

**Percepções sobre saúde mental de professores e professoras de uma escola pública da
fronteira oeste do Rio Grande do Sul**

**Perceptions on mental health of teachers at a public school on the west border of Rio
Grande do Sul**

**Percepciones sobre la salud mental de docentes de una escuela pública en la frontera
occidental de Rio Grande do Sul**

Recebido: 08/03/2020 | Revisado: 09/03/2020 | Aceito: 14/03/2020 | Publicado: 16/03/2020

Helter Luiz da Rosa Olivera

ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-3053-8015>

Universidade Federal do Pampa, Brasil

E-mail: helter.oliveira@hotmail.com

Rodrigo de Souza Balk

ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-5254-6732>

Universidade Federal do Pampa, Brasil

E-mail: rodrigo.balk@gmail.com

Susane Graup

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-3389-8975>

Universidade Federal do Pampa, Brasil

E-mail: susigraup@gmail.com

Ane Gabrielle Muniz

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-1044-8568>

Universidade Federal do Pampa, Brasil

E-mail: ane.gabrielemuniz@gmail.com

Resumo

O presente estudo busca refletir e discutir sobre qual a percepção que professores e professoras têm acerca do conceito de saúde mental e sua própria condição de saúde mental. Trata-se de um estudo descritivo exploratório desenvolvido em uma escola estadual de ensino médio, em um município da fronteira oeste do Estado do Rio Grande do Sul. Foi aplicado um questionário contendo questões abertas e fechadas, com questões norteadoras. A análise dos dados foi fundamentada na análise de conteúdo, com desmembramento das respostas em categorias. Participaram do estudo 33 professoras e 7 professores, totalizando 40 indivíduos.

Através da análise dos dados foi possível perceber que os professores e professoras da escola apresentam um entendimento superficial sobre o conceito saúde mental, relacionando a ações comportamentais e atitudinais. Visualizam o seu estado de saúde mental como prejudicado, trazendo o estresse e esgotamento como os principais motivos para tal situação, além de visualizarem influências da rotina e ambiente de trabalho, como a desvalorização profissional e relação interpessoal como fatores de influência em seu estado de saúde mental. Tais resultados auxiliam a uma melhor compreensão da temática entre a população abordada, contribuindo para o desenvolvimento de estratégias mais eficazes de melhoria e de promoção a saúde mental.

Palavras-chave: Saúde Mental; Professores Escolares; Estresse Psicológico.

Abstract

This study seeks to reflect and discuss about the perception that teachers have about the concept of mental health and their own mental health condition. It is an exploratory descriptive study developed in a state high school, in a municipality on the western border of the State of Rio Grande do Sul. A questionnaire was applied containing open and closed questions, with guiding questions. Data analysis was based on content analysis, with the breakdown of responses into categories. 33 female teachers and 7 teachers participated in the study, totaling 40 individuals. Through the analysis of the data it was possible to notice that the teachers of the school present a superficial understanding of the concept of mental health, relating to behavioral and attitudinal actions. They visualize their mental health status as impaired, bringing stress and exhaustion as the main reasons for such a situation, in addition to visualizing influences of routine and work environment, such as professional devaluation and interpersonal relationships as factors of influence on their health status. mental. Such results help a better understanding of the theme among the population addressed, contributing to the development of more effective strategies for improvement and promotion of mental health.

Keywords: Mental Health; School Teachers; Stress Psychological.

Resumen

El presente estudio busca reflexionar y discutir sobre la percepción que los maestros tienen sobre el concepto de salud mental y su propia condición de salud mental. Es un estudio exploratorio descriptivo desarrollado en una escuela secundaria estatal, en un municipio en la frontera occidental del estado de Rio Grande do Sul. Se aplicó un cuestionario que contenía

preguntas abiertas y cerradas, con preguntas orientadoras. El análisis de datos se basó en el análisis de contenido, con el desglose de las respuestas en categorías. 33 maestras y 7 maestros participaron en el estudio, totalizando 40 individuos. A través del análisis de los datos, fue posible notar que los maestros de la escuela presentan una comprensión superficial del concepto de salud mental, en relación con las acciones de comportamiento y actitud. Visualizan su estado de salud mental como deteriorado, lo que genera estrés y agotamiento como las principales razones de tal situación, además de visualizar las influencias de la rutina y el entorno laboral, como la devaluación profesional y las relaciones interpersonales como factores de influencia en su estado de salud. mental Tales resultados ayudan a una mejor comprensión del tema entre la población abordada, contribuyendo al desarrollo de estrategias más efectivas para mejorar y promover la salud mental.

