

# PERCEPÇÃO DE PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA ACERCA DE ESTRATÉGIAS UTILIZADAS PARA A PROMOÇÃO DE SUA SAÚDE NO CONTEXTO DE TRABALHO \*

Débora Thais Klein \*\*

Juliane Viecili, Dra \*\*\*

**Resumo:** Ao trabalho pode ser atribuída a origem de prazer ou de adoecimento, tendo influência do contexto em que se desenvolve. No trabalho docente os professores contam com grande volume de trabalho, alta carga horária, estrutura precária das escolas, desvalorização da função desempenhada, tornando a atividade de trabalho altamente desgastante. Na avaliação dos docentes o trabalho dificulta que estejam saudáveis, sendo atribuída à categoria grandes índices de adoecimento e afastamento do trabalho. Para que os profissionais, reféns desse sistema precário de trabalho, possam se manter saudáveis na atividade laboral e visando contribuir para a redução do índice de adoecimento dos professores buscou-se, a luz da análise do comportamento, caracterizar a percepção de professores da educação básica acerca de estratégias utilizadas para a promoção de sua saúde no contexto de trabalho. Foram realizadas entrevistas com sete professores da rede básica de ensino de Florianópolis, de duas instituições públicas de ensino. Foi possível avaliar que em busca de sua saúde os docentes costumam praticar atividades físicas regularmente e cuidar da alimentação. No trabalho as estratégias utilizadas são de manter um bom relacionamento com os alunos e planejar as aulas utilizando estratégias de ensino diferentes, buscando promover sua saúde e uma maior participação dos alunos nas aulas. Quando as estratégias que utilizam no trabalho não são suficientes para a manutenção da saúde, os professores buscam afastar-se do ambiente de trabalho e buscar atendimento especializado. Pode-se considerar que as estratégias utilizadas estão contribuindo para o aumento da saúde dos trabalhadores no ambiente de trabalho. Porém, ainda não são suficientes, tendo em vista que a maioria dos profissionais não consideram-se saudáveis.

**Palavras-chave:** Docentes. Estratégias de Promoção de Saúde. Análise do Comportamento.

## 1 INTRODUÇÃO

O trabalho pode ser uma atividade prazerosa, como também fonte de adoecimento. Para entender os processos de prazer e adoecimento no âmbito do trabalho, é

---

\* Artigo apresentado como trabalho de conclusão de curso de graduação da Universidade do Sul de Santa Catarina, como requisito parcial para obtenção do título de Psicólogo. Orientadora: Prof. Juliane Viecili, Dra. Florianópolis, 2018.

\*\* Acadêmica do curso de Psicologia da Universidade do Sul de Santa Catarina.

\*\*\* Orientadora e professora do curso de Psicologia da Universidade do Sul de Santa Catarina.

necessário compreender o contexto laboral em que o profissional está inserido, identificando as estratégias para promoção da saúde na docência.

No âmbito da educação é comum casos de adoecimento de docentes, acarretando em altos índices de afastamentos do trabalho. Em Florianópolis, representantes da administração pública municipal, em entrevista ao G1 (2017), relatam que um em cada quatro servidores públicos do município estão afastados do trabalho por motivos de doença, e que nas escolas municipais uma média de mil professores e auxiliares de sala são afastados das atividades todo mês. Em consonância com esses dados Soldatelli (2011), em sua pesquisa com 165 docentes de Florianópolis, constatou que 67% dos professores são afastados do trabalho por motivos de doença e que dessa amostra 80% dos profissionais se afastam por estresse ou níveis elevados de fadiga.

Diversos fatores colaboram para o adoecimento dos docentes. Diehl; Marin (2016), retratam que as causas mais apontadas na percepção dos professores que contribuem para o adoecimento são: condições precárias de trabalho, carga horária excessiva, violência no ambiente escolar, falta de envolvimento das famílias no processo educacional, desvalorização do trabalho, falta de motivação e inexistência de tempo para descanso e lazer. O mesmo estudo aponta ainda a Síndrome de Burnout como um dos principais diagnósticos de adoecimento docente, a partir de uma vida estressante, que contribui para o esgotamento dos professores. Os estudos buscam identificar os diagnósticos destinados aos docentes, porém, em que contexto esse adoecimento ocorre? Quais estratégias podem ser criadas a fim de pensar em promoção de saúde para esses profissionais para além de avaliar o processo de adoecimento?

Há pesquisas realizadas acerca do índice de adoecimento docente em diversos estados brasileiros. Araújo e Carvalho (2009), no estado da Bahia, realizaram um estudo a fim de avaliar as condições de trabalho e saúde de docentes, bem como seu índice de adoecimento. Gasparini; Barreto; Assunção (2005), no estado de Minas Gerais, realizaram uma pesquisa documental de dados da Gerência de Saúde do Servidor e Perícia Médica (GSPM), a fim de avaliar o índice de afastamentos do trabalho por motivos de saúde. Antunes (2014), no estado de São Paulo, cujo objetivo foi discutir o mal-estar e o adoecimento docente nas escolas públicas, analisou dados quantitativos, obtidos por meio da secretária de educação do estado. Mendes (2015), em Pernambuco, buscou discutir acerca da precarização do trabalho docente e seus efeitos na saúde dos professores, sendo avaliados, de forma qualitativa, uma amostra de 18 professores da prefeitura de Recife. Silva et al. (2012), buscaram descrever o perfil dos afastamentos por transtornos mentais e comportamentais em

servidores públicos do estado de Alagoas com dados obtidos através da Diretoria de Perícias Médicas, obtendo como resultado que a categoria que mais se afastou por motivos de doença foram professores, totalizando 45% da amostra. Soldatelli (2011), em Santa Catarina, realizou a aplicação de questionários em professores da rede pública de ensino de Florianópolis, com uma amostra de 165 profissionais, para avaliar o processo de adoecimento dos docentes. Silva et al. (2012), discorre que a maioria dos profissionais que se afastam das atividades laborais por motivos de doença, sendo eles em sua maioria docentes, estão enquadrados nos diagnósticos de transtornos mentais e comportamentais, descritos na Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde - Décima Revisão (CID-10). É notável as discussões sobre o adoecimento dos professores, mas e as discussões acerca de promoção de saúde dos docentes?

