

Influência do Estresse no Absenteísmo de professores do Ensino Médio e Fundamental: uma revisão da literatura

Influence of Stress on Absenteeism of High School and Elementary Schoolteachers: a literature review

Influencia del Estrés en el Absentismo de los maestros de Secundaria y Primaria: una revisión de la literatura

Recebido: 12/11/2021 | Revisado: 19/11/2021 | Aceito: 23/11/2021 | Publicado: 05/12/2021

Sandra de Araújo Teixeira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1851-6465>

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Brasília, Brasil

E-mail: prof.sandrat@gmail.com

Guilherme Anzilero Arossi

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9580-6282>

Universidade Luterana do Brasil, Brasil

E-mail: guilherme.arossi@ulbra.br

Ana Maria Pujol Vieira dos Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9025-5215>

Universidade Luterana do Brasil, Brasil

E-mail: anapujol@ulbra.br

Resumo

Este estudo investiga a produção bibliográfica publicada na literatura científica, sobre a influência do estresse no absenteísmo de professores do ensino médio e fundamental. Para a construção do artigo, realizou-se consulta às bases de dados PubMed, CAPES e Biblioteca Virtual em Saúde-BVS, utilizando-se os descritores “estresse psicológico”; “estresse ocupacional”; “esgotamento psicológico”; “licença médica”; “absenteísmo”; “professores escolares”. Os critérios de inclusão dos artigos foram assuntos relacionados ao estresse em professores do ensino médio e fundamental; publicações em periódicos indexados, entre 2010 e 2020; e os critérios de exclusão foram publicações duplicadas em mais de uma base de dados. Assim, foram selecionados 11 artigos científicos, publicados nas línguas portuguesa, inglesa e espanhola. Em relação ao estresse e absenteísmo, verificou-se que ocorre em função de perturbações psicológicas ou sofrimento psíquico associados ao trabalho, falta de motivação, queda de produtividade e doenças físicas e mentais. Sobre os mecanismos para reduzir o estresse, há a necessidade de investimentos nos ambientes de trabalho como a participação dos professores nas políticas organizacionais e a criação de políticas de prevenção que contribuam com a melhoria para a saúde do professor. A preocupação das organizações e gestores educacionais com a saúde emocional dos professores pode reduzir os absenteísmos por problemas de saúde como o estresse ocupacional.

Palavras-chave: Estresse ocupacional; Professores escolares; Esgotamento psicológico; Licença médica; Absenteísmo.

Abstract

This study investigates the bibliographic production published in the scientific literature about the influence of stress on absenteeism among secondary and elementary school teachers. To construct the article, we consulted the PubMed, CAPES, and Virtual Health Library-BVS databases, using the descriptors "psychological stress"; "occupational stress"; "psychological burnout"; "sick leave"; "absenteeism"; "school teachers". The inclusion criteria for the articles were subjects related to stress in middle school and elementary school teachers; publications in indexed journals, between 2010 and 2020; and the exclusion criteria were duplicate publications in more than one database. Thus, 11 scientific articles published in Portuguese, English and Spanish were selected. Regarding stress and absenteeism, it was found that these occur due to psychological disorders or psychological suffering associated with work, lack of motivation, drop in productivity, and physical and mental illnesses. About the mechanisms to reduce stress, there is a need for investments in work environments such as the participation of teachers in organizational policies and the creation of prevention policies that contribute to the improvement of teachers' health. The concern of organizations and educational managers with the emotional health of teachers can reduce absenteeism due to health problems such as occupational stress.

Keywords: Occupational stress; School teachers; Psychological exhaustion; Sick leave; Absenteeism.

Resumen

Este estudio investiga la producción bibliográfica publicada en la literatura científica sobre la influencia del estrés en el absentismo de los profesores de enseñanza media y primaria. Para la construcción del artículo, se consultaron las bases de datos PubMed, CAPES y Biblioteca Virtual de Salud-BVS, utilizando los descriptores "psychological stress"; "occupational stress"; "psychological exhaustion"; "sick leave"; "absenteeism"; "school teachers". Los criterios de inclusión de los artículos fueron temas relacionados con el estrés en profesores de secundaria y primaria; publicaciones en revistas indexadas, entre 2010 y 2020; y los criterios de exclusión fueron publicaciones duplicadas en más de una base de datos. Así, se seleccionaron 11 artículos científicos publicados en portugués, inglés y español. En cuanto al estrés y el absentismo, se constató que se producen por trastornos psicológicos o sufrimiento psicológico asociado al trabajo, falta de motivación, descenso de la productividad y enfermedades físicas y mentales. En cuanto a los mecanismos para reducir el estrés, es necesario invertir en los entornos de trabajo, como la participación de los profesores en las políticas organizativas y la creación de políticas de prevención que contribuyan a mejorar la salud de los profesores. La preocupación de las organizaciones y los gestores educativos por la salud emocional de los profesores puede reducir el absentismo por problemas de salud como el estrés laboral.

Palabras clave: Estrés laboral; Profesores de escuela; Agotamiento psicológico; Baja por enfermedad; Absentismo.

