

**DOENÇAS E DISFUNÇÕES OCUPACIONAIS LIGADAS À PRÁTICA DOCENTE: CAUSAS E CONSEQUÊNCIAS**  
DISEASES AND OCCUPATIONAL DYSFUNCTIONS RELATED TO TEACHING PRACTICE: CAUSES AND CONSEQUENCES

**Esp. Andressa Macário Cardoso**

Universidade Federal da Bahia (UFBA)  
Universidad San Carlos (USC)

**Esp. Mário Henrique Guedes Rebouças**

Universidad San Carlos (USC)

**Esp. Ana Alice Neves Nunes Ramos**

Escola Municipal Carlos Drummond de Andrade (EMCDA)

**Dra. Maria Célia Conceição de Melo**

Universidade Federal da Bahia (UFBA)

**RESUMO**

O trabalho é componente fundamental na construção da identidade do sujeito. Isso se confirma e solidifica na docência, ou seja, nas relações diárias do professor com a sociedade, a instituição e os alunos. O docente é um trabalhador essencial para a sociedade, na medida em que está inserido no processo ensino-aprendizagem e é responsável pela criação de vínculos sociais, confirmando o seu papel de destaque na sociedade. O presente artigo propõe-se a identificar as doenças/disfunções ocupacionais que acometem professores e que estejam relacionadas às condições de trabalho e à dinâmica das práticas docentes, mostrando uma relação de causa e consequência. Realizou-se uma revisão bibliográfica nas bases de dados Scielo, Lilacs e Pubmed, utilizando os descritores: doenças ocupacionais, docentes, saúde do trabalhador, condições de trabalho e estresse ocupacional, em concordância com os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) da BVS, sendo possível conhecer como o trabalho docente expõe este profissional ao adoecimento, principalmente aos distúrbios osteomusculares, da voz e psíquicos. Observou-se que a classe docente tem sido submetida às novas exigências decorrentes do ritmo acelerado na produção tecnológica, e isso tem contribuído para alterações nas relações que se desenvolvem no ambiente de trabalho, e, com isto, supõe-se que professores tem desenvolvido problemas de saúde, muitas vezes se afastando das atividades laborais, o que acarreta elevado custo econômico às instituições e à seguridade social. Conclui-se, dessa forma, que há fatores relacionados ao trabalho docente que podem ser causas de adoecimento, ainda mais quando associado a estilo de vida inapropriado.

**Descritores:** Doenças ocupacionais. Docentes. Saúde do trabalhador. Condições de trabalho. Estresse ocupacional.

**ABSTRACT**

Work is a fundamental component in the individual's identity construction. This is confirmed and solidified in teaching, in other words, in the daily relations of the teacher with society, the institution and the students. The teacher is an essential worker for society, as they are inserted in the teaching-learning process and are responsible for the creation of social bonds, confirming their important role in the society. This paper aims at identifying the occupational diseases/dysfunctions that affect teachers and are related to working conditions and teaching practices, presenting a relation of cause and consequence. A bibliographic review was carried out in the Scielo, Lilacs and Pubmed databases, using the keywords: occupational diseases, teachers, workers' health, working conditions and occupational stress, in accordance with the Health Sciences Descriptors (DeCS) of the Virtual Health Library (VHL), allowing us to know how teaching profession exposes professionals to illness, especially to musculoskeletal, voice and psychic disorders. It was observed that teachers have been submitted to the new requirements resulting from the accelerated pace in technological production, and this has contributed to shifts in the relations that are developed in the working environment, and, so, it is assumed that teachers have developed health problems, and they often have to stop their work activities, which causes a high economic cost to institutions and social security. Thus, it is concluded that there are factors related to teaching profession that may be the causes of illness, especially when it is associated with inappropriate lifestyle.

**Keywords:** Occupational diseases. Teachers. Workers' health. Working conditions. Occupational stress.

## 1 INTRODUÇÃO

Ao longo da história, as relações socioculturais, econômicas e produtivas vêm orientando o trabalho e suas relações com a saúde, permitindo que esta se diferencie à medida em que a sociedade evolui. O tipo de trabalho e a forma como este é organizado é capaz de determinar o processo de desgaste físico e mental do corpo humano, podendo até mesmo transformar-se em elemento patogênico, capaz de causar dores e doenças. Portanto, ao mesmo tempo em que o trabalho pode ser uma fonte de realização e formação da identidade do indivíduo, também pode tornar-se nocivo à saúde (DELCOR *et al.*, 2004).