Palabras clave: Salud Mental; Maestros; Estrés Psicológico.

1. Introdução

A saúde mental se apresenta como um conceito de alta complexidade em sua definição. Envolve um conjunto de fatores que devem ser considerados para melhor compreender a temática, não estando relacionada apenas a ausência de doenças ou transtornos mentais (Gaino et al., 2018). Devido a suas múltiplas formas de ser interpretada, considerando diferentes culturas, populações e momentos históricos, pode levar a diversos entendimentos.

A Organização Mundial de Saúde aborda a saúde mental como o estado que permite ao indivíduo aproveitar de forma integral suas capacidades afetivas, cognitivas e de relacionamento, além de ter a capacidade de superar as dificuldades da vida, conseguindo contribuir com a sociedade e produzir através do trabalho (WHO, 2011).

Ao mesmo tempo em que atua como elemento de produção de saúde mental, as alterações na forma como o trabalho se organiza atualmente, em função da globalização, da flexibilização dos locais de trabalho, implementação de novas tecnologias e formas de comunicação, acabaram gerando um impacto negativo considerável na saúde física e mental dos indivíduos (Albuquerque et al., 2018). Com isso, a combinação de fatores sociais e psicológicos somados aos fatores biológicos influenciam fortemente no desenvolvimento da maioria dos transtornos e problemas de saúde mental, sendo muitas vezes, a atividade laboral a promotora de tal situação (Tostes et al., 2018).

A Organização Internacional do Trabalho aponta a profissão de professor(a) como uma das profissões que mais causa situações de estresse. O ato de ensinar passou a ser uma

atividade desgastante, repercutindo negativamente na saúde física e mental, além de prejudicar o desempenho profissional (Araújo, Pinho e Masson, 2019). Cada vez mais têm se identificado professores e professoras sofrendo de desgaste osteomuscular, estresse, desânimo e até mesmo transtornos mentais mais graves, como depressão, síndrome do pânico e síndrome de Burnout (Diehl e Marin, 2016).

As constantes transformações na organização da sociedade e do trabalho, somado às demandas e exigências empregadas a professores e professoras, têm ocasionado um significativo aumento quanto a problemas relacionados à saúde física e principalmente a saúde mental destes e destas profissionais proporcionando desafios que marcam a atividade docente no Brasil (Albuquerque et al., 2018; Diehl e Marin, 2016).

O papel desempenhado pelos professores e professoras no ambiente de ensino perpassa diversas camadas das relações sociais. Precisa ser motivador, compreender angústias e dificuldades dos alunos, ao passo que deve cobrar e julgar desempenhos. Compete-lhe estimular o crescimento e autonomia e trabalho cooperativo, ao mesmo tempo que deve ser o fiscal da conduta e ordem. Tais ambiguidades trazem conflitos constantes ao dia-a-dia desse profissional (Dalcin e Carlotto, 2018).

Por conta da grande quantidade de situações que extrapolam suas funções, o esgotamento e a alta carga de estresse destes profissionais é quase inevitável, acentuando os efeitos prejudiciais relacionados à saúde de estes indivíduos (Diehl e Marin, 2016). A carga de cobrança, que só aumenta ao passar dos anos, o baixo reconhecimento profissional e as condições de trabalho que não se configuram como as ideais em diversos ambientes, são fatores que atuam nessas problemáticas contribuindo para um aumento no desgaste físico e psicológico, absenteísmo e, até mesmo, resultando no abandono da profissão (Tostes et al., 2018).

Cada vez mais os índices de professores e professoras que desenvolvem problemas relacionados à sua saúde mental têm crescido, podendo ser verificados em diversos estudos presentes na literatura científica (Silva, Bolsoni-Silva e Loureiro, 2018; Araújo, Freire e Oliveira, 2017; Borba et al., 2017). Embora o debate acerca dessa temática tenha adquirido um maior destaque nos últimos anos, ainda faltam informações sobre qual a compreensão e o entendimento destes profissionais quanto a conceitos como o de saúde mental. O desconhecimento, ou um conhecimento limitado referente a essa temática tão complexa, pode ser um fator dificultador na percepção da própria condição de saúde mental e, conseqüentemente, na atuação precoce em possíveis problemáticas a serem desenvolvidas.