1. Introdução

Os trabalhadores da área da educação estão sujeitos a condições de trabalho que podem gerar o estresse, comprometendo a saúde e acarretar o absenteísmo (Macaia & Fischer, 2015; Machado & Limongi, 2019). Isto causa impactos psicológicos e econômicos para as organizações por gerar custos, como por exemplo, aumento no tempo de trabalho administrativo, novas contratações, gastos na substituição do professor e novos treinamentos (Andrade & Cardoso, 2012).

A literatura evidencia um grande número de professores que ficam afastados das atividades laborais devido ao adoecimento relacionado ao agente estressor ocupacional, que pode ser desencadeado pela violência nas escolas, insatisfação no trabalho, tensão emocional, ambiente de trabalho inadequado, falta de treinamentos ou treinamentos ineficazes, carga excessiva de trabalho por falta de efetivo, falta de apoio da gestão, relações interpessoais, falta de preocupação com a coletividade, ausência de autonomia, adaptações das atividades escolares e atribuição de funções administrativas sem preparo prévio (Moreira & Rodrigues, 2018; Machado & Limongi, 2019). Além disso, a profissão docente está predisposta aos distúrbios do sono, em função do estresse; e alterações vocais, como a perda da voz, o que contribui para o absenteísmo e para o estresse, pois ao perder a voz o professor perde a possibilidade de manter-se em sua função, perde sua identidade profissional, o que coloca, em risco, a sua carreira como educador (Machado & Limongi, 2019; Luz, Pessoa, Da Luz & Schenatto, 2019).

Embora os fatores identificados sejam comuns em muitas organizações, este estudo aborda o absenteísmo de professores em organizações educacionais, causado pelo estresse relacionado a profissão docente. O estresse é enfrentado por docentes na maioria das escolas em todo o mundo (Macaia & Fischer, 2015; Machado & Limongi, 2019; Baasch, Trevisan & Cruz, 2017). Portanto, pode prejudicar a saúde do professor e comprometer a qualidade das atividades letivas no processo ensino-aprendizagem, uma vez que os professores são os responsáveis por oferecer uma educação de qualidade.

Estudos têm apontado que o absenteísmo de professores relacionado ao agente estressor é um desafio global enfrentado por vários países desenvolvidos e em desenvolvimento, e podem apresentar sintomas elevados de estresse, causando o adoecimento físico e psicológico (Ilo, 2016; Baasch et al., 2017; Moreira & Rodrigues, 2018; Macaia & Fischer, 2015; Machado & Limongi, 2019; Manas, Justo & Martinez, 2011; Morales, Peiró, Rodríguez & Bliese, 2012; Oliveira, Balk, Graup & Muniz, 2020; Tabeleao; Tomasi & Neves, 2011; Yang, Wang, Ge, Hu & Chi, 2011). Além disso, podem também desencadear a Síndrome de Burnout, que é causada pelo estresse crônico (Luz et al., 2019). Neste contexto, a qualidade de vida no trabalho fica comprometida, sendo necessárias ações por parte dos professores e organizações educacionais que possam minimizar o absenteísmo por doenças físicas e mentais (Yang et al., 2011; Moreira & Rodrigues, 2018).

Pela importância do assunto, tornou-se pertinente realizar esta revisão de literatura com o objetivo de investigar publicações de estudos sobre a *influência do estresse no absentismo de docentes*, de forma a contribuir com futuras pesquisas que favoreçam o desenvolvimento de políticas de prevenção que minimizem o adoecimento do professor.

2. Metodologia

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura que pretende uma compreensão mais ampla do problema analisado. Para sua elaboração, seguiram-se as seguintes etapas: delimitação do tema e elaboração da pergunta norteadora da pesquisa; levantamento das publicações nas bases de dados selecionadas; coleta de dados; classificação e análise dos dados de cada material; discussão dos resultados; apresentação dos resultados encontrados com análise crítica dos principais resultados encontrados nos artigos (Mendes; Silva & Galvão, 2008).

A busca dos artigos foi realizada nas bases de dados: PubMed, CAPES e BVS. Os descritores utilizados, devidamente cadastrados no Portal de Descritores em Ciência da Saúde (DeCS/MeSH), que foram utilizados para busca dos artigos, foram estresse ocupacional, professores escolares, esgotamento psicológico, licença médica, absentismo, tanto na língua portuguesa, com artigos em inglês e espanhol.

A pergunta que norteou este trabalho foi: Qual é a influência do estresse no absentismo de professores? Os critérios de inclusão dos artigos foram títulos e assuntos relacionados ao estresse em professores do ensino médio e fundamental; publicações de artigos em periódicos indexados, considerando-se o período entre 2010 e 2020. Os critérios de exclusão foram publicações duplicadas em mais de uma base de dados e estudos que não se enquadram na temática.

Os descritores utilizados foram categorizados no formato 'PICO' (população; intervenção; comparação; resultado), sendo considerados em POPULAÇÃO os descritores "Professores escolares" e "docentes"; e em RESULTADO os descritores "Estresse psicológico"; "Estresse ocupacional"; e "Licença médica". Para as estratégias de busca, foi utilizado o recurso de busca avançada nos portais selecionados, e os descritores foram inseridos com o operador Booleano "AND" (associação), cruzando descritores de POPULAÇÃO com descritores de RESULTADO, sendo estas estratégias ajustadas para se adequar às sintaxes de cada base de dados.