Duas pesquisas foram realizadas a fim de caracterizar o que os docentes compreendem por saúde. Uma delas realizada por Dora et al. (2012), com 11 professores de escolas estaduais e municipais do município de Uruguaiana-RS sendo realizadas entrevistas com os docentes. Todos os participantes da pesquisa destacaram como conceito de saúde a importância do “bem-estar físico e mental”. Após a realização da entrevista, os professores passaram por um curso de capacitação sobre saúde (parte de um projeto de formação continuada), e reaplicado o mesmo instrumento novamente após a finalização do curso. Novas categorias de respostas apareceram na definição de saúde, como por exemplo: qualidade de vida, situação social do indivíduo, alimentação, higiene, relações sociais, mente e corpo saudáveis. Outra pesquisa, realizada por Soares et al (2014), foi executada em uma escola estadual de São Paulo, com 45 professores de ensino fundamental e médio, que possuíam no mínimo 12 horas de jornada em sala de aula e avaliou o que os docentes compreendiam por saúde mental e saúde. Para 58% da amostra saúde é compreendida como “bem estar físico, mental e espiritual caminhando juntos”. Já o termo saúde mental foi definido pela maioria como “capacidade de estar livre de transtornos que lhe tiram o equilíbrio emocional”. Apareceram também respostas como “estar dentro do padrão médico estabelecido por essa área” e “equilíbrio das funções cerebrais, do sistema nervoso e dos impulsos nervosos” (SOARES et al., 2014).

Uma única pesquisa foi identificada buscando caracterizar aspectos de promoção de saúde. Na região metropolitana de Belo Horizonte, Vieira Júnior e Santos (2011) realizaram um estudo com profissionais de ensino fundamental que nunca foram afastados do ambiente de trabalho por motivos de doença, buscando identificar as estratégias de manutenção da saúde utilizadas por eles. Mesmo insatisfeitos com a questão salarial e a falta

de reconhecimento, os docentes justificam que não se sentem desmotivados em decorrência do amor ao que fazem e não se enxergam exercendo outra função. Os docentes procuram minimizar as condições inadequadas de infraestrutura das escolas trazendo recursos de casa ou de outros ambientes. Afirmam que não deixam de lado sua vida social, tendo momentos de lazer para combater o estresse, pois praticam exercícios físicos regularmente, cuidando da saúde e consideram que possuem autoestima elevada. Em sala de aula utilizam estratégias de trabalho em grupo para pouparem a voz e o desgaste físico, recursos audiovisuais, momentos de recreação e dinâmicas para tornar as atividades mais prazerosas.

Sabe-se que a docência é a profissão escolhida por milhões de pessoas em todo país; e que essa profissão exige dedicação a crianças, adolescentes, jovens e adultos. De acordo com Codo e Vasques-Menezes (1999), em uma escola o que ocorre é trabalho, e muito trabalho: complexo, num ritmo alucinado e coordenado. No entanto, percebe-se uma grande desvalorização desta atividade e, por consequência, do profissional.

A atividade docente deixou de produzir reforçadores importantes, que eram atribuídos pelo prestígio e respeito ao ofício, valorização da função do professor, sendo a escola vista como a extensão da família. Segundo Sorrato e Olivier-Heckler (1999), deixou de ser compensador ser professor, há uma importância atribuída à educação, porém, não há reconhecimento aos profissionais que desenvolvem esse trabalho. Para o autor, são precárias as condições de trabalho, faltam recursos materiais para que a função docente seja desempenhada, não há perspectiva de desenvolvimento de carreira, pouca flexibilidade e baixos salários, colocando a escola, em termos organizacionais, como uma das piores organizações para se prestar serviço.

A remuneração oferecida aos educadores é alvo de muitas críticas por parte dos profissionais que estão no mercado de trabalho, atuando como professores, que se encontram desmotivados a aperfeiçoarem-se ou investirem na carreira. A falta de condições de trabalho e recursos didáticos também são fatores que contribuem para o adoecimento docente a médio e longo prazo. Esteve (1999), relata que os profissionais encontram dificuldades em realizarem suas atividades pela falta de material didático disponível, carência de recursos para adquiri-los e baixa recompensa oferecida pelo seu trabalho.

O docente é avaliado pelos resultados de seu trabalho sem consideração ao processo ou às condições para realizá-lo. Esteve (1999), indica que a valorização do trabalho dos professores é vista apenas no sentido negativo. Para o autor, o profissional que cumpre sua carga horária ou até mesmo a excede, dedicando-se às atividades, propondo práticas alternativas de ensino e desempenha o exercício de sua profissão com qualidade, poucas vezes

é valorizado; não obstante, se pelo acúmulo de atividades ou qualquer outra circunstância o ensino fracassa, o professor é responsabilizado imediatamente, decorrendo inclusive, diversas consequências, como culpabilização e comentários depreciativos. Conforme Batista e Codo (1999), os professores são considerados bons apenas quando os alunos alcançam bom rendimento nas avaliações, obtêm altos índices de aprovação ou quando não é alta a porcentagem de absenteísmo nas aulas, não levando em conta o processo ensino-aprendizagem e o trabalho docente.

Os programas de ensino padronizados contribuem para o adoecimento de docentes, pois limita os profissionais em sua atuação, não permitindo que desenvolvam estratégias de ensino com base na necessidade de seus alunos, tornando o ensino dessa maneira, mero reproduzidor de informações. Esteve (1999), indica que em decorrência dos programas de ensino já estarem programados e padronizados, não é permitido ao professor fazer modificações no conteúdo e no material utilizado, o profissional acaba alienado em um processo de ensino de repetição, reproduzindo por diversas vezes as mesmas informações.

Para que o ensino se consolide é necessário que o professor desenvolva os programas de ensino com base no ritmo individual dos alunos, levando em conta a realidade em que os alunos se inserem, os comportamentos que já fazem parte de seu repertório e quais são os objetivos do processo de ensino. Kubo e Botomé (2001) discorrem que ao professor não se deve dar programas de ensino prontos, mas referenciais que os auxiliem a optar pelos procedimentos que irão gerar os resultados de interesse e as aprendizagens necessárias para o aluno. Os autores afirmam que sem conhecer os resultados que os alunos precisam apresentar, quais são as habilidades que eles precisam desempenhar, os professores correm o risco de não consolidarem o processo de ensino, mas apenas apresentarem informações, ministrando as aulas a partir de receitas dadas e cobrando adesão do aluno.