O ritmo acelerado da produção tecnológica decorrente do processo de globalização tem contribuído para alterações nas relações que se desenvolvem no ambiente de trabalho. O ambiente escolar vem acompanhando tais mudanças e solicitando dos professores maior produção. Esta é expressa pelo número de alunos formados a cada ano em um ambiente diversas vezes escasso de recursos materiais e humanos (ROCHA; FERNANDES, 2008).

O possível adoecimento físico e mental dos professores, assim como o estudo das relações entre o processo de trabalho docente e as reais condições sob as quais ele se desenvolve vem se apresentando como um desafio na busca do entendimento da relação saúde-doença do trabalhador docente (GASPARINI *ET AL*, 2005).

Na atualidade, a função do professor extrapolou a mediação do processo de conhecimento do aluno, ampliando-se a missão deste profissional para além da sala de aula. São inúmeras atividades extracurriculares e extraclasse a fim de garantir uma articulação entre a escola e a comunidade discente. Com essas exigências no trabalho docente, muitos professores têm se afastado das atividades laborais por problemas de saúde acarretando elevado custo econômico às instituições e à seguridade social, reorganização das instituições para reposição de professores e novas contratações (ERICK; SMITH, 2013). Os maiores causadores de problemas de saúde em docentes têm sido o ambiente de trabalho e os fatores psicossociais, interferindo na qualidade de vida do mesmo (ANDRADE; CARDOSO, 2012).

Diante do número crescente de professores exposto a diversos fatores de risco para o adoecimento, ou já em processo de adoecimento, torna-se necessária a obtenção de dados através de revisão de literatura para possibilitar uma melhor atuação nas doenças relacionadas com a atividade ocupacional e com o estilo de vida dos professores, além de permitir avaliações mais precisas e objetivas e novos estudos acerca do tema, contribuindo para uma melhor qualidade de vida e melhor relação ensino-aprendizagem.

O objetivo deste estudo foi identificar as doenças/disfunções ocupacionais que acometem professores e que estejam relacionados às condições de trabalho e à dinâmica das práticas docentes, mostrando uma relação de causa e consequência.

## 2 MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo utilizou como método a revisão de literatura qualitativa, através de pesquisa nas bases de dados Scielo, Lilacs e Pubmed, utilizando os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) pesquisados na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), que tivessem uma relação mais próxima com a temática a ser estudada, em português, inglês e espanhol, tais como: doenças ocupacionais, docentes, saúde do trabalhador, condições de trabalho, estresse ocupacional, occupational diseases, teachers, worker's health, work conditions, occupational stress, enfermedades profesionales, docentes, salud laboral, condiciones de trabajo, estrés laboral.

Foram utilizados somente os trabalhos em língua inglesa e portuguesa, em formato de artigos e revisões disponibilizadas na íntegra. A escolha das bases de dados deve-se ao fato de conterem o maior número de periódicos indexados na área da saúde e disponibilizados eletronicamente, o que permitiu uma visão mais ampla das pesquisas realizadas. Foram encontrados 87 artigos, utilizando espaço de tempo de 2004 a 2019, incluídos 31 e excluídos os estudos que abordavam informações sobre a fisiopatologia dessas doenças, assim como aquelas que não apontavam doenças e/ou disfunções em docente e aqueles que abordavam as formas de tratamento para doenças ocupacionais. Foi incluído um documento do Ministério da Saúde, de 2001, pela sua relevância em conceituar os problemas osteomusculares.

Os artigos foram selecionados a partir da leitura do resumo, identificando aqueles que abordavam as doenças ocupacionais em docentes, estresse e qualidade de vida dos professores. Também condições de trabalho dessa classe, fatores causais de adoecimento em professores, consequências para sociedade e ensino. A seleção teve a finalidade de reunir e condensar o entendimento científico já produzido na literatura

sobre as temáticas expostas acima, tornando possível contribuir com o crescimento do conhecimento na temática referida. Após isso prosseguiu-se com a análise, síntese e organização das temáticas.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

#### 3.1 PRINCIPAIS DOENÇAS OCUPACIONAIS EM PROFESSORES E FATORES CAUSAIS

As doenças ocupacionais são definidas por Porto *et al.* (2004) como aquelas relacionadas com fatores causais específicos que podem ser identificados, medidos e, eventualmente, controlados no ambiente de trabalho. Os autores descrevem também aquelas que podem ser parcialmente causadas por condições adversas, podendo ser agravadas, aceleradas ou exacerbadas por exposições no local de trabalho, capaz de prejudicar a capacidade laboral.