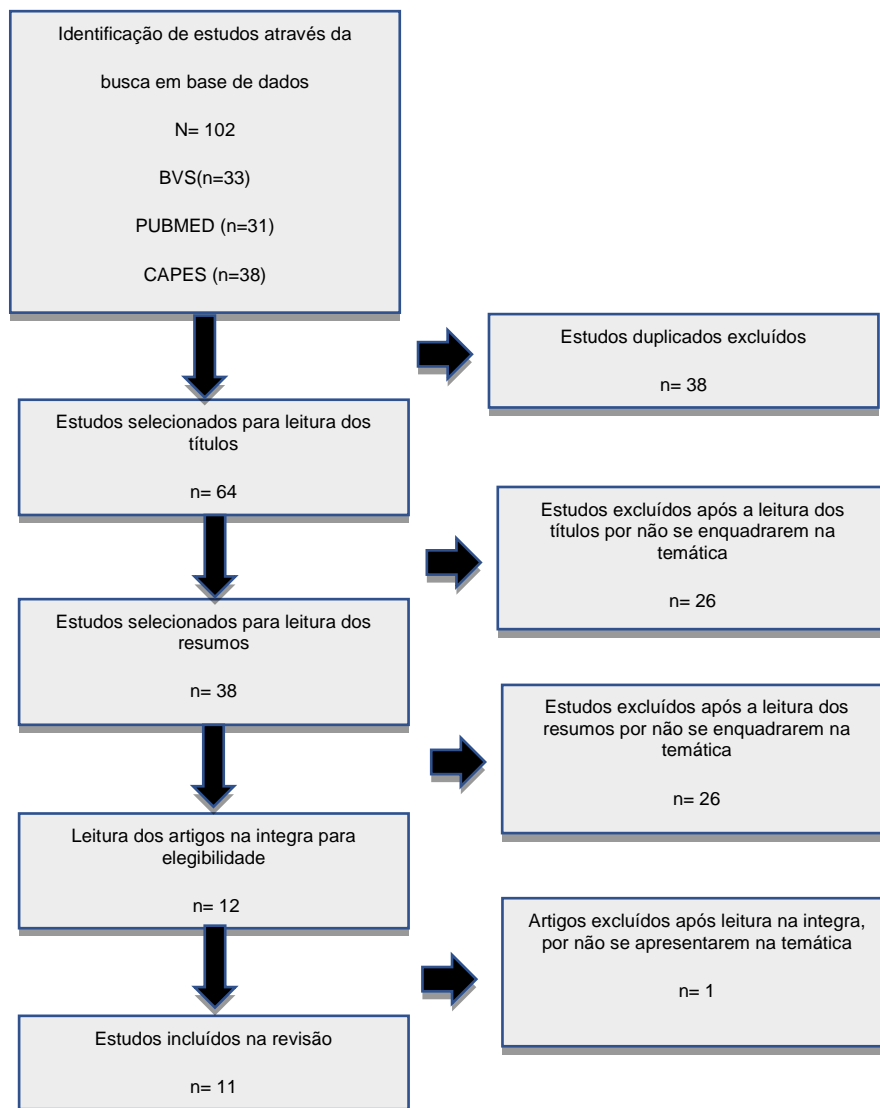
Após a seleção do conteúdo, iniciou-se a segunda etapa do trabalho, incluindo a leitura das obras para a criação de fichas bibliográficas previamente elaboradas com os seguintes tópicos: Autor(es), local e ano de publicação, objetivo, métodos utilizados, amostra, principais resultados alcançados e comentários.

3. Resultados

A consulta inicial resultou em 102 artigos, sendo que 33 estavam na base de dados da BVS, 38 no portal da CAPES e 31 no portal da PUBMED.

Seguindo os critérios de exclusão, foram selecionados 11 artigos, conforme fluxograma apresentado na Figura 1.

Figura 1. Fluxograma da seleção dos artigos.



Fonte: Autores (2021)