Na prática profissional de docentes há contradições, pois é de competência do professor acompanhar o desenvolvimento individual dos alunos, porém, no momento de avaliação desse aluno, ele é avaliado de acordo com regras grupais, com base em um plano de ensino coletivo, que não leva em conta o seu desenvolvimento individual. De acordo com Esteve (1999), espera-se que o professor seja um apoio aos alunos, contribuindo para seu desenvolvimento pessoal e ao mesmo tempo adote um papel de julgamento, avaliando o desempenho de cada um. Exige-se que o professor acompanhe os alunos, permitindo que se desenvolvam com autonomia, de acordo com suas habilidades, e ao mesmo tempo, que todos os indivíduos se comportem a partir das regras grupais, desenvolvendo o conhecimento a

partir de planos de ensino coletivos, que não permitem a expressão individual dos discentes (ESTEVE, 1999).

Diante de um contexto precário de trabalho, como apresentado pela literatura, que aspectos são reforçadores para que os docentes permaneçam atuando nessa profissão? Larocca e Girardi (2011) indicam que, além de gostarem da profissão, os professores sentem prazer na sua atividade laboral, escolheram a profissão por amor e se realizam por meio da aprendizagem dos seus alunos. Para Davoglio, Spagnolo e Santos (2017), os aspectos reforçadores para os docentes se constituem na gratificação obtida nos processos de ensino-aprendizagem e nas relações que constituem com os alunos. Nesse contexto, parece que os reforçadores ao trabalho docente são os produtos naturais às consequências da aprendizagem dos alunos, como proposto por Kubo e Botomé (2001).

Quando as condições de trabalho são precárias, como estratégia de promoção de saúde para conseguirem se manter na profissão alguns profissionais aderem ao absenteísmo, outros ao isolamento. Para Esteve (1999), o absenteísmo aparece como uma das estratégias mais utilizadas pelos professores para minimizar os efeitos da tensão provocada pelo exercício docente e é uma forma utilizada para buscar alívio ao estresse acumulado em decorrência da natureza do trabalho, recorrendo-se então a ausências trabalhistas por períodos curtos, que exigem apenas justificativas. Para o autor, o isolamento é outra característica comum aos professores que estão adoecendo em decorrência da atividade laboral, eles evitam falar sobre os problemas oriundos de sala de aula, evitam relatar ou discutir casos relacionados a sua atuação profissional, promovendo uma acumulação de problemas sem resolução

A comunicação entre os docentes é um fator que contribui para a promoção de sua saúde, na medida em que possibilita ao profissional compartilhar seus problemas, suas dificuldades, limitações, troca de experiências, conselhos e ideias com seus colegas e outros profissionais envolvidos no processo educacional (ESTEVE, 1999). De acordo com Sorrato e Olivier-Heckler (1999), a comunicação entre os docentes é fundamental para que o ensino não seja fragmentado, é necessário que haja uma troca entre os profissionais, inclusive de outras áreas, como parte da formação integral do aluno. Os processos comunicacionais podem se caracterizar como estratégias de promoção de saúde de docentes, seja por possibilitar acolhimento a questões pessoais, seja para promover condições eficazes de ensino.

Em decorrência do adoecimento dos docentes e das condições de trabalho a que estão submetidos, torna-se necessário articular soluções para que haja um aumento das condições reforçadoras de trabalho, contribuindo para a promoção de saúde dos profissionais.

De acordo com Esteve (1999), é necessário criar uma abordagem preventiva, com objetivo de retificar os modelos de formação, para que se adaptem às modificações ocorridas no sistema educacional e se adequem às exigências e aos problemas do ensino, finalizando a formação com o conhecimento acerca da realidade profissional que terão que atuar, evitando a prática docente em um contexto desconhecido com carência de recursos para sua atuação. Ainda de acordo com o autor, é necessário auxiliar os docentes a criarem estratégias que lhe possibilitem atenuar a implicação pessoal acerca dos problemas profissionais, minimizar os efeitos do adoecimento em decorrência do estresse que as limitações da atuação geram e criar condições para a melhoria do ensino.

As atividades desempenhadas no ambiente de trabalho e sua relação com o comportamento do trabalhador promovem dados necessários para entender o processo de trabalho, que sofre influência da história do trabalhador, de seu conhecimento e experiências. Para Botomé (2001), o comportamento é uma interação entre aquilo que um organismo faz e aspectos do ambiente no qual esse organismo está inserido. O ambiente é caracterizado tanto pelos aspectos físicos como pelos sociais (outros organismos que estejam ali presentes) e, também, pelo próprio corpo do organismo.

Em consonância com a definição de Botomé (2001), Franceschini (2009), indica que as relações de trabalho são resultados da interação da história prévia do trabalhador com o ambiente, ambos aspectos transpassados pela cultura. É necessário partir dessa definição, para compreender de que maneira o comportamento dos trabalhadores sofre influência do ambiente de trabalho. Oliver-Heckler (1999), afirmam que nem sempre o trabalho promove consequências para o trabalhador de forma positiva, pois no processo de trabalho muitos fatores como alegrias, frustrações, insatisfações e projetos de vida estão envolvidos e, portanto, muitas vezes não há para o trabalhador o reconhecimento do trabalho nos resultados gerados pelas suas ações da maneira como ele almeja, sendo gerador de sofrimento e tornando-se necessário, criar estratégias a fim de contribuir para a saúde dos trabalhadores.

De acordo com Silva et al. (2009), saúde no trabalho engloba promoção, recuperação, proteção e reabilitação da saúde dos trabalhadores que adoeceram em decorrência das condições do trabalho. Buss (2000), afirma que saúde pode ser entendida como bem-estar e qualidade de vida e não simplesmente como ausência de doença, visto que estratégias de qualidade de vida buscam não somente diminuir o risco de doença, mas criar condições adequadas nos mais diversos ambientes para produzir saúde e aumentar a qualidade de vida dos sujeitos. Para promover estratégias de saúde e qualidade de vida no trabalho é necessário que o foco esteja no trabalhador, que ele se sinta parte da equipe de trabalho, das

tomadas de decisão, sentindo-se confortável no ambiente de trabalho, para que, as condições de trabalho possam ser reforçadoras, promovendo a saúde do trabalhador.

