para o exercício de sua atividade docente de forma saudável.

Já no tocante das condições de trabalho, os artigos analisados mostram que elas não são das melhores e que estes aspectos físicos compromete em muito a vida do professor, que fica a mercê de condições favoráveis na saúde e segurança do trabalho. E que a condição de trabalho está relacionada com fatores ambientais e físicos.



Sobre as doenças relacionadas ao trabalho, nos artigos analisados a que mais aparece é a síndrome de burnet, seguida de problemas ortopédicos, fonodialogos, stress, depressões, na qual são fatores que acometem a saúde do professor levando ao adoecimento.

Tabela 2 Tipo de pesquisa e o método de análise adotado.

Tipo	Análise	Frequência
Pesquisa Bibliográfica	Fundamentação Teórica	1
Pesquisa de Campo: Abordagem Qualitativa	Análise de Conteúdo	1
Pesquisa de Campo Mista: Abordagens Qualitativa e Quantitativa	Análise de Conteúdo e Análise do Discurso	1
Análise Documental : Qualitativa	Análise de Conteúdo e Análise do Discurso	2

Os dados visualizados na Tabela 2 apontam que a pesquisa documental foi a mais praticada. O mesmo pode ser afirmado em relação à análise de conteúdo. Embora o número de trabalhos a partir de pesquisas de campo qualitativas não tenha sido expressivo, os que foram encontrados adotam essa análise para discussão dos resultados.

Considerando que o objetivo de estudos de levantamento de literatura é mapear a produção científica em uma área ou tema específico, este artigo objetivou expor algumas características de pesquisas sobre a saúde mental do professor na educação.

Temáticas relativas à esse assunto foram presentes em todos os artigos citados. Com relação aos achados do presente estudo, os resultados mostraram que o termo que mais identificou os artigos foi Condições de trabalho, seguidos por saúde do professor, qualidade de vida, efeitos e consequências para a saúde do professor.

O termo mais escolhido foi condições de trabalho e saúde do professor. Isto mostra que as condições de trabalho no entendimento de Dejours (1994), partindo da análise da psicodinâmica das situações de trabalho, considera que quando o trabalho se torna-se fonte de tensão e de desprazer, gerando um aumento de carga psíquica sem possibilidade de alívio desta carga por meio das vias psíquicas, ele dá origem ao sofrimento e à patologia. Sendo assim, a

insatisfação no trabalho é uma das formas fundamentais de sofrimento no trabalho.

O trabalho humano é uma ação que ocorre entre o homem e a natureza e tem um duplo caráter. Ao mesmo tempo em que auxilia o indivíduo na construção de identidade por meio da sensação de realização, a percepção da capacidade de mobilizar e transformar o ambiente, a satisfação ser útil e hábil em agir, o prazer que sente em poder empregar e desenvolver sua força corporal, favorecendo ainda as convivências sociais, por outro, quando estas expectativas são frustradas, o trabalho pode se converter em atuante provedor de agentes psíquicos patogênicos, transformando-se em algo nocivo a saúde. (SELIGMANN-SILVA,1987;DEJOURS,1987;MARX,1988;BENDASSOLI, 2011;LIMA,2003).

Quando o rearranjo da organização do trabalho não é mais possível, quando a relação do trabalhador com a organização do trabalho é bloqueada, o sofrimento começa: a energia pulsional que não acha descarga no exercício do trabalho se acumula no aparelho psíquico, ocasionando um sentimento de desprazer e tensão. (DEJOURS, 1993, p.29).

De acordo com Lima – Filho; Valério, Amorim e Moser (2009), a situação ocupacional atrelada à sobrecarga pode acarretar diversas patologias pertinentes a saúde física e mental, pois grande porcentagem da classe docente, principalmente sujeitos do sexo feminino e casados, apresentam-se com exaustão emocional, depressão, síndrome de Burnout, alto aparecimento de sintomas de desequilíbrio psíquico, como ansiedade, estresse, cansaço mental, esquecimento, insônia, angústia, dores musculares constantes, gramelona nas cordas vocais, tensões musculares como dores nas pernas e costas, dentre outros.

O ato de ensinar é constituído de peculiaridades geradoras de estresse e de alterações de comportamento daqueles que o executam, expondo permanentemente os professores a uma degeneração progressiva da sua saúde mental e os professores estão entre as três principais categorias atingidas pela síndrome de Burnout. (SINPRORIO, 2011, p.01).