Assim, este estudo busca refletir e discutir sobre qual a percepção que professores e

professoras têm acerca do conceito de saúde mental e sua própria condição de saúde mental.

2. Metodologia

Realizou-se um estudo descritivo exploratório desenvolvido em uma escola estadual de ensino médio em um município da fronteira oeste do Estado do Rio Grande do Sul.

Caracterização do contexto e local de realização do estudo

O município onde o estudo foi desenvolvido se localiza no extremo oeste do estado do Rio Grande do Sul, onde faz divisa fluvial com a Argentina. Por fazer a conexão entre a capital do estado, Porto Alegre, com os países vizinhos do Mercosul, a cidade tem uma grande importância comercial e estratégica na região, município com a 3ª maior extensão territorial do Estado (5.703,586 km²).

Conta com uma população estimada de 129.580 (IBGE, 2014), sendo 93,6% residente na área urbana. Atinge o Índice de Desenvolvimento Humano Municipal (IDHM) de 0,7442, com uma estimativa de 12,2 % de analfabetos.

A escola onde o estudo foi realizado, encontra-se afastada da região central do município, porém ainda em uma região de fácil acesso. Não há no bairro nenhuma Estratégia de Saúde da Família, nem outro serviço de saúde. Todas as demandas relativas a essa área são direcionadas ao posto central de saúde do município, que fica localizado na região central.

Figura 1 - Mapa do município, delimitando o bairro onde a escola está localizada



Fonte: Google Maps.

Possui uma vizinhança praticamente residencial, servida de comércio nas proximidades, como padarias, açougue, fruteiras, armazéns, bares e lanchonetes. Possui linhas de ônibus passando na escola. A rua onde se localiza é larga e calma, oferecendo facilidade de acesso a toda a comunidade local. A região onde a escola está situada é urbanizada, contando com sistema de água tratada e rede de esgoto, coleta de lixo, rede telefônica e internet.

Recebe alunos provenientes de diversos bairros da cidade e alunos residentes no interior do município. Esses alunos pertencem a variadas classes socioeconômicas, trazendo para a escola um ambiente bastante diversificado e plural.

Foi inaugurada no dia 09 de abril do ano de 1981, sob a lei de criação nº 30.023 – 20/01/1981. Com autorização para funcionamento: Resolução nº 19.256/81 de 07/01/1987 – CEE – D.O.07/04/1981. Perfazendo uma área total de 4.117,23 m².

A escola possui 2.083 m² de área construída, tendo um prédio com dois andares, uma quadra poliesportiva, sem cobertura. Possui duas salas de vídeo, cantina, biblioteca, sala de leitura e sala multimídia. Possui laboratório de ciências, laboratório de informática, sala de artes e uma sala para a Fanfarra da escola. Além de contar com 15 salas de aula, equipadas com quadro tradicional e branco, aparelhos de ar condicionado e ventiladores em todas as salas. Contando também com banheiros masculinos e femininos no primeiro andar, no térreo e no pátio.

O ambiente administrativo e técnico - pedagógico conta com sala de direção, sala de vice direção além de sala dos professores. Conta com banheiro para os professores e professoras, funcionários e funcionárias do setor administrativo. Possui sala de secretaria e almoxarifado, além de contar com uma sala de coordenação pedagógica e departamento de Educação Física. A escola está organizada em três turnos: manhã, tarde e noite.

No período da realização do estudo, a escola possuía 1077 estudantes, distribuídos em 31 turmas de ensino médio e 3 turmas de pós-médio em Comércio Exterior. Durante o turno da manhã são 412 estudantes matriculados, distribuídos em 14 turmas (5 de primeiro ano, 5 de segundo ano e 4 de terceiro ano). No turno da tarde são 335 estudantes, distribuídos em 12 turmas (5 de primeiro ano, 4 de segundo ano e 3 de terceiro ano). O turno da noite conta com 256 estudantes matriculados, organizados em 7 turmas (3 de primeiro ano, 2 de segundo ano e 2 de terceiro ano). Além de contar com 3 turmas de pós-médio em Comércio Exterior, com um total de 74 estudantes matriculados.