Promoção de saúde, segundo Buss (2000) é uma estratégia utilizada para criar possibilidades e estratégias de saúde em um contexto onde existam agentes estressores ou inibidores de salubridade. Segundo Couto et al. (2016), essa criação de artifícios para a manutenção da saúde em ambientes laborais excessivamente decadentes parte de uma análise do ambiente, bem como a capacitação de profissionais para lidar com os agentes denegridores de saúde, modificando os comportamentos do cotidiano, melhorando assim a qualidade de vida em ambiente docente e, conseqüentemente a melhoria da qualidade do processo ensino-aprendizagem. O Ministério da Saúde (2002), também ratifica essa mesma posição, e enfatiza a mobilização de projetos e ações para a melhora da saúde em ambiente de docência escolar.

Para que estratégias de promoção de saúde possam ser articuladas, são necessários espaços de discussões e de formações. O Ministério da Saúde (2002), discorre que são necessárias reflexões individuais e coletivas acerca da saúde dos professores, tendo em vista o estresse diário a que os docentes estão submetidos, o esforço repetitivo que suas atividades de trabalho exigem e o enfrentamento das mais diversas situações diárias. Portanto, de acordo com Couto et al. (2016), faz-se necessário capacitação para os profissionais, para que desenvolvam a capacidade de modificar comportamentos do cotidiano, visando a melhoria da qualidade de vida, desenvolvendo a autonomia e as competências necessárias para o exercício da docência.

Promoção de saúde consiste em uma temática relevante para ser amplamente discutida nas escolas, tanto por alunos, quanto por professores, afim de que as discussões possam suscitar na implementação de estratégias de promoção de saúde no ambiente escolar. Couto et al. (2016), indica que as estratégias de promoção de saúde devem ser desenvolvidas de forma contínua, buscando uma diversidade nas interações e mudanças no contexto escolar. De acordo com Dora et al. (2012), além de ações para a promoção de saúde, os professores devem ser capacitados para tratar de saúde na escola de forma integral, estando a temática integrada ao currículo escolar, para que ações articuladas com toda a comunidade escolar sejam criadas, pensando a saúde dos sujeitos.

É importante caracterizar a percepção de professores da educação básica acerca de estratégias utilizadas para a promoção de sua saúde no contexto de trabalho para que profissionais que ainda são reféns do sistema precarizado de ensino possam criar estratégias próprias de promoção de saúde, ou ainda ter um modelo de atuação que contribua para a redução desses índices de adoecimento. Cursos de formação continuada acerca da temática



podem ser criados, a fim de auxiliar na implementação de estratégias de promoção de saúde para o curso de pedagogia, para os cursos de licenciatura e também para os profissionais já no mercado de trabalho na área da educação, com objetivo de discutir condições adequadas de trabalho, possibilitando um ambiente laboral mais saudável.

## **2 MÉTODO**

Para a caracterização metodológica da pesquisa delineou-se como descritiva; de abordagem qualitativa e de corte transversal. O projeto de pesquisa foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com seres humanos, sob número do CAAE 96220418.5.0000.5369.

Os participantes da pesquisa foram sete professores da rede básica de ensino de Florianópolis. Compreende-se por rede básica, docentes de 1º a 9º ano do ensino fundamental. Participaram profissionais de duas instituições públicas de ensino, que lecionam nos períodos matutino e vespertino, independente de sexo, idade, formação ou forma de contratação. Foram selecionados os professores que se disponibilizaram como voluntários para responder a pesquisa e aceitaram o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE). A idade dos participantes variou entre 24 e 56 anos, bem como o tempo de formação, variou entre 2 e 26 anos de carreira docente. Dos sete participantes entrevistados, 3 são do sexo feminino e 4 do sexo masculino, sendo 2 com formação em matemática, 2 com formação em geografia e 3 com formação em letras. Os profissionais possuem carga horária de trabalho entre 30 e 50 horas semanais, onde 5 professores atuam em somente uma escola e 2 professores atuam em duas escolas diferentes. Em relação a forma de contratação, 3 são efetivos e 4 são temporários.

A coleta de dados foi realizada por meio de uma entrevista semiestruturada, realizada no ambiente de trabalho dos participantes, durante horário de trabalho e tiveram duração média de 18 minutos. Na entrevista constaram perguntas de caracterização dos participantes, sobre o contexto de trabalho docente, compreensão dos profissionais acerca do que constitui saúde, estratégias de promoção de saúde utilizadas e as decorrências dessas estratégias.

O contato com os participantes foi realizado por meio da direção das escolas. Os diretores apresentaram a proposta aos docentes, convidando-os a participarem da pesquisa. Aqueles que se enquadravam nos critérios de seleção para a participação e aceitaram

participar da pesquisa as entrevistas foram agendadas. As entrevistas foram gravadas em áudio.

Após a coleta de dados, as entrevistas foram transcritas e foi realizada categorização de dados, agrupando as informações coletadas em categorias definidas *a priori* e subcategorias definidas *a posteriori*. Em decorrência desse procedimento foram elaboradas 14 categorias e 67 subcategorias.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para a compreensão acerca das estratégias de promoção de saúde utilizadas por docentes, é necessário caracterizar o trabalho desses profissionais. Para tal se faz necessário contextualizar o trabalho docente, o ambiente físico e social em que eles estão inseridos, quais as atividades desempenhadas, benefícios e malefícios de profissão, que responda de forma satisfatória o anseio em buscar respostas que caracterizem a percepção de professores da educação básica acerca de estratégias utilizadas para a promoção de sua saúde no contexto de trabalho.

Na Tabela 1 são representados os indicadores referentes à escolha da profissão, a avaliação sobre o contexto de trabalho em que os professores estão inseridos e quais os reforçadores para se manterem na profissão. Na Tabela são apresentadas categorias, subcategorias e a quantidade bruta de participantes cujas respostas correspondem a cada subcategoria.

Tabela 1 – Ocorrência bruta de indicadores de escolha e manutenção da profissão docente.