Quadro 1. Síntese dos artigos selecionados

Autor/Ano de publicação/Local (país)	Objetivo	Método	Amostra	Principais resultados	Comentários
MOREIRA; RODRIGUES, 2018. Rio Grande do Sul	Examinar causas do absenteísmo por doença de professores	Descritivo Quantitativo e qualitativo, Dados de licença de saúde e entrevista análise textual proposta por Moraes (2003)	1.227 professores	50% dos professores foram afastados do trabalho por transtornos mentais e comportamentais, sendo 12% por transtorno bipolar, seguidos por reação aguda ao estresse, transtorno de adaptação, ansiedade generalizada e Síndrome de Burnout. e 24% por diagnóstico de depressão.	O índice de afastamento por estresse no trabalho foi menor que a depressão. Os afastamentos podem estar associados às condições do ambiente de trabalho, violência nas escolas, sobrecarga de trabalho por falta de efetivo e falta de apoio da gestão. Em alguns casos demandam mais tempo com alunos especiais.
MANAS; JUSTO; MARTINEZ,2011. Espanha	Examinar a eficácia de um programa de treinamento em atenção plena para reduzir os níveis de estresse dos professores	Quantitativo Questionário - Escala de Estresse no Ensino (ED-6) (Gutiérrez, Morán e Sanz, 2005).	31 professores, 16 no grupo experimental e os 15 restantes no grupo controle.	Redução significativa nos estresses dos professores e no número de dias de licença médica no grupo experimental. No grupo controle o estresse está abaixo de 20% na maioria.	A hipótese desta pesquisa foi confirmada nos participantes do grupo experimental, que apresentaram reduções nos níveis de estresse e redução do absenteísmo dos professores.
MACHADO; LIMONGI, 2019. Uberlândia, Minas Gerais, Brasil	Associar transtornos mentais comportamentais e sua correlação com aspectos sociodemográficos, ambientais e ocupacionais	Estudo transversal, quantitativo. Questionário- General Health Questionnaire-12 (GHQ12)	330 docentes de 33 escolas	Foram associadas ao estresse: Sexo feminino, vínculo empregatício permanente, jornada dupla de trabalho, experiência anterior com violência escolar e uso de drogas para distúrbios do sono.	Melhoria das condições de trabalho, carga de trabalho, realizar exames periódicos psicológicos com objetivo de prevenir doenças profissionais para minimizar o absenteísmo causados pela alteração do sono, desgaste psíquico e o estresse, devido a violência nas escolas.
MACAIA; FISCHER, 2015. Rede pública municipal de São Paulo	Analisar os sentidos de retorno ao trabalho atribuídos por professores servidores públicos após afastamentos devido ao adoecimento relacionado ao trabalho	Estudo transversal, qualitativo Entrevistas e questionário	20 professores, ativos e em readaptação funcional.	O afastamento mais curto foi de 15 dias e o mais longo de cinco anos. Foram encontrados no artigo afastamentos por reações ao estresse grave e transtornos de adaptação (6 citações).	Os diagnósticos de transtornos mentais comum mais frequentemente citados pelos professores no artigo como motivos de afastamento do trabalho foram os transtornos de humor e os relacionados ao estresse
LUZ et al., 2019. diversos países como: Brasil, Alemanha.	Identificar os principais fatores psicossociais, estruturais e relacionais na profissão docente.	Revisão de literatura- <i>Job Content Questionnaire</i> (JCQ), utilizado em 05 trabalhos, além do <i>General Health Questionnaire-12</i> (GHQ-12) e do <i>Maslach Burnout Inventory</i> (MBI), utilizados em 04 oportunidades cada	10.000 docentes da pré-escola até a universidade em 13 países.	Professores apresentam a média de 48,4 horas trabalhadas por semana. 20% dos docentes relataram trabalhar 60h semanais, tendo uma predominância no aspecto mental do indivíduo, com ênfase para o estresse e a Síndrome do Burnout e distúrbios da voz.	Carga de trabalho em excesso, as relações interpessoais e as condições do ambiente escolar são os maiores agentes causadores de estresse e síndrome de Burnout. Adequação das atividades escolares de salas de aula, Intervenções gerenciais, suporte social são apontadas como possíveis soluções para contribuir com a qualidade de vida desses, controlando o nível de estresse profissionais.
CANOVA; PORTO, 2010. Distrito Federal	Identificar o poder preditivo dos valores organizacionais sobre o nível de estresse	Descritivo Quantitativas e qualitativas Questionário Utilizaram-se a escala de estresse no trabalho e o inventário de	321 professores	O nível de estresse ocupacional é superior para aqueles que não praticam atividade física. Em relação à variável licença médica, os professores que mais	Os valores organizacionais têm impacto no estresse ocupacional. Conclui-se ainda que o contexto organizacional, avaliado por meio dos valores, é