No caso dos docentes, alguns fatores podem ser determinantes para o seu adoecimento e desconforto, como baixa remuneração, superlotação em salas de aula e inadequação estrutural das instituições. Na mesma pesquisa os autores relatam que os baixos salários, em sua maioria, despertam no docente, muitas vezes, a necessidade de realizar outras atividades, estendendo assim sua carga horária, conseqüentemente ocorrendo falta de pausas para descanso, o que acaba interferindo no bem-estar psicológico e na qualidade de vida. Este adoecimento pode ser físico, psíquico ou ambos, contribuindo, muitas vezes, para o abandono do emprego (ARAUJO *et al.*, 2005).

De acordo com o Centro de Estudos da Saúde do Trabalhador (CESAT) de Salvador-BA, 66% dos professores atendidos entre os anos de 1995 a 2001 foram diagnosticados com doença ocupacional e as atividades repetitivas foram identificadas como o principal risco da atuação dos docentes (Mango *et al.*, 2012 apud PORTO *et al.*, 2004). Ainda no estudo de Mango *et al.* (2012, p 130), é afirmado que "ensinar é uma atividade em geral altamente estressante, com repercussões evidentes na saúde física, mental e no desempenho profissional dos professores."

Segundo Ribeiro *et al.* (2011) a escola tornou-se um ambiente laboral desfavorável repercutindo em agravos à saúde dos profissionais e afastamento do trabalho. Para Rocha e Fernandes (2008), a intensificação do ritmo de trabalho em professores tem exigido mudanças. Estes autores observam que antes era atribuída somente a função de ensinar disciplinas e que atualmente têm-se incorporado diversas outras funções como construir hábitos de saúde, assessoramento psicológico, educação para o trânsito, entre outras. E ainda relatam que:

[...] o excesso de tarefas burocráticas, a falta de autonomia e infraestrutura do ambiente escolar, as relações conflitantes com familiares de alunos e, principalmente, a baixa remuneração, tornando evidente o quadro crônico de depreciação e desqualificação social, psicológica e biológica dos professores. Emerge dessa situação um cenário com efeitos adversos, proporcionando aos docentes um conjunto de mal-estares, em muitos casos desestabilizando a economia psicossomática e gerando doenças diversas, que influenciam fortemente na qualidade de vida destes profissionais (p. 24).

Como consequência disto, diversos autores destacaram uma maior prevalência de problemas osteomusculares, de distúrbios psíquicos e de problemas vocais em professores relacionados às práticas docentes (GASPARINI *et al.*, 2005; CARVALHO; ALEXANDRE, 2006; ARAÚJO; CARVALHO, 2009; CARDOSO *et al.*, 2009).

Os sintomas osteomusculares possuem causas multifatoriais (fatores biomecânicos presentes na atividade, fatores psicossociais, características individuais e os fatores ocupacionais) e decorrem das hipersolicitações do aparelho locomotor durante a execução das atividades da vida diária, ocupacional e eventos traumáticos com capacidade de desencadear dor, incapacidade funcional e sofrimento físico e psicoafetivo, e vem se destacando como um problema de saúde pública no Brasil a partir da década de 80 (CARVALHO; ALEXANDRE, 2006; MANGO *et al.*, 2012).

Problemas osteomusculares são também chamados de lesões por esforços repetitivos (LER) ou distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (DORT) e se referem aos distúrbios ou doenças do sistema musculoesquelético, principalmente do pescoço e membros superiores, relacionados, comprovadamente ou não, ao trabalho (BRASIL, 2001).

Pesquisas apontam que professores constituem uma das classes profissionais que mais sofrem com os sintomas osteomusculares, sendo apontadas entre as principais justificativas de afastamento da sala de aula (CALIXTO, 2015; BRANCO *et al.*, 2017;). Desse modo, tal problema tem sido uma preocupação dos

pesquisadores pois se trata de uma questão de saúde e trabalho em virtude dos custos e o impacto na qualidade de vida destes trabalhadores (PUNNET e WEGMAN, 2004; HENRIQUE FERNANDES; RONCALLI, 2009).

Lima e Lima e Filho (2009) apontam que fatores ambientais (ruído, temperatura, vibração, iluminação e poluição) e as exigências físicas e mentais (sobrecarga, conflito e ambiguidade de papel) apresentam-se como geradores de estresse no trabalho, sendo que atividades monótonas, repetitivas e fragmentadas predispõem ao estresse mais que outras. Ao mesmo tempo, Rocha e Fernandes (2008) relatam que esta classe tem sofrido constantes alterações nas suas práticas no decorrer de sua história, sem que tenham condições de criar meios para se adaptar às mudanças, repercutindo assim no surgimento de desequilíbrios na estrutura corporal e em dor. E observaram ainda que a intensificação do trabalho pode comprometer a saúde desses profissionais e a qualidade de ensino por meio dos determinantes ambientais e organizacionais.