<b>Categoria</b>	<b>Subcategoria</b>	<b>Quantidade</b>
Escolha da profissão	Prazer	2 (S1, S4)
	Identificação	3 (S2, S6, S7)
	Única opção que tinha	1 (S3)
	Influência	2 (S5, S6)
Avaliação sobre a profissão	Desgastante	4 (S1, S5, S6, S7)
	Salários baixos	4 (S1, S2, S5, S7)
	Ambiente de trabalho precário	2 (S1, S7)
	Falta de material	2 (S6, S7)
	Desvalorização do professor	3 (S2, S4, S5)
	Desrespeito por parte dos alunos	1 (S3)
	Gratificante	2 (S4, S6)
Reforçadores da profissão	Acreditar na educação	1 (S1)
	Os alunos	4 (S1, S3, S4, S6)
	Necessidade do trabalho	1 (S1)
	Esperança da valorização	1 (S2)
	Boa relação com colegas de trabalho	1 (S4)
	Investimento em formação	2 (S5, S7)

Fonte: Elaboração da autora, 2018.

De acordo com os dados apresentados na Tabela 1, identifica-se que a escolha da profissão é atribuída majoritariamente à identificação com o trabalho (3). O prazer em trabalhar com educação (2) e a influência de familiares e amigos (2) também são fatores que se destacaram na resposta dos participantes acerca da escolha profissional. Apenas um participante atribuiu a escolha à falta de opção, alegando que era o que tinha disponível.

É possível perceber que para a maioria a escolha profissional se deu pela identificação com a área, no prazer pela função exercida, como apresentado na fala de S1: “Independente dos problemas que eu já enfrentei, que foram vários, eu tenho prazer em dar aula”. Ostrovski, Sousa e Raitz (2017), indicam que a escolha profissional é um desafio, que sofre influência de fatores familiares e sociais e têm impacto das expectativas em relação à carreira e a prática profissional.

A profissão foi avaliada pelos participantes da pesquisa, conforme a Tabela 1, predominantemente como desgastante (4) e com baixos salários (4). A desvalorização dos professores também se destacou (3). Outros fatores apareceram como o ambiente de trabalho precário (2), falta de material (2), a satisfação de ser uma profissão gratificante (2) e o desrespeito dos alunos (1).

A maioria dos entrevistados avalia a profissão como desgastante e de baixa remuneração. O S5 relata que “a profissão está muito desgastante, não é valorizada, nem pelas famílias e nem pelo governo” e o S7 indica que “os salários são baixos, não incentivando o professor a continuar na profissão”. É possível avaliar que a escolha profissional por identificação com a área tem um alto custo de manutenção da profissão, que é avaliada como desgastante e possui baixa remuneração.

Esteve (1999), indica que na sociedade brasileira há uma falta de apoio e reconhecimento social pela profissão docente e também nas recompensas financeiras oferecidas pela prestação do serviço. Para Sorrato e Olivier- Heckler (1999), os profissionais da educação contam com baixa remuneração, na maioria dos casos não possuem um planejamento de carreira, não há um programa de remuneração baseado no desempenho individual de cada um, não levando em conta as formações do profissional, acarretando numa desvalorização da profissão e um desânimo do professor, deixando de investir em formação ou estratégias inovadoras de ensino, por não haver recompensas por seu esforço. A atividade docente tornou-se uma profissão bastante desgastante, onde o ambiente de trabalho, seus recursos e a remuneração destinada a esses profissionais contribuem para essa condição.

Conforme apresentado na Tabela 1, é possível observar que os profissionais atribuem aos alunos (4) o principal reforçador para se manterem na profissão. O investimento em formação (2) também se destacou. Outros fatores que os profissionais atribuíram como reforçadores foram a necessidade do trabalho (1), a esperança da valorização da profissão (1), a boa relação com colegas de trabalho (1) e por acreditarem na educação (1).

Os alunos são caracterizados como os principais reforçadores dos docentes a permanecerem na profissão. A maioria dos participantes da pesquisa indicam essa afirmação, como é possível demonstrar através do relato do S1: “os alunos motivam, perceber o empenho deles, o resultado na aprendizagem é bem legal”. Corroborando com essa ideia Davoglio, Spagnolo e Santos (2017), discorrem que os aspectos reforçadores para os docentes se constituem na gratificação obtida nos processos de ensino-aprendizagem e nas relações que constituem com os alunos.

Através da análise das categorias da Tabela 1 evidenciaram-se diferentes fatores que motivaram a escolha profissional, como prazer e identificação, que não se mantiveram no exercício diário da profissão, gerando uma avaliação negativa das condições laborais. Os reforçadores indicados pelos docentes para a manutenção da atividade profissional vão ao encontro da avaliação que realizaram sobre a profissão. Visto que apesar de indicarem a profissão como desgastante, com baixa remuneração, apontam também como gratificante, através do retorno que recebem dos alunos, sendo esses os principais motivadores a continuarem na profissão.

### 3.1 PERCEPÇÃO DE PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA ACERCA DA DEFINIÇÃO DE SAÚDE

A saúde deve ser entendida como um aspecto importante, promotor de qualidade de vida no trabalho. Possibilidades de ações para promoção de saúde acerca das necessidades de trabalho dos docentes devem ser criadas, transformando o ambiente laboral e a qualidade de vida dos profissionais da educação.

A partir da Tabela 2 é possível identificar qual a percepção dos docentes acerca da definição de saúde. Na Tabela são apresentadas categorias, subcategorias e a quantidade bruta de participantes cujas respostas correspondem a cada subcategoria.

Tabela 2 – Indicadores da percepção dos participantes acerca da definição de saúde no trabalho.

<b>Categoria</b>	<b>Subcategoria</b>	<b>Quantidade</b>
Definição de saúde no trabalho	Bem-estar	4 (S1, S2, S4, S5)
	Condições de trabalho	2 (S1, S2)
	Respeito	2 (S3, S4)
	Alimentação	1 (S4)
	Equilíbrio emocional	2 (S4, S6)
	Ambiente de trabalho	1 (S7)

Fonte: Elaboração da autora, 2018.

A partir da Tabela 2, avalia-se que os docentes, em sua maioria, atribuem a definição de saúde no trabalho ao bem-estar (4). Outros fatores que apresentaram relevância na definição de saúde são atribuídos às condições de trabalho (2), ao respeito (2) e ao equilíbrio emocional (2). Nas respostas dos participantes, também identificou-se definições que abrangem alimentação (1) e ambiente de trabalho (1).