No exercício profissional da atividade docente estão presentes diversos estressores psicossociais alguns relacionados á natureza de suas funções, outros relacionados aos contexto institucional e social onde estas são exercidas.

Esses estressores, **que estão relacionados a função de professor persistente e podem** levar á síndrome de Burnout, que tem vínculo com situações de trabalho, resultante da constante e repetitiva pressão emocional associada com intenso envolvimento com pessoas por longo períodos. Essa síndrome em professores afeta o ambiente educacional e interfere na obtenção dos objetivos pedagógicos, ocasionando problemas de saúde, e absenteísmo e intenção de abandonar a profissão. (Carlotto, 2002).

De acordo com Zaragoza (1999), os principais sintomas do mal estar docente são atribuídos em ordem decrescente:

1. Sentimentos de desconcerto e insatisfação ante os problemas reais da prática do magistério, em franca contradição com a imagem ideal do mesmo que os professores gostariam de realizar.
2. Desenvolvimento de esquemas de inibição, como forma de cortar a implicação pessoal do trabalho realizado.
3. Pedidos de transferência como forma de fugir de situações conflitivas.
4. Desejo manifesto de abandonar a docência (realizado ou não).
5. Absenteísmo trabalhista como mecanismo para cortar a tensão acumulada.
6. Esgotamento. Cansaço físico permanente.
7. Ansiedade como traço ou ansiedade de expectativa.
8. Estresse.
9. Depreciação do ego. Autoculpabilização ante a incapacidade para melhorar o ensino.
10. Ansiedade como estado permanente, associada como causa-efeito a diversos diagnósticos de doença mental.
11. Neuroses reativas.
12. Depressões.

Diante destes sinais e sintomas, se faz necessárias ações para o cuidado da saúde mental dos professores de modo geral, visando a qualidade de vida e seu bem estar, para que possa desenvolver sua atividade docente com satisfação.

O número de obras sobre a saúde mental do professor na educação ainda é bem reduzido e a necessidade de esclarecer e informar os professores a respeito da saúde mental e possibilitar fatores que reduzam tais acometimentos é claramente necessário.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A partir das leituras e do levantamento destes artigos foi possível perceber o risco de sofrimento psíquico e a prevalência de transtornos psiquiátricos entre os professores da educação, pois para a compreensão da exposição dos fatores de risco para o adoecimento, seria necessário compreender as mudanças educacionais e a realidade vivida pelo professor.

Uma intervenção com os professores seria adequada, pois estaria se objetivando a qualidade de vida e a promoção da saúde destes trabalhadores, com intuito de minimizar danos, esta intervenção seria visando a qualidade de vida do professor, oportunizando atividades laborais e acompanhamento de profissionais especializados para que ocorra a diminuição dos agravos de saúde mental com intuito de diminuir danos a longo prazo.

A saúde mental em condições não favoráveis para o professor, afeta o processo ensino aprendizagem, pois dificulta a interação em sala de aula, prejudicando todo um contexto escolar.

Sem a saúde mental em perfeitas condições o professor não pode contribuir com a melhoria da educação durante o seu ensinar, pois se percebe que falta políticas públicas que visem a melhoria da saúde mental, através de programas específicos para os professores.

Outro fator associado para prejudicar de forma direta a saúde mental dos professores são os agentes estressores que a escola possui e o professor tem que lidar diariamente. Sendo que o estresse, síndrome de burnout, depressão e o esgotamento físico e mental destacam-se como sendo as principais patologias que afetam o professor.

Não sendo percebido pelo individuo facilmente embora muitas vezes afeta o ambiente educacional e interfere na obtenção de situações pedagógicas que deveriam ser cumpridas com maior rigor, levando os professores que estão acometidos por esta patologia sintomas como apatia, alienação e desumanização, exaustão emocional, fadiga, enxaqueca, dores musculares, distúrbios do sono, irritabilidade.

Os professores mantem uma elevada manifestação de queixas relacionadas à saúde mental que afetam grande parte dos professores no exercício profissional da atividade docente, uma vez que estes estressores se encontram presentes no cotidiano onde esta inserido o professor.

Estes estressores são determinados estímulos externos que permitem ao indivíduo superar determinadas exigências do meio ambiente e o desgaste físico e mental causado por esse processo.