	ocupacional entre docentes do ensino médio.	perfis dos valores organizacionais.		tiram licenças médicas também apresentam níveis mais altos de estresse.	preditor mais relevante do que as variáveis demográficas.
TABELEAO; TOMASI; NEVES, 2011. Pelotas, Rio Grande do Sul,	Investigar os níveis de qualidade de vida entre docentes de escolas estaduais e municipais, de ensinos fundamental e Médio, e relacioná-los com características sociodemográficas e do processo de trabalho.	Estudo transversal, quantitativo. Escala de qualidade de vida WHOQOL-bref	601 docentes em 18 escolas,	Os índices médios nos domínios da escala de qualidade de vida foram de 69,2% para saúde física, 70,6%, para saúde psicológica, 72,5% para relações sociais e 60,7% desgaste profissional, registrou-se que 63% e 21% dos docentes apresentaram, respectivamente, níveis médios e altos de exaustão, 31% de Burnout para o meio ambiente. Os professores em escolas municipais pontuaram mais alto do que seus colegas das escolas públicas no domínio da saúde física (p= 0,026).	O ambiente de trabalho e os fatores psicossociais têm sido considerados os maiores causadores de problemas de saúde em professores.
OLIVEIRA et al. 2020. Rio Grande do Sul.	Buscar refletir e discutir sobre qual a percepção que professores têm acerca do conceito de saúde mental e sua própria condição de saúde mental.	Estudo descritivo exploratório, qualitativo Questionário-Questionário desenvolvido pelos autores, contendo questões abertas e fechadas, com questões norteadoras	40 docentes	Professores ao definir e conceituar a saúde mental, apresentam um conhecimento superficial, relacionando a ações comportamentais e atitudinais. Apontam para uma saúde mental prejudicada, trazendo o estresse e o esgotamento como características marcantes, relacionadas com desenvolvimento de transtornos mentais de maior gravidade	Os professores trazem o estresse, a desvalorização profissional, os conflitos internos e a interação com os alunos e alunas, foram condições consideradas prejudiciais à saúde mental dos professores. Como fatores que contribuem para o adoecimento do docente
BAASCH; TREVISAN; CRUZ, 2017. Santa Catarina	Descrever o perfil epidemiológico de servidores públicos de Santa Catarina, que culminaram em Licenças para Tratamento de Saúde (LTS) entre 2010 e 2013.	Estudo Descritivo, transversal, quantitativo. Dados fornecidos pela Secretaria de Administração do Estado.	O estudo incluiu 71 órgãos do estado, com destaque para a Secretaria de Estado da Educação. A população foi composta por aproximadamente 45.388 servidores,	Entre servidores públicos, a categoria dos professores foi a que mais se afastou por problemas de saúde, sendo 57,39% dos Transtornos de Humor Afetivo e 39,48% dos afastamentos relacionados ao estresse.	Entre os servidores públicos, a categoria dos professores foi a que mais se afastou por problemas de saúde e a Secretaria de Estado da Educação foi a responsável pelo maior número LTS em decorrência do adoecimento relacionado ao trabalho, gerando gastos para o governo em prol do tratamento dos mesmos.
YANG et al., 2011. China	Avaliar a tensão ocupacional e explorar os fatores relacionados entre professores chineses.	Estudo descritivo transversal, quantitativo. Questionários- Funções Ocupacionais (ORQ), Strain Pessoal (PSQ) e Recursos Pessoais (PRQ).	1482 professores do ensino fundamental e 1697 no ensino médio que representou 89% dos professores a quem o	Os resultados indicaram que a maioria dos professores apresentaram alto nível de estresse ocupacional com a pontuação média de 106,5 e 16,8. Os preditores mais cruciais do estresse ocupacional foram em professores com doenças crônicas, dias de licença médica, experiência recente de um	O ambiente de trabalho, trabalho em excesso, como pesquisa acadêmica, trabalhos aos fins de semana, preparar aulas, organização de eventos extracurriculares; participação em conferências e funções administrativas, podem causar o adoecimento dos professores como o estresse ocupacional

			questionário foi enviado.	evento estressante na vida e estado civil.	o que pode contribuir para o absenteísmo do docente.
MORALES et al., 2012. Espanha	Examinar o nível de Burnout coletivo percebido na organizacional e, em segundo lugar, estudar seu papel no desenvolvimento do Burnout individual.	Estudo descritivo longitudinal, quantitativo. Questionário-método teoria do contágio das emoções (Bakker & Schaufeli, 2000; Bakker et al., 2001)	555 professores de 100 escolas na Espanha, sendo 63 primárias e 37 secundárias.	A estimativa foi de 40% para exaustão e 17% para o cinismo no tempo 1, aumentando até 19% para o cinismo no tempo 2.	A carga de trabalho, ambiente de trabalho, desprezo pelas normas sociais ou pela moral estabelecida, podem desencadear o estresse e o Burnout, levando ao absenteísmo.

Fonte: Autores (2021)

4. Discussão

Vários estudos discutem sobre o tema do absentéismo de professores, apontando que os docentes se classificam como estressados e relacionam o estresse às condições do ambiente de trabalho, falta de apoio da gestão e violências na escola (Machado; Limongi, 2019). Os diagnósticos mais frequentemente entre os professores foram os transtornos de humor e os relacionados ao estresse sendo preditores de afastamento do trabalho (Macaia & Fischer; 2015; Ribeiro, Santos, Goes e Silva, Medeiros & Fernandes, 2019). Os achados deste estudo corroboram com esses resultados, e mostram que 57,39% dos professores tiveram Transtornos de Humor Afetivo e 39,48% relacionados ao estresse (Baasch et al., 2017).

As condições de trabalho, a falta de reajuste e o atraso salarial são fatores que podem contribuir para o absentéismo dos docentes, e também podem levar o trabalhador ao adoecimento físico e mental (Oliveira et al., 2020). É importante que as instituições desenvolvam ambientes de trabalho mais saudáveis de forma a que evitem o adoecimento e diminuam a falta ao trabalho pelos docentes (Tabeleão et al., 2011; Morales et al., 2012; Oliveira & Santos, 2021).