Quanto ao quadro profissional, a escola contava no momento da realização do estudo, com 76 professores(as), sendo a maioria mulheres. Além de contar com 11 profissionais distribuídos entre secretariado, manutenção da escola e serviços gerais.

Implementação do estudo

Para a implementação do estudo foram adotados como critérios de inclusão os seguintes itens: a) profissionais de ambos os gêneros aprovados em concurso público do magistério estadual; b) terem idade entre 18 e 65 anos e; c) assinarem o Termo do Consentimento Livre e Esclarecido.

Foram excluídos de análise no estudo os professores e professoras que apresentassem as seguintes características:

a) ministrassem aulas em rede de ensino privada; b) tivessem carga horária semanal de docência inferior a 20 horas e; c) tivessem passado por períodos de afastamento superior a três meses no último ano.

Visando identificar a percepção dos professores e professoras referentes ao tema saúde mental, foi aplicado um questionário desenvolvido pelos autores, especificamente para este estudo. O documento foi elaborado contendo questões abertas e fechadas, tendo as seguintes questões dissertativas como norteadoras do estudo: 1) “Para você, o que é saúde mental?”; 2) “Como você percebe a seu estado de saúde mental?”; “No seu trabalho, existe alguma coisa que ‘atrapalhe’, ou afete a sua saúde mental? Caso haja algo, o quê?”. Já as questões fechadas buscavam identificar a carga horária de trabalho semanal e remuneração.

Para a aplicação do referido questionário, inicialmente contactou-se a equipe diretiva da

escola, solicitando a permissão para a realização do estudo naquele local, bem a realização do convite para participação no estudo juntamente da aplicação do instrumento de pesquisa. Dessa forma, os questionários foram aplicados após a realização da reunião pedagógica da escola, em momento destinado especificamente para isso. Foi necessário a participação de duas reuniões, em dias e horários diferentes, para que se pudesse alcançar o maior número de professores e professoras.

Na primeira reunião 18 professores(as) aceitaram o convite e responderam o questionário, na segunda teve o aceite de outros(as) 22 professores(as) que se somaram aos da primeira reunião. Todos e todas que aceitaram participar assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido, e foram orientados e orientadas sobre as questões pelo pesquisador. Durante esse momento foram sanadas dúvidas, tomando o devido cuidado para que os esclarecimentos fossem realizados de forma que não influenciassem nas respostas dos sujeitos. Utilizou-se como local para a aplicação dos questionários a sala dos professores da escola, mesmo local onde as reuniões eram realizadas, tendo cada participante respondido de forma individual.

Os dados foram analisados utilizando a análise de conteúdo proposta por Bardin (2011). Fundamentada na análise categorial, com desmembramento das respostas em categorias. Os dados passaram por um crivo de classificação, segundo a frequência de presença ou ausência de itens de sentido. A análise de conteúdo foi realizada em três etapas: a) A pré-análise; b) Exploração dos dados; c) Tratamento dos resultados (Bardin, 2011).

Este estudo foi submetido e aprovado no Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Pampa, no ano de 2019 (parecer 3.606.777).

3. Resultados e Discussão

Do total de professores e professoras convidados(as), 42 aceitaram fazer parte, após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, estiveram aptos a participar do estudo 40 sujeitos, sendo 33 (82%) professoras e 7 (18%) professores. O fato da grande maioria ser do gênero feminino, vai de encontro com o que nos é apresentado através do Censo escolar da educação básica, que traz como um de seus resultados o índice de que as professoras, na rede pública escolar no Brasil, representam aproximadamente 80% dos profissionais docentes (INEP, 2019). Tal recorte de gênero tem grande importância ao se analisar questões de saúde e principalmente de saúde mental desta população.

A área da educação, assim como a da saúde, foi uma das principais áreas nas quais

deu-se o processo de inserção das mulheres no mercado de trabalho. Por serem áreas que se relacionam diretamente com obrigações tradicionalmente reservadas ao feminino, como a maternidade, tarefas de cuidado e atividades domésticas, essa inserção é mais evidenciada na educação básica (Prá e Segatti, 2016). Historicamente mulheres que desempenham atividades laborais precisam conciliar esses momentos com o trabalho doméstico (Duarte e Spinelli, 2019). A dupla jornada, somada às demandas estressoras da docência, criam um ambiente altamente desfavorável para essas profissionais (Araujo, Pinho e Masson, 2019).