Predominantemente os participantes da pesquisa associam a saúde no trabalho com o bem-estar, referindo-se a saúde de forma integral. Em consonância com a definição que os participantes atribuíram está a definição da Organização Mundial da Saúde (OMS) que se refere à saúde como “o estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença”.

Na avaliação dos participantes a definição de saúde no trabalho pode ser demonstrada na fala do S2 e do S4, que relatam que “a saúde no trabalho é você trabalhar, estar bem disposto e ter prazer em fazer aquilo, o que não acontece muito com a gente” e que “saúde no trabalho é uma mistura de alimentação, bem-estar, um fluxo de amor entre as pessoas”. Moretti e Treichel (2003), indicam que a saúde e a qualidade de vida no trabalho devem ser definidas destacando aspectos importantes como: a participação dos funcionários nas decisões, a eficácia organizacional e o bem estar dos trabalhadores. Em estratégias de saúde e qualidade de vida no trabalho, é necessário que o foco esteja no trabalhador, que ele se sinta parte da equipe de trabalho, das tomadas de decisão, sentindo-se confortável no ambiente de trabalho, para que a organização de trabalho possa ser promotora de saúde ao trabalhador.

A partir dos dados apresentados na Tabela 1, é possível identificar que os participantes atribuem saúde ao bem estar e avaliam que o ambiente de trabalho docente não possibilita isso aos trabalhadores, como pode ser percebido na fala do S4 ao indicar que “estar disposto e ter prazer em trabalhar, não é o que acontece muito com a gente”. A saúde do

trabalho deve ser avaliada com foco no trabalhador, pensando em ações que contribuem para um ambiente de trabalho mais saudável, visando aumentar a qualidade de vida dos trabalhadores e seu rendimento no trabalho.

### 3.2 PERCEPÇÃO DE PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA ACERCA DE FATORES MOTIVADORES À UTILIZAÇÃO DE ESTRATÉGIAS PARA PROMOÇÃO DE SAÚDE

A busca por promoção de saúde é uma constante na vida das pessoas. No contexto de trabalho docente não é diferente. Para os professores utilizarem de diferentes estratégias para promover saúde no trabalho é necessário que haja uma percepção da necessidade destas.

Na Tabela 3 é possível avaliar aspectos antecedentes à utilização de estratégias para a promoção de saúde. Para isso, caracteriza-se se os participantes da pesquisa consideram-se saudáveis, se o trabalho permite que sejam saudáveis, como são as relações com alunos, pais de alunos e colegas de trabalho e de que maneira percebem que há algo na saúde que requer atenção. Na Tabela são apresentadas categorias, subcategorias e a quantidade bruta de participantes cujas respostas correspondem a cada subcategoria.

Tabela 3 – Indicadores de aspectos antecedentes à utilização de estratégias de promoção de saúde no trabalho.

<b>Categoria</b>	<b>Subcategoria</b>	<b>Subcategoria</b>	<b>Quantidade</b>
Considera-se saudável	Sim		3 (S2, S3, S5)
	Não		4 (S1, S4, S6, S7)
Trabalho permite estar saudável	Sim	Estratégias alternativas no trabalho	3 (S3, S4, S5)
		Carga horária	3 (S1, S2, S7)
	Não	Trabalho desgastante	2 (S2, S3)
		Volume de trabalho	5 (S1, S2, S4, S6, S7)
		Falta de tempo para relaxar	2 (S1, S2)
		Falta de tempo para planejamento	2 (S1, S2)
		Estrutura das escolas	3 (S5, S6, S7)
Relações de trabalho	Colegas	Boa relação profissional	3 (S2, S3, S7)
		Relação amigável e troca de experiências	2 (S4, S5)

	Alunos	Boa relação	4 (S1, S2, S3, S4)
		Relação conflituosa	2 (S6, S7)
	Pais	Boa relação	1 (S3)
		Pouca participação dos pais	3 (S4, S6, S7)
Indicadores de que algo na saúde requer atenção	Cansaço	Físico	3 (S2, S4, S6)
		Mental	3 (S1, S4, S5)
	Baixo rendimento		1 (S1)
	Estresse		3 (S2, S3, S6)
	Dores físicas		3 (S4, S6, S7)

Fonte: Elaboração da autora, 2018.

A partir dos dados representados na Tabela 3, identifica-se que a maioria dos participantes não se consideram saudáveis (4). Sobre o trabalho permitir estar saudável, através de uma análise estatística das respostas dos participantes, 85% das respostas que apareceram, afirmam que o trabalho docente não possibilita que o trabalhador seja saudável, sendo apontados indicadores desse dado em 17 respostas. Os fatores que os profissionais consideram para o trabalho não possibilitar estar saudável são: Volume de trabalho (5), carga horária (3), estrutura das escolas (3), trabalho desgastante (2), falta de tempo para relaxar (2) e falta de tempo para planejamento (2). Apenas uma subcategoria foi identificada acerca da possibilidade de estar saudável no trabalho docente, que foi a utilização de estratégias alternativas ao trabalho (3).

Na avaliação dos participantes a função exercida no trabalho não permite que estejam saudáveis e atribuem isso majoritariamente ao volume de trabalho, a carga horária e a estrutura das escolas. Os profissionais discorrem, como representado na fala de S2 que: “tem muito trabalho externo, que as pessoas nem imaginam, que é preparar aulas, corrigir provas, implantar as notas no sistema, é muito cansativo e é um volume muito grande de trabalho”. E também relatam que a escola consome todo o tempo diário, como representa a fala do S6 “A gente não tem tempo, está sempre em função da escola. A estrutura é ruim, ventiladores não funcionam, é calor. A relação com os alunos e pais muitas vezes é estressante”.

Diversos fatores relacionados ao ambiente de trabalho e a atividade desempenhada exercem influência nos docentes, produzindo sofrimento e gerando o adoecimento. De acordo com Esteve (1999), há fatores que estão ligados diretamente sobre a ação do professor e que causam tensões associadas a emoções negativas e outros fatores, que fazem referência ao ambiente físico em que as ações são desempenhadas, ou seja, as

condições ambientais em que se desenvolvem as atividades docentes. O autor afirma que as ações acerca do contexto em que se exercem a docência são indiretas, afetando na motivação dos profissionais, na eficácia do seu trabalho, gerando uma diminuição do esforço em desempenhar as atividades laborais.