As tarefas burocráticas, conflitos familiares de alunos, desqualificação social, biológica e psicológica, baixa remuneração, falta de autonomia entre outros assuntos inerentes ao trabalho docente, propicia um mal estar que gera doenças e influencia no trabalho docente.

Estas condições mostra que a saúde do professor encontra-se debilitada e de forma precária, sendo que este desgaste mental e físico acarretam consequências negativas para o contexto escolar.

Percebe-se que o comprometimento da saúde mental do professor vem se elevando ao longo dos tempos, no entanto as estratégias de tratamentos para os professores que apresentam sua saúde mental comprometida não são suficientes para a demanda.

Deixando o professor a mercê de um sistema que na sua maioria os afasta de suas atividades ou os remanejam, mas não garante um tratamento de qualidade visando o restabelecimento de seu comprometimento mental.

Para que os professores tenham uma melhor qualidade de vida e bem estar físico, se faz necessário um suporte que vise condições para o exercício profissional adequado a cada realidade escolar, juntamente com fatores que proporcionam um bem estar que é essencial para uma vida feliz.

O comprometimento da qualidade de vida implica de forma direta no estado de saúde dos professores, sendo esta considerada importante na promoção de saúde dos professores.

Espera-se que, com esse artigo, se tenha contribuído para indicar caminhos futuros para pesquisas na área da saúde mental do professor, possibilitando conhecimentos específicos.

O reconhecimento da importância da saúde mental, principalmente quando esta consegue identificar lacunas a serem preenchidas a partir de demandas cotidianas do trabalho docente merece uma atuação específica de prevenção e qualidade de vida voltadas para o professor de forma integrada proporcionando melhorias em sua vida diária e minimizando agravos a saúde mental.

A educação está sempre atribuída de novas responsabilidades que por sua vez acaba sobrecarregando o professor em seu trabalho docente, sendo esses profissionais da área educacional esquecidos por políticas públicas de assistência à saúde mental do trabalhador na educação.

Faz necessário um olhar diferenciado e investimentos para a melhoria da qualidade de vida dos professores, para que o mesmo possa manter sua saúde mental em plenas condições, pois os desafios educacionais e o trabalho docente em si estão cada vez mais exigentes.

É importante estabelecer que os professores, necessitam de uma atenção especial e diferenciada em sua saúde mental, pois em função da debilitação mental, temos consequências severas que prejudica o professor em todos os seguimentos de sua vida.

Porem deve-se promover a saúde mental do professor, através de práticas saudáveis e em conjunto com os programas de atenção básicas que o Sistema único de saúde oferece, garantindo assim melhor satisfação ao realizar o trabalho docente.

Para que isto seja possibilitado necessita-se de conhecimento sobre os transtornos mentais dos trabalhadores docentes, além de se verificar como as instituições públicas e privadas na área educacional está tratando tal situação, se esta se permitindo a busca de condições de tratamento aos sintomas patológicos no tocante da saúde mental que são desencadeada por situações inerentes ao trabalho docente.

## **REFERÊNCIAS**

ARAÚJO, L.M.B.F; SOUSA, R.R. **O adoecimento psíquico de professores da rede pública estadual: perspectiva dos docentes.** In: Encontro da ANPAD, 37, 2013, Rio de Janeiro. 2013. p. 01-09.

BRASIL. Ministério da Saúde (2015). **Mental.** Brasília. Retirado em 12/08/2015, no Word Wide Web: <http://saúde.gov.br>

CARLOTTO, MS. **A síndrome de burnout e o trabalho docente.** Psicol Estud. 2002;7:21-9.

COUTO, H. A. **Saúde mental no trabalho** – Um modelo e formas de pesquisa (1994). In: Cadernos Ergo – O nexso técnico epidemiológico tem valor

científico? 1 ed. Ergo,2007, 108 p.

CHAPLIN, J. P. (1989). **Dicionário de Psicologia**. Lisboa: Publicações D. Quixote

DEJOURS, C. **Psicodinâmica do trabalho**: contribuição de escola dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho. São Paulo: Atlas, 1993.

DEJOURS, C. **A carga psíquica do trabalho**. Em: Betiol, M.I.S. (Org.). *Psicodinâmica do trabalho: contribuições da escola dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho*. p. 21-32. São Paulo: Atlas, 1994.