Destes, 35 lecionam com carga horária de 40 horas semanais, 3 com carga horária semanal de 20 horas e 2 com 60 horas semanais. Estes professores e estas professoras possuem renda média salarial de R\$ 2.850,00 mensais. Ainda que 92% destes e destas profissionais, atuem por ao menos 40 horas semanais, a média salarial apresentada pelo grupo, mesmo que se equipare ao piso nacional do magistério, estabelecido para o ano de 2020 com o valor de 2.886,24, ainda é inferior se comparado ao de outras profissões, conforme Hirata, Oliveira e Mereb (2019, p. 189) “O salário-hora dos professores (redes públicas e privadas) é de R\$ 21,20 (...), ficando acima apenas do salário-hora médio das ocupações Escriturários, Balconistas e Vendedores, e Comerciantes”.

A população do estudo apresentou média de idade de 49 anos, onde o indivíduo de menor idade tinha 37 anos e o de maior idade 64 anos. Quanto ao tempo de docência, apresentaram média de 17 anos.

Através da análise das respostas produzidas pelos sujeitos, com base nas questões norteadoras do questionário, foram desenvolvidas categorias para melhor se compreender as informações obtidas.

Quadro 1 – Categorias e subcategorias de análise dos dados.

Categorias	Subcategorias
Percepções sobre saúde mental (Definição e conceitos dos participantes sobre saúde mental)	Bem-estar
	Comportamento
	Ausência de doenças
Auto percepção da saúde mental (auto percepção dos participantes sobre seu estado de saúde mental)	Esgotamento
	Estresse
Ambiente de trabalho e saúde mental (Influência do ambiente de trabalho no	Desvalorização profissional
	Conflitos internos

estado de saúde mental dos participantes)	Interação com discentes
---	-------------------------

Fonte: Elaborado pelos autores (2020).

Percepções sobre saúde mental

A categoria aborda os entendimentos e noções que os e as participantes do estudo apresentam sobre o conceito e definição de saúde mental. Através de suas vivências e conhecimentos pessoais expressados em suas respostas. A partir destas respostas, foi possível identificar temas que resultaram nas subcategorias *bem-estar*, *comportamento* e *ausência de doenças*. Pode-se perceber que o conhecimento dos e das participantes quanto ao conceito de saúde mental e suas manifestações, não é muito aprofundado. Muitas das respostas foram pautadas por meio de um senso comum, e estiveram relacionadas com ações comportamentais ou atitudinais.

“(…) a saúde mental é o bem-estar físico e mental, isto é proporcionado pelas relações intra e interpessoal, também pelos ambientes de trabalho e família”. (S14)

O bem-estar como sinônimo de saúde mental pode ser visto através de recorte da resposta de um dos sujeitos, sendo utilizado por outros e outras participantes também nesse mesmo sentido, como: “Ter bem-estar, estar bem consigo mesmo e com as outras pessoas” (S24). Identificar a saúde mental através do bem-estar, evidencia uma visão reduzida de saúde mental, já que atualmente se compreende o bem-estar, ou o bem-estar psicossocial, como uma dimensão da saúde mental, e não como uma definição (Gaino et al., 2018).

A subcategoria comportamento originou-se através de diversas respostas que apontaram para um entendimento que a postura comportamental, define a saúde mental. Pôde-se perceber tal apontamento através de falas como a de um dos sujeitos: “Saúde mental é estar bem, ter disposição, vontade de ir ao trabalho, feliz, em paz. Pensar positivamente e ter a certeza de que estou bom” (S32). Também é visto na resposta de outro participante: “Saúde mental é quando estamos de bem consigo mesmo, dispostos a fazer as coisas no nosso dia-a-dia” (S7). Isso se faz perceber que parte dos e das participantes compreende a saúde mental como uma postura individual, necessitando de um comportamento pessoal que pode favorecer, ou não, a saúde mental de cada um.

“Saúde mental para mim, é quando não estamos doentes psicologicamente, e fisicamente também. Quando estamos sem nada de ruim no nosso psicológico, sem nenhum problema” (S22).

O fragmento acima, ilustra através da resposta de uma das participantes do estudo a subcategoria ausência de doenças. A percepção de saúde mental através da ausência de

problemas, transtornos e doenças mentais foi presente nos resultados obtidos através das respostas dos sujeitos do estudo. Nesse mesmo sentido também foi abordada a questão da não utilização de medicamentos como percepção de saúde mental, conforme relata o Sujeito 20: “... quando não necessitamos de medicamentos para o descanso mental”.