As subcategorias avaliadas pelos participantes da pesquisa ao indicarem que o trabalho não permite que estejam saudáveis vão ao encontro da avaliação realizada acerca da profissão apresentada na Tabela 1. O volume de trabalho, a carga horária, a desvalorização profissional, a estrutura das escolas, são fatores que contribuem para o trabalho tornar-se desgastante, corroborando a avaliação realizada pelos participantes. Sorrato e Olivier-Heckler (1999) indicam que as condições de trabalho dos professores são precárias em diversas organizações, pois não há infraestrutura, faltam materiais básicos de uso diário, os locais estão em péssimas condições de uso, tornando-se muitas vezes insalubres para os profissionais e alunos, desgastando os profissionais que tem de atuar nessas condições.

Quanto às relações no ambiente de trabalho, é possível avaliar a partir da Tabela 3 que os docentes possuem uma boa relação profissional com os colegas de trabalho (3), porém essa relação é apenas de trabalho. Alguns participantes têm uma relação amigável com troca de experiências com os colegas de trabalho (2). No relacionamento com os alunos a maioria dos docentes afirma ter uma boa relação (4), uma minoria indica que a relação com os alunos é conflituosa (2). A relação com os pais de alunos foi a subcategoria que menos apareceu na Tabela 3, e a maioria aponta a pouca participação dos pais na escola (3), apenas um participante traz uma boa relação com os pais.

As relações no ambiente de trabalho aparecem de forma positiva na maioria das respostas dos participantes. Uma boa relação com os colegas de trabalho na avaliação dos participantes é promotora de saúde, na medida em que permite que compartilhem problemas, soluções e angústias, como é demonstrada na fala de S4: “Colegas de trabalho influenciam diretamente, é onde você pode conversar sobre os problemas que acontecem em turmas que ambos conhecem, ou então sobre alguma situação que eu passei e que meu colega vai conseguir me ouvir e orientar, é uma relação essencial para manter o equilíbrio”. Em consonância com a percepção dos docentes Esteve (1999) aponta que a comunicação entre os docentes é um fator que contribui para a promoção de sua saúde, na medida em que possibilita ao profissional compartilhar seus problemas, suas dificuldades, limitações, troca de experiências, conselhos e ideias com seus colegas e outros profissionais envolvidos no processo educacional.



A maioria dos profissionais declara que a relação com os alunos é boa, o que contribui para a indicação dos alunos como principais reforçadores da profissão docente, conforme apresentado na Tabela 1. Os profissionais indicam que o retorno que recebem dos alunos é gratificante, pois assim percebem que o processo ensino-aprendizagem consolidou-se. S1 avalia que “os alunos motivam, perceber o empenho deles, o resultado que produzem é bem legal”. É possível avaliar, através das contribuições de Kubo e Botomé (2001), que a relação entre o que o professor faz e a aprendizagem dos alunos é caracterizado ensino. Portanto o retorno que os participantes recebem dos alunos, sobre a consolidação do ensino, é o que define o processo de ensinar.

A subcategoria que menos aparece na resposta dos participantes é a relação com os pais. O entrevistado S6 indica que há “falta de consideração e participação das famílias”, e apresentam pouco contato com eles como é demonstrado na fala de S4: “Pais de alunos eu tenho bem pouco contato, não sei se isso é bom ou ruim, é um sintoma”. Esteve (1999) apresenta que os docentes queixam-se da baixa participação dos pais no processo educacional e acerca da implicação em passar valores básicos aos filhos, como respeito, cortesia e disciplina, atribuindo essa função aos docentes e retirando-a da responsabilidade da família.

Na Tabela 3 os participantes indicam que percebem que algo na saúde requer atenção através do cansaço físico (3) e mental (3), do estresse (3), das dores físicas (3) e do baixo rendimento (1). Os participantes atribuem sinais tanto emocionais, quanto físicos ao perceberem que algo na saúde requer atenção. Referentes a fatores físicos o S6 indica que “o cansaço físico também é algo que noto, sendo necessário tomar um relaxante muscular pra conseguir dormir e trabalhar no dia seguinte”. No que se refere a fatores psicológicos o S4 indica “melancolia, cansaço mental”.

O ambiente físico em que os professores estão inseridos, as altas demandas de trabalho, a desvalorização profissional, tornam a função docente extremamente desgastante. Em decorrência desse contexto aversivo de trabalho os profissionais sentem-se cansados fisicamente e mentalmente, estressados e acabam sintomatizando em dores físicas, sendo necessário a utilização de estratégias de promoção de saúde para conseguirem se manter atuando na atividade docente.

### 3.3 PERCEPÇÃO DE PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA ACERCA DAS ESTRATÉGIAS ADOTADAS PARA PROMOÇÃO DE SAÚDE NO CONTEXTO DE TRABALHO

A partir da caracterização do contexto de trabalho docente como um ambiente gerador de estresse e adoecimento aos profissionais, busca-se identificar de que maneira pode ser possível promover saúde nesse ambiente de trabalho. Algumas estratégias são utilizadas pelos docentes diariamente, visando à manutenção de sua saúde no contexto de trabalho.

Na Tabela 4 são representadas as estratégias que os docentes utilizam para a promoção de sua saúde. São caracterizadas quais estratégias são utilizadas para se sentirem saudáveis, o que fazem para tornar o ambiente de trabalho saudável, como a organização das aulas permite que se sintam saudáveis e o que fazem quando algo na saúde requer atenção. Na Tabela são apresentadas categorias, subcategorias e a quantidade bruta de participantes cujas respostas correspondem a cada subcategoria.

Tabela 4 – Indicadores de estratégias de promoção de saúde utilizadas no trabalho.