DICIONARIO INFORMAL. 2015, Disponível em: <http://www.dicionarioinformal.com.br/> Acesso em 12 de agosto de 2015, 10h20m.

FEHOSPAR. 2015, Disponível em: [http://www.fehospar.com.br/news\\_det.php?cod=7989](http://www.fehospar.com.br/news_det.php?cod=7989) Acesso em 10 agosto 2015, 08h05m.

FERREIRA, M. S. C. **O Cuidado em Saúde Mental: a escuta de pacientes egressos de um Hospital Dia**. 2010. 185 f. Dissertação (Mestrado) – Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Faculdade de Medicina de Botucatu, Departamento de Enfermagem, Botucatu, 2010.

GOMES, L.. **Trabalho multifacetado de professores/as: a saúde entre limites. Projeto de pesquisa de mestrado**. Rio de Janeiro: FIOCRUZ/ENESP/CESTEH, 2002.

LANDINI, Sonia R. **Professor, trabalho e saúde: as políticas educacionais, a materialidade histórica e as consequências para a saúde do trabalhador-professor**. In. *Colloquium Humanarum*, v.4, n.1, Jun.2007,p.08-21.Disponivelem:<http://revistas.unoeste.br/revistas/ojs/index.php/ch/article/view/222/599>> Acesso em 05 agosto 2015,10h00m.

LANDINI, S. R. **PROFESSOR, TRABALHO E SAÚDE: as políticas educacionais, a materialidade histórica e as consequências para a saúde do trabalhador –professor**. São Carlos, 2006. Mimeo

LEITE, M. P.; SOUZA, A. N. **Condições do trabalho e suas repercussões na saúde dos professores da educação básica no Brasil** – Estado da Arte. Departamento de Ciências Sociais na Educação / Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas, 2007.

LIMA FILHO, Dario de Oliveira e LIMA MENDONÇA, Maria de Fatima Evangelista. **Condições de trabalho e saúde do/a professor/a universitário/a**. In. Ciências & Cognição 2009; Vol 14 (3): 062-082. Disponível em: <http://www.cienciasecognicao.org> > Acesso em 05 agosto 2015,10h20m.

LIMA, M. E. A. **A polêmica em torno do nexo causal entre distúrbio mental e trabalho**. Psicologia em Revista, Belo Horizonte, v. 10, n. 14, p. 82-91, dez. 2003. Disponível em: <<http://periodicos.pucminas.br/index.php/psicologiaemrevista/article/view/184/194>>. Acesso em 5 agosto, 11h15m. 2015.

LUDERMIR, AB. **Desigualdades de classe e gênero e saúde mental nas cidades**. Physis [online]. 2008; 18(3):451-67.

MEDICINA TROPICAL. 2015, Disponível em: <http://www.alternativamedicina.com/medicina-tropical/conceito-saude>> Acesso em 10 agosto 2015, 09h05m.

MORAN, M. **Como utilizar a internet na educação**. Ciência da Informação, Brasília, DF, v. 26, n. 2, p. 146-153, 1997.

ROCHA, Maria V. e FERNANDES, Marcos H. **Qualidade de vida de professores do ensino fundamental: uma perspectiva para a promoção da saúde do trabalhador**. In. J Bras Psiquiatr. 2008;57(1):23-27. Disponível em : <http://www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v57n1/v57n1a05>> > Acesso em 05 agosto 2015,10h30m.

SAÚDE MENTAL. 2015, DISPONIVEL EM: <http://saude-mental.info/>> Acesso em 10 agosto 2015, 09h30m.

SELIGMANN-SILVA, E. **Da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho: Marcos de um percurso**. In:DEJOURS, C. ABDOUCHELI, E. JAYET, C. Psicodinâmica do trabalho:Contribuições da escola Dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho. São Paulo: Atlas, 1994. p. 13-19.

SINPRORIO, Sindicato dos Professores do Município do Rio de Janeiro e Região. **Burnout em professores: identificação, tratamento e prevenção**. Rio de Janeiro, 2011.

TAMAYO, M. R.; TRÓCCOLI, B. T. **Exaustão emocional: relações com a percepção de suporte organizacional e com as estratégias de coping no trabalho**. Estudos de Psicologia, 7(1), 37-46, 2002.

ZARAGOZA, J. M. Esteve. **O Mal-estar Docente: a sala de aula e a saúde**



**dos professores.** Bauru: EDUSC, 1999.