Por sua vez, na pesquisa de Ribeiro et al (2011), os professores investigados mencionam aspectos do mobiliário utilizado na escola e os relacionados à postura corporal no desenvolvimento das atividades docentes. Essas condições têm contribuído para desencadear o estresse físico, que pode propiciar o surgimento de distúrbios osteomusculares.

Mango *et al.* (2012) identificaram maior prevalência de sintomas osteomusculares em coluna lombar, região dorsal, ombros e cervical em professores do ensino fundamental e relacionam a presença destes sintomas com o número de classes por professor, afirmando que estes prejudicam a realização de atividades diárias e são fatores de motivação na procura por assistência de um profissional da saúde.

Os fatores de riscos para o aparecimento ou agravamento de sintomas osteomusculares nos docentes são apresentados em diversos estudos. Entre os mais citados estão: o tempo de trabalho como professor maior do que quinze anos; lecionar em mais de uma escola; elevada carga horária semanal; distância da casa para a escola; conflitos com os alunos; pouco ou nenhum tempo de repouso entre as aulas; falta de local específico para descanso na escola; má remuneração; elevação do membro superior acima de 90 graus de maneira repetida e mantida; volume excessivo de trabalho; mobiliário inadequado; falta de equipamentos; número elevado de alunos em sala de aula; posicionamento corporal inadequado; desvalorização profissional; insatisfação com o emprego; posturas fatigantes por tempo elevado; volume elevado de trabalho; muito esforço físico; as tarefas repetitivas; ritmo de trabalho acelerado; ambiente das salas de aula desfavoráveis; flexão de tronco repetitivo para ensino individual; falta de material didático; número elevado de alunos; permanência de 95% do tempo de atividade laboral em posição ortostática com graus variados de flexão da coluna cervical (DELCOR *et al.*, 2004; REIS *et al.*, 2005; ARAUJO *et al.*, 2005; CARVALHO; ALEXANDRE, 2006; MASCARELLO; BARROS, 2007; ARAÚJO; CARVALHO, 2009; RIBEIRO *et al.*, 2011).

Por sua vez, Carvalho e Alexandre (2006) relatam que 46,5% dos professores não realizam atividade física, possivelmente explicado pela falta de tempo, dupla jornada de trabalho ou por questões socioeconômicas, podendo ser um fator determinante para os referidos problemas.

Ribeiro *et al.* (2011) aponta para o movimento de escrever no quadro negro como fator de risco para a lesões musculares e desgaste articular na articulação do ombro no professor, podendo gerar LER/DORT decorrente da sobrecarga e compressão de estruturas articulares e diminuição da irrigação sanguínea dos músculos da região.

De acordo com Gasparini *et al.* (2005), por meio da análise dos dados da Gerência de Saúde do Servidor e Perícia Médica (GSPM) de Belo Horizonte, observou-se que no período de maio de 2001 a abril de 2002, 84% dos servidores afastados eram professores, ocupando os transtornos psíquicos o primeiro lugar entre os diagnósticos que provocaram os afastamentos (15%). Em segundo lugar, estão os afastamentos por doenças do aparelho respiratório (12%) e, em terceiro, as doenças do sistema osteomuscular e do tecido conjuntivo (11%).

Cardoso *et al.* (2019) apresentaram como sintomas mais recorrentes no adoecimento docente: falta de ar, redução da visão, problemas relacionados ao uso da voz, problemas relacionados ao uso da postura, depressão, estresse, tonturas, ansiedade, rouquidão, cansaço mental, entre outros. E referiram como características do trabalho associadas às estas queixas a intensidade e o ritmo acelerado no trabalho e o número excessivo de horas na jornada.

As doenças ocupacionais identificadas em 235 professores atendidos pelo Centro de Estudos de Saúde do Trabalhador da Bahia (CESAT), de 1991 a 2001, foram: laringite e problemas nas cordas vocais (30%), distúrbios osteomusculares (26%), rinite, sinusite, faringite crônicas e alérgicas (12%), asma alérgica ou não (4%) e outros diagnósticos (10%). Entre os riscos de agravos à saúde mais citados pelos professores destacaram-se os movimentos repetitivos e as posturas inadequadas (PORTO *et al.*, 2004).

Em relação aos sintomas psíquicos, Lima e Lima-filho (2009) descrevem como maior prevalência: cansaço mental (53,9%), estresse (52,4%), ansiedade (42,9%), esquecimento (42,9%), frustração (37,8%),

nervosismo (31,1%), angústia (29,3%), insônia (29,1%) e depressão (16,8%), sintomas estes apresentados como síndrome de *burnout*.