As evidências da literatura ressaltam que a violência nas escolas, precariedade das condições de trabalho, relações interpessoais, falta de preocupação com a coletividade, ausência de autonomia, falta de treinamento ou treinamentos ineficaz, carga de trabalho excessivo por falta de professor têm resultado em adoecimento e absentéismo dos professores, e são causadores de adoecimento dos docentes ao estresse que encontra-se como causa recorrente em vários países (Morales et al., 2012; Macaia & Fischer, 2015; Ilo, 2016; Baasch et al., 2017; Canova & Porto, 2010; Luz et al., 2019; Manas et al., 2011; Tabeleao et al., 2011; Yang et al., 201; Oliveira et al., 2020; Machado & Limongi, 2019). Síndrome de Burnout é uma resposta do organismo ao estresse laboral crônico, e tem impactado na saúde dos docentes em todos os lugares do mundo (Luz et al., 2019).

A literatura tem chamado atenção para os impactos da violência contra professores nas escolas. Observa-se que a violência física na escola contra docentes tem aumentado. Exemplo disto ocorreu na pesquisa realizada na rede pública de ensino fundamental de Uberlândia (MG), mostrando que a agressão cometida por alunos contra professores é de 30,6%, por pais de alunos, 11,2%, e por funcionários, apareceu em 7,6% dos casos. Em relação à violência psicológica sofrida por docentes e provocada por alunos foi de 42,2%; a ocasionada por pais de alunos foi de 32,8%; e por parte de funcionários foi de 18,8%, dos casos. Esta pesquisa apontou que 20% dos professores sofreram algum tipo de violência (Machado & Limongi, 2019). A violência nas escolas torna o ambiente de trabalho vulnerável às doenças mentais e emocionais, pois os fatores psicossociais são os maiores causadores de problemas de saúde em professores (Tabeleao et al., 2011; Ramos & Cardoso, 2020).

Também podem impactar na saúde do docente os desafios educacionais, como por exemplo, o uso das inovações tecnológicas, podendo gerar o absentéismo por causa do estresse e tensão psicológica que isto gera. Quando for preciso realizar adequações pedagógicas nas escolas, é importante que a instituição educacional ofereça estrutura e recursos apropriados para o bom desenvolvimento das atividades e que os docentes participem dos treinamentos de capacitação para que este possa desenvolver suas atividades com melhor qualidade (Yang et al., 2011).

Portanto, é importante compreender as causas dos afastamentos dos professores do trabalho para que seja possível planejar ações de prevenção e promoção da saúde para docentes. Outro ponto que pode agir na prevenção do estresse ocupacional é quando a instituição de ensino possibilita mais autonomia aos docentes para desenvolverem suas atividades laborais. Isto pode impactar de forma positiva no nível de estresse dos trabalhadores (Canova & Porto, 2010). Com isso, é possível minimizar o adoecimento decorrente dos acontecimentos ocorridos no ambiente escolar.

O adoecimento dos professores pode ter ocorrido em função do tipo de trabalho que desenvolvem e do estresse ocupacional, assim, acabam recorrendo ao uso de drogas para distúrbios do sono (Machado & Limongi, 2019). Isto passa a ser

um recurso que aparentemente age na melhoria do sistema nervoso central do organismo, mas a médio e longo prazo pode ser mais um problema acrescido à vida deste sujeito (Liu; Wang & Jiang, 2017).

Estudo refere que 50% dos professores em um município do Rio Grande do Sul foram afastados do trabalho, sendo que 12% foram afastados por transtorno bipolar, seguidos por reação aguda ao estresse, transtorno de adaptação, ansiedade generalizada e Síndrome de Burnout. Estas questões podem estar associadas à violência nas escolas, à falta de estrutura, à sobrecarga de trabalho por falta de efetivo, e a uma estrutura física inadequada (Moreira & Rodrigues, 2018).

Dentre os fatores que facilitam a ocorrência da Síndrome de Burnout e outras doenças ocupacionais estão a exaustão (40%) e cinismo (17%), entendido como uma atitude de desmotivação em relação às normas da organização e à sua gestão. Quando estas normas são estabelecidas em conjunto com os docentes nas decisões pedagógicas, podem melhorar a qualidade de vida dos professores, e diminuir o absentismo causado por doenças ocupacionais, havendo melhor aceitação e comprometimento dos docentes com as normas pré-estabelecidas (Morales et al., 2012). Focar em políticas que desenvolvam o bem-estar e a saúde no ambiente organizacional tem sido o foco de organizações como a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), a Organização das Nações Unidas (ONU), a OMS e a OIT (Canova & Porto, 2010).

O enfrentamento do estresse tem como objetivo principal minimizar os efeitos sobre o bem-estar emocional e físico do indivíduo. Sua redução envolve vários aspectos diversos, como exercício físico, estabilidade emocional e qualidade de vida no ambiente de trabalho (Canova & Porto, 2010; Luz et al., 2019; Tabeleao et al., 2011; Yang et al., 2011; Silva; Leonídio & Freitas, 2015; Oliveira et al., 2020; Machado & Limongi, 2019).

