



## O SOFRIMENTO/ADOCIMENTO NO EXERCÍCIO LABORAL DOCENTE: UMA REVISÃO DE LITERATURA

*Jacineide Santos Magalhães<sup>1</sup>*

### RESUMO

O presente artigo tem como objetivo descrever os fatores associados ao sofrimento/adoecimento dos professores, no exercício da sua profissão. A partir de uma revisão de literatura, de textos publicados entre 2012 e 2018, foram selecionados artigos diversos, os quais permitiram concluir que a maior parte das doenças que incidem sobre os professores são de natureza laboral. As doenças mais recorrentes são estresse, síndrome de Burnout, doenças cardíacas e depressão. As causas mais recorrentes são as condições de trabalho, a desvalorização profissional e as políticas educacionais. Para a prevenção e cuidado dos professores adoecidos, são sugeridas novas políticas educacionais, melhoria da qualidade da estrutura e funcionamento do ensino, redução de alunos por sala de aula e criação de salas para atendimento e suporte psicológicos.

**Palavras-chave:** Sofrimento. Adoecimento. Docente. Professor.

## O SOFRIMENTO/ADOCIMENTO NO EXERCÍCIO LABORAL DOCENTE: UMA REVISÃO DE LITERATURA

### RESUMEN

El presente artículo tiene como objetivo describir los factores asociados al sufrimiento/maduración de los profesores, en el ejercicio de su profesión. A partir de una revisión de literatura, de textos publicados entre 2012 y 2018, se seleccionaron artículos diversos, los cuales permitieron concluir que la mayor parte de las enfermedades que inciden sobre los profesores son de naturaleza laboral. Las enfermedades más recurrentes son estrés, síndrome de Burnout, enfermedades del corazón y depresión. Las causas más recurrentes son las condiciones de trabajo, la devaluación profesional y las políticas educativas. Para la prevención y cuidado de los profesores enfermos, se sugieren nuevas políticas educativas, mejora de la calidad de la estructura y funcionamiento de la enseñanza, reducción de alumnos por aula y creación de salas psíquicas.

**Palabras-clave:** Sufrimiento. Enfermedad. Enseñanza. Maestro.

## O SOFRIMENTO/ADOCIMENTO NO EXERCÍCIO LABORAL DOCENTE: UMA REVISÃO DE LITERATURA

### ABSTRACT

This article aims to describe the factors associated with the suffering / sickness of teachers, in the exercise of their profession. From a literature review, from texts published between 2012 and 2018, several articles were selected, which allowed to conclude that most of the

---

<sup>1</sup> Doutoranda em Ciências da Educação. Universidad de Paraguay. E-mail: jacimagal@hotmail.com.



diseases that affect teachers are of a labor nature. The most recurring illnesses are stress, burnout syndrome, heart disease and depression. The most recurrent causes are the working conditions, the professional devaluation and the educational policies. For the prevention and care of sick teachers, new educational policies are suggested, improvement of the structure and functioning of teaching, reduction of students by classroom and creation of psychic rooms.

**Keywords:** Suffering. Sickness. Teacher. Teacher.

## INTRODUÇÃO

A docência é uma atividade que tem em seu cotidiano diversos elementos estressores psicossociais, inerentes às características da função. A depender do contexto social e institucional, os fatores que levam ao estresse se diferenciam e se assemelham, acumulando-se a ponto de provocar o sofrimento/adoecimento do professor (ENUMO; BATISTA, 2014).

As consequências da prática docente não se limitam a doenças psicossociais, entretanto. Webber e Vegani (2010) salientam que além do intelecto, os professores utilizam todo o corpo para o desempenho da sua atividade laboral; que a sua exposição incomum coloca a sua saúde em situação de vulnerabilidade.

Dessa maneira, convém uma atenção maior para esse tema, de maneira a possibilitar uma compreensão a respeito dos problemas que geram o sofrimento/adoecimento dos professores e as medidas protetivas e preventivas.

De acordo com o estudo “*Effective Teacher Policies: Insights from PISA*”, a partir de Indicadores do Sistema Educativo (INES), do Inquérito Internacional de Ensino e Aprendizagem (TALIS) e do Programa Internacional de Avaliação de Alunos (PISA)”, um dos maiores problemas da educação brasileira é a superlotação das salas de aula, com uma média de 37 alunos por sala (OECD, 2018).