Gomes *et al.* (2017) destacam como situações estressantes que interferem negativamente no desempenho profissional e pessoal dos professores, levando prejuízos à sua saúde: falta de reconhecimento e desvalorização profissional, condições físicas e instalações inadequadas e deficitárias, interrupções durante as aulas, remuneração insuficiente, longas jornadas de trabalho, falta de recursos didáticos, excesso de funções burocráticas, normas e procedimentos administrativos inadequados, ausência de plano de carreira, entre outros. E ainda somam que:

[...] a constante cobrança pela qualificação e competência, avaliadas periódica e internamente por alunos e pela direção da instituição, e externamente pelo Ministério da Educação (MEC), somados à cobrança pela produção científica, são situações estressantes que podem prejudicar a saúde dos professores, interferindo negativamente em seu desempenho profissional e pessoal. A profissão docente é uma das que mais sofre com o estresse e outras síndromes, como as osteomusculares, acarretando sérios agravos à QVT (Qualidade de Vida no Trabalho) e, conseqüentemente, à QV (Qualidade de Vida) desses profissionais. A sobrecarga do trabalho docente, somada aos altos índices de envolvimento com atividades administrativas, pesquisa e extensão, acarreta pouco tempo disponível para atividades pessoais, já que muitas dessas tarefas são levadas para serem feitas em casa, nos momentos que, teoricamente, seriam destinados ao descanso e ao lazer, como os finais de semana, feriados e períodos de férias do ano (p. 20).

Segundo Messias (2019), a Síndrome de Burnout é considerada, atualmente, pela Organização Mundial de Saúde (OMS) uma importante questão de saúde pública, representando um risco para a saúde do trabalhador, podendo levá-lo à deterioração física ou mental. Andrade e Cardoso (2012), por sua vez, relatam que os professores que desenvolvem esta síndrome apresentam, com frequência, irritabilidade, ansiedade, raivas e tristezas, além de parecerem emocional e fisicamente exaustos, podendo desenvolver sintomas psicossomáticos como insônia, hipertensão, úlceras, dores de cabeça, abuso no uso de álcool e medicamentos, surgindo tendências a problemas familiares e conflitos sociais.

Autores associam a síndrome de *Burnout* à aspectos como baixos salários, classes superlotadas, materiais escassos, tensão na relação com os alunos, excesso de carga horária, conflitos ocasionados pelas expectativas de pais e alunos, precarização do trabalho do professor e desvalorização da sua imagem (CARLLOTO, 2002; BATISTA *et al.*, 2010).

Um outro problema que acomete os docentes, frequentemente explorado na literatura, é o distúrbio de voz. "O professor é um dos profissionais que mais exige da sua voz, pois dela depende para o processo de ensino-aprendizagem, e assim apresenta maiores riscos de desenvolver tais alterações" (CEBALLOS *et al.*, 2011, p. 286).

Lima-silva *et al.* (2012) relatam que esta problemática tem levado a afastamentos e incapacidades para o desempenho das práticas docentes entre os vários profissionais da voz, especificamente em professores, implicando em custos financeiros e sociais. Nesta pesquisa foram encontrados como sintomas vocais mais frequentes: rouquidão (43,3%), voz grossa (30%) e voz fraca (30%). As principais sensações na garganta citadas pelos professores foram pigarro (60%), garganta seca (55%) e ardor (43,3%).

Ferreira *et al.* (2009) citam fatores ambientais e organizacionais como causadores do adoecimento vocal em professores:

Fatores ambientais como o ruído, a poeira, a fumaça. Os fatores organizacionais evidenciados no excesso de trabalho, cobrança excessiva e falta de material, apenas para citar alguns. Ambos se associam ao despreparo vocal desse profissional, que se vê imerso em contexto desfavorável, sem ter conhecimento de como reverter a situação (p. 1).

A exposição à poeira e/ou ao giz, o aumento brusco da voz em ambientes barulhentos ou situações estressantes somada ao uso intensivo da voz pode causar lesões e inflamações nas cordas vocais em professores (LIMA; LIMA E FILHO, 2009).