Relacionar saúde mental dessa forma limita e reduz sua compreensão, por ser um conceito bastante amplo, apresenta diversas definições, porém já é consenso que está para além da simples ausência de doenças e transtornos mentais sendo visualizada através de múltiplas dimensões, que envolvem autonomia, competências, desenvolvimento e utilização de potencial emocional, intelectual de cada indivíduo e também do bem-estar (WHO, 2001).

O entendimento ainda incipiente apresentado quanto à conceituação de saúde mental apresentado, pode acabar influenciando na percepção individual dos e das participantes, quanto ao seu próprio estado de saúde mental.

Auto percepção da saúde mental

As respostas obtidas através dos questionários, permitiram a criação de duas subcategorias relativas a como cada participante do estudo, percebe o seu estado de saúde mental, sendo eles: *Esgotamento* e o *estresse*.

“(...) às vezes me sinto cansada, esgotada, muitas informações, sinto que isso deixa meu psicológico abalado, não que eu esteja ruim, mas tenho me sentido bastante esgotada” (S25).

O esgotamento esteve presente em diversas respostas, sendo exemplificado através do fragmento citado acima. Os e as participantes abordaram o tema na forma de um cansaço mental e também através de um esgotamento nas funções ocupacionais envolvendo a docência. Esse esgotamento acaba por refletir em sua saúde mental conforme responde o Sujeito 8: “... me considero saudável, embora esgotada pelos problemas impostos pela gestão estadual, pela falta de valorização, isso está esgotando meu psicológico, essa é a palavra”.

Tal percepção apresentada pelos e pelas participantes do estudo, torna-se preocupante, haja vista que, o esgotamento citado em várias das respostas pode ser encarado como um possível sintoma da Síndrome do Esgotamento Profissional, que tem em uma de suas dimensões, dentre outras, o sentimento de esgotamento de recursos (Maslach e Jackson, 1981). Tendo essa síndrome, um aumento considerável em seu desenvolvimento justamente entre professores(as), por conta das próprias características da profissão.

Nessa mesma linha, o estresse também aparece como subcategoria em função de seu aparecimento em diversas respostas dos e das participantes do estudo. Se configura como um

problema bastante frequente entre professores e professoras, motivando diversos estudos, conforme relatam Diehl e Marin (2016), onde através de um estudo de revisão da literatura, apontam o estresse como o quarto tema de maior interesse ao se investigar o adoecimento mental de professores brasileiros.

“(...) são vários fatores que influenciam, dependendo da rotina do dia-a-dia, de todo esse estresse, às vezes me acho meio alterado emocionalmente, ou seja, em situação de estresse” (S14).

“Um pouco afetada mentalmente, pois vivemos em um mundo com muitos problemas, esse acúmulo de atividades profissionais e todas as situações do dia-a-dia acabam nos deixando muito estressados, e isso afeta nossa mente” (S2).

Os fragmentos trazidos acima auxiliam a compreender a presença do estresse como subcategoria. Ao ser apresentado como uma característica marcante para boa parte dos e das participantes do estudo quando definiram o seu estado de saúde mental. O estresse visualizado dessa forma, pode ser compreendido em função das atribuições referentes à docência, que acaba expondo esses sujeitos a situações e fatores estressores, como a excessiva carga de trabalho, gestão de pessoas entre outros (Diehl e Marin, 2016). Podendo ser justificada dessa forma a presença em um grande número de respostas.

Ambiente de trabalho e saúde mental

Esta categoria trata das percepções dos e das participantes do estudo, sobre como o ambiente de trabalho ao qual estão inseridos e inseridas, influência em seu estado de saúde mental. Dentro desta categoria se originaram três subcategorias a partir das respostas dos sujeitos: *Desvalorização profissional*, *Conflitos internos* e *Interação com discente*.

“(...) a falta de incentivo, o descaso, o desânimo quase que geral. A falta de perspectiva com relação ao futuro. Tudo isso de certa maneira acaba afetando a saúde mental. Toda essa desvalorização com a nossa profissão é o principal” (S3).

A desvalorização profissional é vista claramente como um fator que influencia no estado de saúde mental dos sujeitos do estudo, através do fragmento citado no texto acima, onde aparece como uma condição bastante prejudicial.