Para amenizar o adoecimento dos docentes, estudo realizado na Espanha organizou um programa de treinamento em Atenção Plena para os professores, objetivando a redução dos níveis de estresse e dos dias de licença médica. O Programa consistiu em uma técnica de meditação que permite chegar a um estado no qual o corpo está relaxado, a mente está calma e concentrada, tendo como resultado a redução de 20% os níveis de estresse e os afastamentos dos docentes nas atividades ocupacionais (Manas et al., 2011). Esta foi uma experiência positiva e aponta a importância de medidas preventivas que contribuam com uma melhor saúde física e psíquica do trabalhador. Neste sentido, é preciso reforçar a importância de projetos e ações que possam impactar positivamente no desenvolvimento social e na qualidade de vida no ambiente organizacional (Luz et al., 2019).

Em virtude das diferentes abordagens conceituais sobre estresse, nas reflexões dos autores que se debruçam sobre essa temática, as políticas de prevenção e promoção da saúde são fundamentais para contribuir no desenvolvimento social e na qualidade de vida no ambiente organizacional (Moreira & Rodrigues, 2018; Canova & Porto, 2010; Tabeleao et al., 2011). Assim, conhecer os agentes estressores e formas de lidar com eles a partir da experiência e das causas em que esses ocorrem, constitui-se em um conhecimento indispensável para aprofundar o entendimento sobre o estresse ocupacional e, assim, propor alternativas eficazes de promoção da saúde.

Várias pesquisas têm contribuído para as reflexões dos gestores e para o desenvolvimento de políticas, projetos e ações que possam minimizar o estresse no trabalho e promover a saúde dos trabalhadores de maneira a amenizar o absentismo (Dejours, 1992; Morales et al., 2012; Macaia & Fischer, 2015; Baasch et al., 2017; Canova & Porto, 2010; Luz et al., 2019; Manas et al., 2011; Tabeleao et al., 2011; Yang et al., 2011; Carlotto et al., 2018; Machado & Limongi, 2019; (Garcia, Emerich, Salaroli, Cavaca & Neto, 2020). Dentre elas, salienta-se adequação do ambiente de trabalho para que atendam às necessidades de cada instituição proporcionando melhor desenvolvimento das atividades laborais, aumento da autonomia dos professores e investimentos nas melhorias do relacionamento interpessoal entre as equipes de trabalho (Canova & Porto, 2010; Macaia & Fischer, 2015; Luz et al., 2019).

Dessa forma, o absenteísmo pode ser uma maneira que o sujeito encontra para lidar com o enfrentamento de uma situação de conflito, como uma busca por equilíbrio diante da insatisfação com o trabalho (Dejours, 1992). A saúde do professor é secundária perante os anseios do setor da educação, seja por parte dos gestores ou até mesmo dos discentes. Isto se deve ao não reconhecimento do adoecimento psicológico e sua relação com o trabalho (Carlotto, Câmara, Batista & Schneider, 2019). Vale salientar que nem sempre o trabalho é considerado fonte de doença ou infelicidade, mas também fonte de saúde e prazer, tudo depende das condições que o mesmo é desenvolvido (Dejours, 1992). As atividades laborais quando desenvolvidas em condições favoráveis, contribui para uma vida saudável e o bom desenvolvimento das atividades.

5. Considerações Finais

A discussão sobre trabalho e saúde do professor avançou significativamente, como mostram os estudos mencionados. Analisando-se os estudos realizados sobre o trabalho docente e seu impacto na saúde emocional e nas organizações decorrente do absenteísmo, ressalta-se que o estresse ocupacional vem sendo considerado um problema generalizado que afeta trabalhadores da educação tanto em países desenvolvidos como em desenvolvimento.

Destaca-se que o desgaste psíquico e físico a que os professores são submetidos prejudica também o desenvolvimento das atividades letivas, o ensino e o aprendizado dos alunos. Diante do exposto, é necessário que se pense em políticas educacionais que garantam aos profissionais o direito às condições adequadas para a realização de seu trabalho nas escolas. Importante que sejam pensadas ações para uma vida profissional saudável e melhorias na qualidade de vida dos docentes, como exemplo, os professores poderem organizar a sua rotina de trabalho, e atualizar-se na sua área de atuação. Os gestores das escolas podem realizar treinamentos que contribuam para o bom desenvolvimento das atividades letivas, proporcionar palestras e oficinas para reflexão sobre a violência nas escolas e a importância dos cuidados com a saúde, como exemplo cuidados com a voz, a importância do exercício físico, de modo que estes possam contribuir para evitar o adoecimento ocupacional e afastamento dos professores ao trabalho.