### 3.2 CONSEQUÊNCIAS DO ADOECIMENTO DE DOCENTES

De acordo com toda literatura explorada, estas doenças e/ou disfunções ocupacionais mais comuns nos docentes podem levar ao afastamento das práticas docentes devido à perda de capacidade física e psíquica

para desenvolver suas atividades. As questões relacionadas com a saúde do professor configuram um quadro problemático com consequências negativas não só para o professor, mas também para o aluno e para o processo de ensino-aprendizagem, na medida em que geram absenteísmo e até abandono da carreira, gerando custos sociais e econômicos para a instituição de ensino e a sociedade. (LANDINI, 2007; ANDRADE; CARDOSO, 2012).

Andrade e Cardoso (2012) apresentam em seu estudo que o adoecimento do professor afeta diretamente o ambiente escolar, interferindo na obtenção dos objetivos pedagógicos, e mostram a importância de tempo para o lazer como prevenção de doenças ocupacionais em professores, pois ele promove descanso, divertimento, sensação de bem-estar e desenvolvimento pessoal e social.

Ceballos (2011) expõe a possibilidade de prejuízos sociais e econômicos em professores com alterações na voz, na medida em que pode gerar estresse e frustração e influenciar negativamente na habilidade de lecionar, já que utilizam a voz para influenciar, convencer, dar ênfase e transmitir conhecimentos, e afeta o aluno no que diz respeito a qualidade das aulas. Por sua vez, Lima e Lima-silva (2012) relatam que professores em situação de adoecimento ocupacional pode ocasionar prejuízos e problemas pessoais, econômicos, profissionais e funcionais para a escola, muitas vezes tendo que vivenciar situação de readaptação.

Na relação com o aluno e com o processo ensino-aprendizagem, Carlloto (2002) observa que professores em processo de adoecimento, especificamente psicológico, podem apresentar prejuízos em seu planejamento de aula, realizando-os com menos frequência. Além disso, evidencia que o professor

apresenta perda de entusiasmo e criatividade, sentindo menos simpatia pelos alunos e menos otimismo quanto à avaliação de seu futuro. Pode também sentir-se facilmente frustrado pelos problemas ocorridos em sala de aula ou pela falta de progresso de seus alunos, desenvolvendo um grande distanciamento com relação a estes. Sentimentos de hostilidade em relação a administradores e familiares de alunos também são frequentes, bem como o desenvolvimento de visão depreciativa com relação à profissão. O professor mostra-se autodepreciativo e arrependido de ingressar na profissão, fantasiando ou planejando seriamente abandoná-la (p. 24).

Souza e Leite (2011) demonstram a importância de prevenir e lidar com o estresse para evitar o aparecimento de doenças em professores, conseguindo através de algumas estratégias como: descobrir as causas do estresse; acompanhamento médico e psicológico; relaxamentos; atividades prazerosas; planejamento do tempo de trabalho; recusa de "tarefas impossíveis"; atividades físicas; alimentação saudável; relação dialógica com os alunos; desenvolver trabalho em equipe; evitar gritar e procurar deixar a sala agradável, entre outros.

Ribeiro *et al.* (2011) relatam a importância de melhorar a qualidade de vida e de trabalho do docente e, conseqüentemente, diminuir os afastamentos do trabalho e aposentadorias precoces, sugerido através da adoção de medidas preventivas pela escola, como medidas ergonômicas (tablados próximos ao quadro negro para evitar movimentos de elevação repetitiva no ombro; armários nas salas de aula para o professor não fazer deslocamento com excesso de peso; maior adequação do mobiliário das salas de aula; disponibilidade de local adequado para descanso entre as aulas e maior tempo para o repouso); maior valorização do docente (pagamento de melhores salários, criação de plano de carreira, oferta de cursos de capacitação e educação continuada); aumento do número de docentes por escola, tornando-se possível diminuição do número de alunos por turma. Cita ainda o estímulo à participação e responsabilização das famílias na educação como alternativa para formar espaços laborais mais saudáveis nas escolas.

Diante dos estudos revisados percebe-se que os professores compõem uma das categorias profissionais que mais tem sofrido mudanças devido à intensificação do ritmo de trabalho, tornando-os suscetíveis ao estresse e outras síndromes decorrentes do trabalho, implicando em consequências para o docente, para toda a estrutura escolar e de ensino, para a sociedade e, também, para o próprio indivíduo, que tem seu bem-estar e qualidade de vida comprometidos a longo prazo.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Observa-se na sociedade intensas mudanças tecnológicas, sociais e econômicas que, conseqüentemente, alteram as relações que se desenvolvem no ambiente de trabalho educacional e isso tem afetado o cotidiano do professor, exigindo maior produção e adaptação às novas demandas.