De acordo com o relatório, é necessário garantir que haja eficácia, eficiência e equidade no ensino; que esse seja de qualidade, o que é possível se pessoas competentes forem atraídas para o trabalho docente. Contudo, a precarização do trabalho, as salas superlotadas, as poucas condições de formação e salário, além de tornar a docência uma profissão pouco atrativa, provoca no professor problemas causados pelas más condições de trabalho, entre elas o número excessivo de alunos por sala de aula (OECD, 2018).

O relatório apresentado recomenda que haja um número maior de professores por aluno (no Brasil são 22 alunos por professor), de modo a proporcionar maior tempo de



preparo das aulas e formação profissional, bem como reduzir o tamanho das salas de aula. Desta maneira, o professor não se sentiria sobrecarregado, tendo melhor qualidade de vida e de exercício profissional (OECD, 2018).

Outros fatores observados são a ergonomia inadequada, o uso excessivo e inadequado da voz, os problemas pessoais enfrentados pelos alunos e a violência urbana (WEBBER; VEGANI, 2010). O deslocamento para a escola, o movimento em um ambiente escolar cheio de exigências e na convivência com diversos transtornos pessoais de colegas e alunos, associados às políticas salariais ineficientes elevam o grau de estresse, sofrimento e adoecimento dos professores.

Dessa forma, convém um estudo com o objetivo de descrever os fatores associados ao sofrimento/adoecimento dos professores, no exercício da sua profissão.

Dados do Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos (DIEESE) revelam que no Brasil, em 2014, o professor de Ensino Fundamental e Médio estava entre as 20 profissões que mais provocam o desligamento por morte decorrente de doença ocupacional, ocupando o 9º lugar. Quanto à aposentadoria por invalidez decorrente de doença ocupacional, das 20 profissões mais evidentes, o professor com nível superior, que leciona as primeiras séries do Ensino Fundamental, ocupava o 2º lugar (BRASIL, 2016).

Tais dados, associados ao cenário degradante da sala de aula das escolas no contexto atual, justificam o desenvolvimento desse estudo, na intenção de contribuir com reflexões que possam direcionar novas pesquisas e o desenvolvimento de melhores políticas de atenção à saúde do professor (BRASIL, 2016).

## METODOLOGIA

A presente pesquisa foi desenvolvida a partir de uma revisão de literatura, de abordagem qualitativa, de publicações disponíveis na base de dados Index Psicologia - Periódicos técnico-científicos (INDEXPSI).

Após definir o tema, foi delineado o problema da pesquisa: quais as implicações do exercício laboral no sofrimento/adoecimento do docente? A busca foi realizada a partir do uso das palavras-chave: sofrimento; adoecimento; docente; e professor, combinados com o uso do conectivo “and”.



Foram utilizados como critérios de inclusão: publicações disponíveis na íntegra; entre 2012 e 2017, que respondessem o problema da pesquisa. Foram utilizados como critérios de exclusão: publicações incompletas, além de editoriais e projetos.

Após a busca, foram encontrados no total, 21 publicações, sendo: 05 na Scielo, 08 na LILACS e 08 na IndexPSI. Dessas, quatro foram excluídos, por não responder o problema dessa pesquisa, quatro, por serem duplicadas e uma por tratar-se de uma tese. Assim, restaram para o estudo, doze publicações.

## DO MAL-ESTAR DOCENTE AO ADOECIMENTO

Mendes, Clock e Baccon (2016) observam que o trabalho docente está imerso em ideais de ensino-aprendizagem que remetem ao desejo do ser-professor; a uma percepção da profissão como um chamado vocacional, e o desejo de contribuir com a formação humana, como um verdadeiro sacerdócio. Assim, à medida que as mudanças ocorrem na sociedade, o professor também se constitui, em uma formação identitária sempre em trânsito, a depender do contexto onde exerce a sua profissão.

Nóvoa (1995) ressalta que o professor não se constrói por acumulação, mas a partir de sucessivas reconstruções que se refazem em diversas identificações, constituindo a sua identidade profissional.