“(...) cobranças, falta de pessoal para auxiliar no trabalho (orientador, supervisor, bibliotecário...), salário cinco anos sem reajuste e atrasado todos os meses. Tudo isso é resultado da desvalorização do nosso trabalho, isso é muito ruim para nossa saúde, nossa saúde mental” (S25).

Foi possível perceber que a falta de condição de trabalho é um fator que se relaciona à

desvalorização profissional ao qual relatam os e as participantes do estudo, conforme o relato acima. Tais condições prejudicam e refletem em piora da saúde mental podendo levar até mesmo ao desenvolvimento de transtornos e sofrimentos psíquicos de maior intensidade (Tostes et al., 2018) demandando assim uma maior atenção quanto a essa questão.

Profissões que tem em sua maioria a presença de mulheres costumam ter menores remunerações, conseqüentemente uma maior desvalorização, segundo Prá e Cegatti (2016), as autoras ainda afirmam que, relacionar a docência a uma vocação, ou a um ato exclusivo de amor como condicionante a um bom desempenho do ofício, colabora para que se diminua a importância da função, e a valorização da carreira e da profissão.

Os conflitos internos surgem como uma outra subcategoria originada das respostas presentes no estudo. Do ponto de vista apresentado pelos professores e professoras, os conflitos de pensamentos, de entendimentos, sejam eles com a gestão escolar ou com os e as colegas de trabalho, se apresentam como um fator importante de influência em seu estado de saúde mental.

“Os conflitos desnecessários criados por colegas que chegam afetados por várias razões. O excesso de cobrança por parte da coordenação educacional, todo esse cotidiano é bastante complicado” (S31).

A necessidade da atuação e planejamento em equipe e a necessidade de se realizarem trabalhos envolvendo a colaboração coletiva, aliados a um ambiente que se apresenta como altamente estressor, resultam em um contexto favorável ao desenvolvimento de conflitos internos (Diehl e Carlotto, 2014). Tal situação pode ser verificada em outra resposta: “os conflitos entre a equipe de trabalho, inerentes a convivência humana, já que a carga horária inteira é de interação com outras pessoas” (S8).

Por fim, as relações e interações com os alunos também surgem como uma subcategoria, visualizada através da análise das respostas, como um fator de influência no estado de saúde mental dos e das docentes participantes deste estudo.

“(…) os problemas pessoais dos alunos, tem alguns que nos afetam bastante, me envolvo muito com os problemas dos alunos. A indisciplina dos alunos também é algo que afeta a saúde mental (S13).

“(…) os fatos e acontecimentos que ocorrem com os nossos alunos (depressão, suicídio, síndrome do pânico...). Alunos que estão desmotivados, tudo isso afeta minha saúde mental” (S4).

Como pode ser visto através dos recortes citados nos textos acima, a relação entre aluno(a) e professor(a) é trazida como fator prejudicial ao abordar o estado de saúde mental

dos e das participantes do estudo. O baixo interesse dos alunos e das alunas em sala de aula, além da indisciplina, também é visto como determinante de prejuízo à saúde mental de professores e professoras. Um estudo realizado por Santos (2009), aponta a relação de tais comportamentos ao desgaste e indisposição de professores e professoras.

Esse panorama enfraquece a atuação destes profissionais, que por vezes não encontram formas de dar o suporte necessário aos alunos e alunas (Diehl e Carlotto, 2014). Podendo isso, estar relacionado ao fato dos professores e das professoras participantes deste estudo, trazerem as relações entre discente e docente como fator de influência à saúde mental.

4. Considerações Finais

Diante dos resultados encontrados pode-se constatar que, os professores e professoras, ao definir e conceituar a saúde mental, apresentam um conhecimento superficial, pautado no senso comum, relacionando a ações comportamentais e atitudinais. Bem como, ao referirem a forma como percebem o próprio estado de saúde mental, apontam para uma saúde mental prejudicada, trazendo o estresse e o esgotamento como características marcantes.

Esses fatos indicam a necessidade de maior atenção a estes e estas profissionais, já que tais características aparecem relacionadas com a possibilidade de desenvolvimento de transtornos mentais de maior gravidade.