De acordo com a pesquisa realizada, observou-se que há fatores relacionados ao trabalho docente que podem ser causas de adoecimento, ainda mais quando associado a estilo de vida inapropriado. Carga horária elevada, intensificação do ritmo de trabalho, as próprias demandas físicas do trabalho, a baixa remuneração, superlotação em salas de aula e inadequação estrutural das instituições, condições inadequadas de trabalho, falta de lazer. Estes e outros fatores acabam interferindo no bem-estar psicológico e na qualidade de vida dos docentes, gerando seu adoecimento, sendo os mais comuns problemas osteomusculares, os distúrbios psíquicos e os problemas vocais. Essa problemática pode levar o docente ao absenteísmo e abandono de carreira devido à perda de capacidade física e psíquica para desenvolver suas atividades, o que gera consequências não só para o docente, mas também para o aluno e para o processo de ensino-aprendizagem, como também custos sociais e econômicos para a instituição de ensino e para a sociedade.

É necessário que se criem constantes discussões sobre educação e promoção de saúde no ambiente escolar, e que haja um aprofundamento nas pesquisas sobre o processo de adoecimento entre docentes a fim de se obter maior compreensão de todo processo envolvido nas atividades laborais dessa classe, tornando-se possível planejar e implementar ações de intervenção e prevenção nos locais de trabalho em busca de soluções que minimizem os problemas enfrentados por estes profissionais e aumente sua qualidade de vida e qualidade na prestação do serviço.

### REFERÊNCIAS

- ANDRADE, P. S.; CARDOSO, T. A. Prazer e Dor na Docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout. **Saúde e Sociedade**, v. 21, n. 1, p. 129-140, 2012.
- ARAÚJO, T. M. *et al.* Mal-estar docente: avaliação de condições de trabalho e saúde em uma instituição de ensino superior. **Revista baiana de saúde pública**, v. 29 n. 1, p. 6-21, jan./jun. 2005.
- ARAÚJO, T.M; CARVALHO, F.M. Condições de trabalho docente e saúde na Bahia: estudos epidemiológicos. **Educ Soc.** v. 30(107), p. 427-49. 2009.
- BATISTA, J. B. V. *et al.* Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. **Revista brasileira de epidemiologia**, v. 13, n. 3, set. 2010.
- BRANCO, J. C. *et al.* Prevalência de sintomas osteomusculares em professores de escolas públicas e privadas do ensino fundamental. **Fisioterapia em Movimento**, v. 24, n. 2, 2017.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Doenças relacionadas ao trabalho**: manual de procedimentos para os serviços de saúde. Brasília, DF, 2001.
- CALIXTO, M. F. *et al.* Prevalência de sintomas osteomusculares e suas relações com o desempenho ocupacional entre professores do ensino médio público. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 23, n. 3, 2015.
- CARDOSO, J. P. *et al.* Prevalência de dor musculoesquelética em professores. **Rev Bras Epidemiol**, v. 12, n. 4, p. 604-14, 2009.
- CARLOTTO, M. S. A Síndrome de Burnout e o trabalho docente. **Psicologia em estudo**, Maringá, v. 7, n. 1, p. 21-29, jan./jun. 2002.
- CARVALHO, A. J. F. P.; ALEXANDRE, N. M. C. Sintomas osteomusculares em professores do ensino fundamental. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, v. 10, n. 1, 2006.
- CEBALLOS, A. G. C. *et al.* Auditory vocal analysis and factors associated with voice disorders among teachers. **Rev. Bras. Epidemiol.**, v. 14, n. 2, p. 285-95, 2011.
- CARDOSO, J. D. S. *et al.* Adoecimento docente: uma breve análise da saúde de professores do município de Medeiros Neto/BA. **Revista Teias**, v. 20, n. 57, p. 125-140, 2019.