Nesse processo de adaptação à realidade contemporânea, com mudanças cada vez mais velozes e fugazes, tanto no contexto político, quanto social e econômico, a prática docente é desafiada a reestruturar-se constantemente, para atender às diversas políticas educacionais que se constituem ao longo da história recente da educação brasileira.

Se por um lado há as exigências impostas pelas diversas políticas, por outro há uma realidade de precarização do ensino, refletida na escassez de recursos didáticos apropriados, estrutura escolar e nas fragilidades em ações de atenção ao profissional. Também há de se considerar a violência crescente tanto no contexto urbano, quanto na família e na escola. Esses são fatores que provocam, segundo Resende (2005), Nóvoa (1999) e Mendes, Clock e Baccon (2016), um “mal-estar docente”.

Martins *et al.* (2014) salientam que os fatores preditivos do “mal-estar docente” são a interação entre o trabalho e o ambiente laboral, as condições de organização e a insatisfação com a profissão.



Se por um lado há uma exigência de um professor-educador, que não se limite à função de instrutor, por outro, as condições de trabalho degradantes geram efeitos negativos na saúde desse profissional, que acaba sofrendo um desgaste físico e psíquico, o que gera sensações como frustração, tristeza, desapontamento e adoecimentos, tais como a depressão (MENDES; CLOCK; BACCON, 2016).

Rocha e Sarrierra (2006) ainda chama atenção para doenças laborais presentes nessa profissão, entre as quais destacam-se a hipertensão arterial, distúrbios mentais, câncer e doenças cardíacas. Tais doenças acabam provocando o absenteísmo, a procrastinação e o afastamento do professor, seja para licenças temporários e para aposentadoria por invalidez (BRASIL, 2016).

A falta de apoio dos gestores da escola, a organização ineficaz do ambiente de trabalho, a perda de autoridade perante os alunos, o que contribui com a indisciplina, além da transferência da responsabilidade total para o professor, pelo fracasso escolar, geram desânimo e desesperança (SILVA; COIMBRA; YOKOMISO, 2017). Os problemas econômicos, potencializados pela desvalorização salarial e a sensação de impotência geram insegurança de tal modo que o prazer de ensinar é substituído pelo mal-estar, sofrimento e adoecimento (ARAÚJO; SOUSA, 2013).

Entre as doenças mais citadas na literatura pesquisada, a Síndrome de Burnout (SB). Borba et al. (2015) observam que a incidência elevada pode levar a compreender que esse transtorno pode estar mais associado à categoria profissional do professor em si, do que ao contexto do local de trabalho, independentemente de ser público ou privado.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (2008 *apud* BORBA *et al.*, 2015), na Região Centro-Oeste do Brasil, a cada 100 professores da rede pública, 15 sofriam da SB. Ao investigar 49 professores do Ensino Superior, Bernardo Massa et al. (2016) constataram que 15% dos entrevistados apresentaram sintomas compatíveis com a SB.

Entre os sintomas, destacam-se: “sentimento de baixa realização profissional, alto grau de esgotamento emocional e distanciamento dos alunos (BORBA *et al.*, 2015, p. 272).” A falta de realização laboral caracteriza-se pela tendência do professor formular uma autoavaliação negativa, por sentir-se incapaz, desmotivado, reduzindo a sua autoestima (BERNARDO MASSA *et al.*, 2016). A exaustão emocional é caracterizada por como “um



sentimento de escassez de energia e de recursos emocionais para enfrentar as situações cotidianas do trabalho (BERNARDO MASSA *et al.*, 2016, p. 181).”

Como consequência desses dois sintomas, os professores tendem a desumanizar cada vez mais o seu exercício cotidiano, afastando-se dos alunos, de modo a tomar atitudes negativas, tais como a dissimulação afetiva, e reagir de forma ansiosa, alienada e desmotivada, demonstrando alto teor de irritabilidade (BERNARDO MASSA *et al.*, 2016).

Borba *et al.*, (2015) lembra que tais sintomas precisam estar associados, para que se caracterize a SB. Moreno *et al.* (2016), ao investigar as doenças laborais mais presentes em professores do Ensino Superior, identificaram a SB com uma incidência de 2% do total, dos transtornos psicológicos; ficando em 6º lugar. Já a depressão foi identificada com 10%, a ansiedade com 11%, distúrbios do ciclo vigília-sono (18%) e estresse (23%). Dos entrevistados, 28% relataram que não apresentavam nenhuma doença psicológica.