Verificou-se também que, a população do estudo foi composta em sua maioria por mulheres, com média de idade de 49 anos, que lecionam em média a 17 anos, em sua maioria atuando por ao menos 40 horas semanais, com uma média salarial mensal de 2.850 reais.

Ao abordar a influência do ambiente de trabalho no estado de saúde mental dos professores e professoras participantes do estudo, pode-se constatar que a desvalorização profissional, os conflitos internos e a interação com os alunos e alunas, foram condições consideradas como prejudiciais à saúde mental dos e das participantes.

Entender as questões abordadas neste estudo, através da participação ativa dos professores e professoras, auxilia a uma melhor compreensão da temática entre a população abordada, contribuindo para o desenvolvimento de estratégias mais eficazes de melhoria e de promoção a saúde mental.

O fato deste estudo analisar professores e professoras de apenas uma escola, pode ser considerado uma limitação. Visto que a participação de sujeitos de diferentes contextos e realidades, contribui para que se tenha uma visão mais ampliada de como essa população se relaciona com a temática abordada. Ainda que tenham sido levantadas informações de grande

valia, para uma melhor compreensão e maior aprofundamento do tema, mais estudos como este devem ser realizados.

Referências

Albuquerque, G. S. C. et al. (2018). Exploração e sofrimento mental de professores: um estudo na rede estadual de ensino do Paraná. *Trabalho, Educação e Saúde*, 16 (3), 1287-1300.

Araújo, V. A., Freire, J. M., Oliveira, M. V. M. (2017). Síndrome de Burnout em professores das escolas públicas do município de Buenópolis, MG. *Revista de Atenção à Saúde*, 15 (52), 5-10.

Araújo, T. M., Pinho, P. S., Masson, M. L. V. (2019). Trabalho e saúde de professoras e professores no Brasil: reflexões sobre trajetórias das investigações, avanços e desafios. *Cadernos de Saúde Pública*, 35.

Bardin, L. (2011). *Análise de conteúdo*. São Paulo.

Borba, B. M. R. et al. (2017). Síndrome de Burnout em professores: estudo comparativo entre o ensino público e privado. *Psicologia Argumento*, 33 (80).

Borges, L. D. O., & Argolo, J. C. T. (2002). Estratégias organizacionais na promoção da saúde mental do indivíduo podem ser eficazes. *Saúde mental & trabalho: leituras*, 5.

Dalcin, L., Carlotto, M. S. (2018). Avaliação de efeito de uma intervenção para a Síndrome de Burnout em professores. *Psicologia Escolar e Educacional*, 22 (1), 141-150.

Diehl, L., Marin, A. H. (2016). Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 7 (2), 64-85.

Diehl, L., Carlotto, M. S. (2014). Conhecimento de professores sobre a Síndrome de Burnout: processo, fatores de risco e consequências. *Psicologia em estudo*, 19 (4), 741-752.

Duarte, G., Spinelli, L. M. (2019). ESTEREÓTIPOS DE GÊNERO, DIVISÃO SEXUAL DO TRABALHO E DUPLA JORNADA. *Revista Sociais e Humanas*, 32 (2).

Maslach, C., Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of organizational behavior*, 2 (2) 99-113.

Gaino, L. V. et al. (2018). Conceito O conceito de saúde mental para profissionais de saúde. *SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)*, 4 (2) 108-116.

Hirata, G., Oliveira, J. B. A., Mereb, T. M. (2019). Professores: quem são, onde trabalham, quanto ganham. *Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação*, 27 (102) 179-203.

Prá, J. R., Cegatti, A. C. (2016). Gênero, educação das mulheres e feminização do magistério no ensino básico. *Retratos da Escola*, 10 (18).

Santos, G. B. (2009). Os professores e seus mecanismos de fuga e enfrentamento. *Trabalho, educação e Saúde*, 7 (2) 285-304.

Silva, N. R., Bolsoni-Silva, A. T., Loureiro, S. R. (2018) Burnout e depressão em professores do ensino fundamental: um estudo correlacional. *Revista Brasileira de Educação*, 23.

Tostes, M. V. et al. (2018). Sofrimento mental de professores do ensino público. *Saúde em Debate*, 42, 87-99.

World Health Organization (2001). The World Health Report 2001: *Mental health: new understanding, new hope*.

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Helter Luiz da Rosa Oliveira – 25%

Rodrigo de Souza Balk – 25%

Susane Graup – 25%

Ane Gabrielle Muniz – 25%