- DELCOR, N. S. *et al.* Condições de trabalho e saúde dos professores da rede particular de ensino de Vitória da conquista, Bahia, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 1, p. 187-196, jan./fev. 2004.
- ERICK, P.; SMITH, D. Musculoskeletal disorder risk factors in the teaching profession: a critical review. **OA Musculoskelet Med**, v. 1, n. 3, p. 29, 2013.
- FERREIRA, L.P. *et al.* Políticas públicas e voz do professor: caracterização das leis brasileiras. **Rev Soc Bras Fonoaudiol.**, v. 14, n. 1, p. 1-7, 2009
- FERNANDES, M.H. *et al.* Fatores associados à prevalência de sintomas osteomusculares em professores. **Revista de Salud Pública**, v. 11, p. 256-267, 2009.
- GASPARINI, S.M. *et al.* O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. **Educação e pesquisa**, v. 31, n. 2, p. 189-199, 2005.
- GOMES, K. K. *et al.* Qualidade de vida e qualidade de vida no trabalho em docentes da saúde de uma instituição de ensino superior. **Rev bras med trab**, v. 15, n. 1, p. 18-28, 2017.
- LANDINI, S. R. Professor, trabalho e saúde: As políticas educacionais, a materialidade histórica e as consequências para a saúde do trabalhador-professor. **Colloquium Humanarum**, v. 4, n. 1, p. 08-21, 2007.
- LIMA, F. E. M.; LIMA-FILHO, D. de O. Condições de trabalho e saúde do/a professor/a universitário/a. **Ciências & Cognição**, v. 14, n. 3, p. 62- 82, 2009.
- LIMA-SILVA, M. F. B. de *et al.* Voice disorders in teachers: self-report, auditory-perceptive assessment of voice and vocal fold assessment. **Rev. soc. bras. fonoaudiol.**, São Paulo , v. 17, n. 4, p. 391-397, dez. 2012.
- MASCARELLO, M. R. P.; BARROS, M. E. B. Nos fios de Ariadne: Cartografia da relação saúde trabalho numa escola pública de Vitória, ES, **Rev Bras Educ.**, v. 12, n. 34, 2007.
- MANGO, M. S. M. *et al.* Análise dos sintomas osteomusculares de professores do ensino fundamental em Matinhos (PR). **Fisioter Mov.**, v. 25, n. 4, p. 785-94, out/dez. 2012.
- MESSIAS, I. M. O. *et al.* A síndrome de burnout em professores de uma escola pública em Petrolina-PE. **Braz. J. of Develop**, Curitiba, v. 5, n. 4, p. 3856-3866, abr. 2019.
- PORTO, L. A. *et al.* Doenças ocupacionais em professores atendidos pelo Centro de estudos da Saúde do Trabalhador (CESAT). **Rev baiana saúde pública**, v. 28, n. 1, p. 33-49, 2004.
- PUNNETT, L.; WEGMAN, D. H. Work-related musculoskeletal disorders: the epidemiologic evidence and the debate. **Journal of electromyography and kinesiology**, v. 14, n. 1, p. 13-23, 2004.
- REIS, E. J. F. B. *et al.* Trabalho e distúrbios psíquicos em professores da rede municipal de Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. **Caderno de Saúde Pública**, v. 21, n. 5, 2005.
- RIBEIRO, I. Q. B. *et al.* Fatores Ocupacionais Associados à Dor Musculoesquelética em Professores. **Revista Baiana de Saúde Pública**, v. 35, n. 1, p. 42-64, jan./mar. 2011.
- ROCHA, V. M.; FERNANDES, M. H. Qualidade de vida de professores do ensino fundamental: uma perspectiva para a promoção da saúde do trabalhador. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro. v. 57, n. 1, p. 23-27, jan./mar. 2008.
- SOUZA, A. N. D.; LEITE, M. D. P. Working conditions and their impacts on the health of basic education teachers in Brasil. **Educação & Sociedade**, Campinas, v. 32, n. 117, p. 1105-1121, out./dez. 2011.

## **SOBRE OS AUTORES**

### **Andressa Macário Cardoso**

Graduada em Fisioterapia (2004). Especialista em Reabilitação do Membro Superior (2011) pela Fundação Educacional Lucas Machado (FELUMA). Mestranda em Ciências da Educação pela Universidad San Carlos, USC, Paraguai e Mestranda em Saúde Coletiva pelo Instituto de Saúde Coletiva da Universidade Federal da Bahia (UFBA).

Contato: dressamacario@hotmail.com

### **Mário Henrique Guedes Rebouças**

Graduado em Teologia (2006) e Matemática (2015). Especialista em Administração Escolar (2014) Faculdade de Ciências Educacionais (FACE). Mestrando em Ciências da Educação pela Universidad San Carlos, USC, Paraguai.

Contato: mario5112@yahoo.com.br

### **Ana Alice Neves Nunes Ramos**

Graduada em Pedagogia (2001). Especialista em Gestão Escolar pela Universidade Castelo Branco (UCB). Mestranda em Ciências da Educação pela Universidad San Carlos, USC, Paraguai.

Contato: nunesanaalice73@gmail.com

### **Maria Célia Conceição de Melo**

Graduada em Economia (1981). Especialista em Administração de Recursos Humanos (1998) pela Universidade Federal da Bahia (UFBA). Mestre em Desenvolvimento Humano e Responsabilidade Social (2006) pela Fundação Visconde de Cairu (FVC). Doutora em Administração (2011) pela Universidad San Carlos, USC, Paraguai.

Contato: profceliamelo@inbraedh.com.br