Há de se considerar também as doenças osteomusculares, as quais para serem identificadas como decorrentes do trabalho, precisam ser levantadas a partir de um estudo histórico individual, de modo a descrever onexo causal. Entre as doenças mais presentes nos professores, Moreno *et al.* (2016) identificam dorsalgia, tendinite e cefaleia. Tais enfermidades são constantes na vida dos professores, e não raro, se apresentam associadas entre si ou associadas a doenças psicológicas.

### **ATENÇÃO À SAÚDE DO PROFESSOR: O QUE FAZER?**

Borsoi (2012) observa que a maioria dos casos de adoecimento do professor é negligenciada pela gestão da instituição de ensino onde atua, sendo que muitos professores não revelam na instituição de ensino que estão doentes. Convém observar que nem sempre os sintomas são vistos pelo professor como sinais de doença laboral, o que leva, não raro, a uma negligência dos próprios profissionais.

Em sua análise da pesquisa, Lima e Lima-Filho (2009) observam que as autoridades governamentais não dão a atenção devida ao problema do “mal-estar docente”, principalmente nas instituições brasileiras públicas de ensino superior. Analisam que as doenças físicas, psíquicas e interpessoais não são percebidas devidamente, no sentido de promover meios e políticas de prevenção e cuidado.



Dessa maneira, Dalgasperina e Monteiro (2014) recomendam que sejam desenvolvidos programas preventivos de atenção ao adoecimento mental no trabalho docente, ao verificar que a maioria dos fatores preditivos das doenças que atingem os professores são decorrentes da organização do trabalho e da relação interpessoal com os alunos.

Entre as causas do adoecimento docente estão as políticas educacionais presas a paradigmas gerenciais cujas metas e indicadores de produtividade laboral são impostas aos professores. Esses profissionais acabam tendo que se adequar às exigências as quais não correspondem à realidade das escolas onde atuam. O excesso de racionalidade instrumental promove no educador conflitos e frustrações, sofrimentos que desencadeiam estresse e adoecimento (PIOLLI; SILVA; HELOANI, 2015).

Assim sendo, é fundamental que se repense essas exigências gerencialistas demasiadamente racionais, considerando as subjetividades que envolvem a prática de ensino, e as necessidades reais dos professores e dos alunos (PIOLLI; SILVA; HELOANI, 2015).

Ruza e Silva (2016) chama atenção para a subjetividade do professor em programas de pós-graduação, ao verificar que a intensificação do trabalho gera um desgaste grande. As exigências de rotinização das tarefas, de alcance de metas quantitativas e de produtividade conduzem ao excesso de atividades, à jornada dupla de trabalho e à desvalorização das horas de descanso.

Esse cenário, fruto de uma mentalidade capitalista que está impregnada no sistema educacional, conduz à desvalorização do docente, afetando a sua qualidade de vida, provocando o adoecimento. Para reverter esse quadro, Cortez *et al.* (2017) sugerem que se considere a multideterminação do processo saúde-doença no trabalho docente, de modo a verificar as diversas causas e sintomas, bem como as consequências na vida do professor. Defendem que é necessário analisar realidade e pesquisa, para desenvolver metodologias e política que promovam a saúde docente.

Silva, Coimbra e Yokokomiso (2017) ainda são mais específicos, ao sugerir que se construa espaços psíquicos compartilhados, os quais possam permitir a troca da palavra, em uma vivência de respeito. Explicam que nesses espaços, poderão ser discutidos os desafios e as rupturas enfrentados, além de serem elaborados diferentes sentidos para a prática educativa, nas escolas de ensino fundamental da rede pública.



Vilela, Garcia e Vieira (2013) salientam que as vivências de sofrimento estão associadas ao esgotamento e à sobrecarga laboral, além de estresse, sentimento de indignação e desvalorização. Observam que as vivências de prazer, quando predominantes, contribuem com a superação do sofrimento do professor. Essas estão associadas ao orgulho e à identificação que o professor tem com o seu trabalho.