Referências

- Andrade, P. S., Cardoso, T. A. O. (2012). Prazer e dor na docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout. *Saúde e Sociedade*. 21, (1):129- 140. <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/bkHHf89FnBmcM74RktJt3x/?lang=pt>.
- Baasch, D., Trevisan, R. L., Cruz, R. M. (2017). Epidemiological profile of public servants absent from work due to mental disorders from 2010 to 2013. *Ciênc. saúde coletiva*, 22(5), 1641-1650. http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141381232017002501641&lng=en&nrm=iso.
- Canova, K. R., Porto, J. B. (2010). O impacto dos valores organizacionais no estresse ocupacional: um estudo com professores de ensino médio. *Rev. Adm. Mackenzie* (Online), 11(5), 4-31. <https://doi.org/10.1590/S1678-69712010000500002>.
- Carlotto, M. S., Câmara, S. G., Ely, L. K., Schneider, G. A., Freitas, I. M. (2018). Estressores ocupacionais e estratégias de enfrentamento. *Rev. Subj.*, 18(1), 92-105. <https://periodicos.unifor.br/rmes/article/view/6462>.
- Carlotto, M. S., Câmara, S. G., Batista, J. V., Schneider, G. A. (2019). Prevalência de Afastamentos por Transtornos Mentais e do Comportamento Relacionados ao Trabalho em Professores. *Psi Unisc*, 3(1), 19-32 <https://online.unisc.br/seer/index.php/psi/article/view/12464>.
- Dejours, C. (1992). A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho. (5a ed.), Cortez, Oboré, 1992.
- Garcia, Á. L., Emerich, T. B., Salaroli, L. B., Cavaca, A. G., & Neto, E. T. S. (2020). Estresse ocupacional na mídia impressa: uma perspectiva de christophe dejours. *Trab. educ. saúde*, 18(1). http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S198177462020000100506&lng=en&nrm=iso.
- Ilo (2020). International Labour Office. Workplace stress: A collective challenge – Geneva, 2016. https://www.ilo.org/brasilia/noticias/WCMS_475248/lang-pt/index.htm.
- Silva, M. L., Leonídio, A. C. R., Freitas, C. M. S. M. (2015). Prática de atividade física e o estresse: uma revisão bibliométrica. *Journal of Physical Education*, 26(2), 329-337.
- Liu, Y. Z., Wang, Y. X., Jiang, C. L. (2017). Inflammation: The Common Pathway of Stress-Related Diseases. *Inflammation: The Common Pathway of Stress-Related Diseases*, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28676747/>.

Luz, J. G., Pessa, S. L. R., Luz, R. P., Schenatto, F. J. A. (2019). Implicações do ambiente, condições e organização do trabalho na saúde do professor: uma revisão sistemática. *Ciênc. Saúde Coletiva*, 24(12), 4621-4632 https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232019001204621&tlng=pt.

Macaia, A. A. S., Fischer, F. M. (2015). Retorno ao trabalho de professores após afastamentos por transtornos mentais. *Saúde Soc.* 24(3), 841-852 http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902015000300841&lng=en&nrm=iso.

Machado, L.C., Limongi, J.E. (2019). Prevalência e fatores associados a transtornos mentais comuns em professores municipais de Uberlândia, Minas Gerais, Brasil. *Rev. Bras. Med. Trab.* <https://www.rbmt.org.br/statistics/469/pt-BR>.

Manas, I., Justo, C. F., Martinez, E.J. (2011). Reducción de los Niveles de Estrés Docente y los Días de Baja Laboral por Enfermedad en Profesores de Educación Secundaria Obligatoria a través de un Programa de Entrenamiento en Mindfulness. *Clínica e Saúde*, 22(2), 121-137 https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-52742011000200003&lng=en&nrm=iso.

Mendes, K., Silveira, R.C., Galvão, C. (2008). Revisão integrativa: Método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto Enfermagem*. <https://doi.org/10.1590/S0104-07072008000400018>

Morales, M.G.G., Peiró, J.M., Rodrigues, I., Paul, D. B. (2012). Perceived collective burnout: a multi level explanation of burnout, Anxiety, Stress & Coping, 25:1, 43-61 <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21229404/>.

Moreira, D. Z., Rodrigues, M. B. (2018). Saúde mental e trabalho docente. *Estud. psicol.* 23(3), 236-247 http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2018000300004&lng=en&nrm=iso.

Oliveira, H.L.R., Balk, R.S., Graup, S., Muniz, A. G. (2020). Perception on mental health of teachers at a public school on the west border of Rio Grande do Sul. *Research, Society and Development*, v.9, n.4 <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/3060>.

Oliveira, E.C. & Santos, V.M. (2021). Adoecimento Mental em professores brasileiros. 10 Simpósio Internacional de Educação e Comunicação.

Ramos, O. & Cardoso, C.S. (2020). Depressão e estresse na docência: Os reflexos em sala de aula. *Revista Encantar*, 2, 01-20.

Ribeiro, H.K.P., Santos, D.M, Goes e Silva, M, Medeiros, D.A. & Fernandes, M.A. (2019). Transtornos de ansiedade como causa de afastamentos laborais. *Rev. Bras. Saúde Ocup.* 44. <https://doi.org/10.1590/2317-6369000021417>.

Tabeleao, V. P., Tomasi, E., Neves, S.F. (2011). Qualidade de vida e esgotamento profissional entre docentes da rede pública de Ensino Médio e Fundamental no Sul do Brasil. *Cad. Saúde Pública*, 27(12), 2401-2408 http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&id=S0102311X2011001200011&lng=en&nrm=iso.

Yang, X Wang, L., Ge, C., Hu, B., Chi. (2011). Factor associated with occupational strain among Chinese teachers: a cross-sectional study. *Public Health*. 106-113. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21288545/>.