Por esta razão, Vilela, Garcia e Vieira (2013) explicam que ao maximizar as vivências de prazer, na relação interpessoal com alunos e colegas de trabalho, na produção de conhecimento e no reconhecimento e valorização profissional, por parte dos pares, da comunidade e dos gestores, as ações que provocam o sofrimento e/ou adoecimento são reduzidas. Assim, eleva-se a qualidade de vida, do trabalho e do ensino.

O estudo apresentado pela OECD (2018), “*Effective Teacher Policies: Insights from PISA*”, defende que uma das estratégias para elevar a qualidade do ensino, é a redução do tamanho das salas de aula e da quantidade de alunos por sala e por professor. No referido estudo, o Japão é referenciado por conquistar esse modelo, com 12 alunos por sala. Explicam ainda que é necessário investir mais em formação do professor e qualidade da estrutura das instituições de ensino.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante a pesquisa, constatou-se que há um número ainda reduzido de publicações que abordem o adoecimento do professor. Em 2014 houve um número maior de publicação em relação aos outros anos (25%). Contudo, os estudos que apresentaram propostas de valorização da saúde docente corresponderam apenas a 20% do total pesquisado. A maioria se detém em apresentar apenas as doenças recorrentes e os problemas geradores desse adoecimento docente.

Quanto aos objetivos, os artigos apresentaram uma intenção variada da pesquisa, destacando-se os estudos sobre Síndrome de Burnout (BORBA, 2015) e as influências das reformas educacionais no sofrimento do docente (PIOLLI; SILVA; ELOANI, 2015), como diferenciais entre os achados. Quanto aos resultados, chama atenção o artigo Silva, Coimbra e Yokomiso (2017), por apresentar estratégias de redução do quadro de sofrimento psíquico dos professores.





Dessa maneira, verificando-se as múltiplas abordagens, é possível compreender o quanto as doenças apresentadas pelos docentes estão relacionadas ao seu exercício laboral.

O índice expressivo de afastamento por doença do trabalho, seja por meio de licenças ou por aposentadorias tem deixado claro o quanto os sintomas tais como estresse, cefaleia, dores generalizadas e depressão podem estar associados não ao estilo de vida pessoal do professor ou a doenças de outras naturezas, somente como hereditariedade. A maioria dos casos é causada pela natureza do trabalho docente.

É necessário promover ações de prevenção e cuidado, as quais contemplem as condições multifatoriais que levam ao sofrimento/adoecimento.

Assim, quanto mais se investir em estrutura, condições de trabalho, condições salariais e ao mesmo tempo, na qualidade de vida e dos serviços de apoio aos alunos e seus familiares, mais segurança e confiança o professor terá para atuar em sala de aula.

A valorização do profissional docente é essencial nesse processo de prevenção e cuidado. Para tanto, o planejamento deve ser compatível com a realidade e as necessidades dos alunos; a escola deve estar preparada para receber os alunos e professores com dignidade e respeito.

A sugestão de Silva, Coimbra e Yokomiso (2017) de construir espaços psíquicos nas instituições de ensino é de grande relevância, para atender não só professores, como todos os profissionais envolvidos. O diálogo, a relação de respeito e a troca de saberes e experiências são essenciais no processo de prevenção das doenças laborais e no tratamento dos professores adoecidos.

Convém que novos estudos sejam realizados, no sentido de ampliar as experiências de prevenção e cuidado, a fim de garantir melhor qualidade de vida dos professores.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARAÚJO, L. M. B. F.; SOUSA, R. R. *O adoecimento psíquico de professores da rede pública estadual: perspectiva dos docentes*. XXXVIII Encontro da Anpad, Rio de Janeiro, 2013.

BERNARDO MASSA, L. D *et al.* Síndrome de Burnout em professores universitários. *Rev. Ter Ocup.* Univ. São Paulo. Maio/ago., v. 27, n. 2, p. 180-9, 2016.

BORBA, Bruna Mainardi Rosso *et al.* Síndrome de Burnout em professores: estudo comparativo entre o ensino público e privado. *Psicol. Argum.* v. 33, n. 80, p. 270, 281, jan./abr., 2015.



BORSOI, Izabel Cristina Ferreira. Trabalho e produtividade: saúde e modo de vida de docentes de instituições públicas de Ensino Superior. *Cad. psicol. soc. trab.*, São Paulo, v. 15, n. 1, p. 81-100, jun. 2012.

BRASIL. *Anuário da saúde do trabalhador*. Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos. São Paulo: DIEESE, 2016.

CORTEZ, Pedro Afonso et al. A saúde docente no trabalho: apontamentos da literatura recente. *Cad. saúde colet.* Rio de Janeiro, v. 25, n. 1, p. 113-122, mar. 2017.

DALAGASPERINA, Patrícia; MONTEIRO, Janine Kieling. Preditores da síndrome de Burnout em docentes do ensino privado. *Psico-USF*, Itatiba, v. 19, n. 2, p. 263-275, ago. 2014.

LIMA, Maria de Fátima Evangelista Mendonça; LIMA-FILHO, Dario de Oliveira.

Condições de trabalho e saúde do/a professor/a universitário/a. *Ciênc. cogn.*, Rio de Janeiro, v. 14, n. 3, p. 62-82, nov. 2009.

MARTINS, Maria de Fátima Duarte *et al.* O trabalho das docentes da Educação Infantil e o mal-estar docente: o impacto dos aspectos psicossociais no adoecimento. *Cad. psicol. soc. trab.*, São Paulo, v. 17, n. 2, p. 281-289, dez. 2014.

MENDES, Thamiris Christine; CLOCK, Lizie Mendes; BACCON, Ana Lúcia Pereira. Aspectos positivos e negativos da profissão docente: entre a satisfação e o desejo do professor. *Com a Palavra o Professor*, Vitória da Conquista (BA), v. 1, n. 1, p. 74-97, out./dez., 2016.

NORONHA, Maria Márcia Bicalho; ASSUNÇÃO, Ada Ávila; OLIVEIRA, Dalila Andrade. O sofrimento no trabalho docente: o caso das professoras da rede pública de Montes Claros, Minas Gerais. *Trab. educ. saúde*, Rio de Janeiro, v. 6, n. 1, p. 65-86, jun. 2008.

NÓVOA, A. *Formação de professores e profissão docente*. In: \_\_\_\_\_. *Os professores e sua formação*. 2. ed. Lisboa: Dom Quixote, 1995. p. 13-33.

NÓVOA, A. Os Professores na Virada do Milênio: do excesso dos discursos à pobreza das práticas. *Educação e Pesquisa*, v. 25, n.1, p. 11-20, 1999.

OECD. *Effective Teacher Policies: Insights from PISA, PISA, OECD Publishing*. Paris, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1787/9789264301603-en>. Acesso em: 16 jul. 2018.

PIOLLI, Evaldo; SILVA, Eduardo Pinto e; HELOANI, José Roberto M. Plano Nacional de Educação, autonomia controlada e adoecimento do professor. *Cad. CEDES*, Campinas, v. 35, n. 97, p. 589-607, dez. 2015.

ROCHA, K.B.; SARRIEIRA, J. C. Saúde percebida em professores universitários: gênero, religião e condições de trabalho. *Rev. Sem da Associação de Psicologia Escolar e Educacional (ABRAPEE)*, v. 10, n. 2, p. 187-196, 2006.

RUZA, Fabio Machado; SILVA, Eduardo Pinto e. As transformações produtivas na pósgraduação: o prazer no trabalho docente está suspenso? *Revista Subjetividades*, Fortaleza, v. 16, n. 1, p. 91-103, abr., 2016.



---

SILVA, Valéria Aparecida da; COIMBRA, Ana Késia Santos; YOKOMISO, Celso Takashi. Saúde dos professores do ensino fundamental da rede pública e a construção dos espaços psíquicos compartilhados. *Vínculo*, São Paulo, v. 14, n. 2, p. 58-69, 2017.

VILELA, Elena Fátima; GARCIA, Fernando Coutinho; VIEIRA, Adriane. Vivências de prazer-sofrimento no trabalho do professor universitário: estudo de caso em uma instituição pública. *REAd. Rev. eletrôn. adm. (Porto Alegre)*, Porto Alegre, v. 19, n. 2, p. 517-540, ago. 2013.