<b>Categoria</b>	<b>Subcategoria</b>	<b>Quantidade</b>
Ações se sentirem saudáveis	Relaxar	2 (S1, S6)
	Cuidar da alimentação	5 (S1, S2, S4, S5, S6)
	Dormir bem	2 (S2, S5)
	Praticar atividades físicas	6 (S1, S2, S3, S4, S6, S7)
	Sair	4 (S1, S3, S6, S7)
	Realizar atividades prazerosas	3 (S2, S4, S7)
	Terapia	2 (S6, S7)
	Se acalmar antes de agir	2 (S3, S5)
	Compartilhar problemas com colegas de profissão	2 (S1, S5)
	Conversar	4 (S1, S4, S5, S7)
	Não levar trabalho pra casa	1 (S1)
Ações para tornar o ambiente de trabalho saudável	Utilizar estratégias de ensino diferentes	1 (S1)
	Dialogar com alunos	4 (S1, S3, S5, S6)
	Preparar-se para as aulas	1 (S2)
	Relacionar-se bem com colegas de trabalho	2 (S4, S6)
	Utilizar estratégias que evitem o estresse	2 (S5, S6)
	Passar mais atividades	1 (S4)
Ações de organização das aulas para estarem saudáveis	Utilizar estratégias de ensino diferentes	3 (S4, S6, S7)
	Planejar as aulas	4 (S1, S3, S5, S6)
	Organizar atividades participativas	2 (S1, S6)
	Repetir planejamento antigo	1 (S2)
Ações quando algo na saúde requer atenção	Descansar	2 (S1, S2)
	Afastar-se da escola	3 (S1, S3, S6)
	Buscar atendimento especializado	3 (S4, S5, S6)
	Realizar atividades prazerosas	2 (S3, S4)
	Tomar medicamento	1 (S7)

Fonte: Elaboração da autora, 2018.

Na Tabela 4, é possível perceber que para sentirem-se saudáveis a maioria dos docentes utilizam como estratégias a prática de atividades físicas (6), o cuidado com a alimentação (5), sair (4) e conversar (4). Outras estratégias que são utilizadas pelos professores participantes são: realizar atividades prazerosas (3), relaxar (2), dormir bem (2), terapia (2), se acalmar antes de agir (2), compartilhar problemas com colegas de profissão (2) e não levar trabalho para casa (1).

O cuidado com o corpo através de exercícios físicos e do cuidado com a alimentação é realizado pelos docentes como principal maneira para sentirem-se saudáveis. Os docentes avaliam que a prática de esportes contribui para a manutenção da saúde física e mental, pois descarregam no exercício a tensão provocada pelo dia-a-dia de trabalho. A alimentação é avaliada com bastante importância pelos docentes, que indicam que uma má alimentação têm influência direta na saúde, como pode ser percebido no relato de S5: “Primeiro lugar é a alimentação, tenho alimentação equilibrada porque sei que isso é importante, me alimento de três em três horas e sempre tenho minhas frutas, porque sei que uma má alimentação vai ter reflexos diretos no meu corpo, fazendo com que eu adoça”.

Para tornarem o ambiente de trabalho saudável, de acordo com o que é apresentado na Tabela 4, os docentes utilizam como estratégia majoritariamente o diálogo com os alunos (4). Outras estratégias que se destacam nas respostas dos docentes caracterizam-se pelo bom relacionamento com colegas de trabalho (2) e na utilização de estratégias que evitem o estresse (2). Alguns docentes ainda utilizam estratégias de ensino diferentes (1), preparam-se para as aulas (1) e optam por passar mais atividades aos alunos (1) como estratégias de promoção de saúde.

No ambiente de trabalho, os participantes indicam que o diálogo com alunos é a estratégia de promoção de saúde utilizada pela maioria. S4 relata que “com os alunos é mais interessante bancar ser o amiguinho deles, do que ser contra, até mesmo porque eles têm ótimas táticas de enlouquecimento, não dá pra dar mole”. Diversos participantes relatam que conversar com os alunos contribui para a saúde porque ao tentarem se impor, “bater de frente”, utilizar da relação de poder estabelecida, nunca obtiveram sucesso, acabavam apenas estressando-se e não conseguiam atingir os objetivos.

Os docentes apontam o relacionamento com os alunos como promotor de saúde, mas indicam na justificativa argumentos bastante contraditórios, como é explicitado na fala do S4: “eles têm ótimas táticas de enlouquecimento, não dá pra dar mole”. Atribuem a resposta a fatores positivos, de promoção de saúde, porém, é possível perceber uma estratégia de fuga na

relação, onde os professores buscam não enfrentar os alunos, que nesse caso representam estímulos aversivos.

O bom relacionamento, tanto com alunos, como com colegas, contribuem para a saúde docente, de modo que tornam o ambiente de trabalho mais agradável, gerando menos estresse e desgaste na função exercida. Em consonância com a avaliação dos docentes Esteve (1999), discorre que a partir da relação com alunos e colegas, há a possibilidade de auto realização na atividade docente, na medida em que o profissional se sente motivado a criar condições inovadoras de ensino, que expresse o papel que desempenha na instituição escolar.

No que se refere à organização das aulas e como ela permite que os docentes se sintam saudáveis, é possível perceber na Tabela 4 que a maioria dos participantes planeja as aulas (4) e utiliza estratégias de ensino diferentes (3). Outras estratégias como organizar atividades participativas (2) e repetir planejamento antigo (1) também são utilizadas.

Majoritariamente como estratégia de promoção de saúde os docentes buscam planejar suas aulas, organizando diferentes estratégias de ensino, bem como atividades participativas. A autonomia dos profissionais em planejar suas atividades e escolher a melhor maneira de apresentar o conhecimento aos alunos é promotora de saúde, visto que a literatura indica que a falta de autonomia docente em promover novas estratégias de ensino contribui para o adoecimento, pois o processo de ensino-aprendizagem fica condicionado a um processo de repetição. Demonstrando essa afirmação, Sorrato e Olivier-Heckler (1999) declaram que se a organização não for flexível, exigindo uma padronização das atividades, o trabalhador se torna privado de sua liberdade de ação, alienando-se a um processo de trabalho já definido, que lhe acarretará sofrimento.

A relevância da autonomia no planejamento e implementação de novas estratégias de ensino pode ser reforçada com os dados apresentados na Tabela 3, que indicam que a única maneira que o trabalho docente permite para os participantes estarem saudáveis é a partir da utilização de estratégias alternativas no trabalho. Os participantes S3 e S4 indicam que “a escola possibilita que planejem coisas diferentes” e que “é possível ter autonomia no trabalho, decidindo o que trabalhar em aula”. Portanto, é possível avaliar que a utilização de novas estratégias de ensino, que contribuirão para que o ensino se consolide de maneira eficaz, com maior participação dos alunos, contribuirá também, para a promoção de saúde dos docentes.

A partir da Tabela 4 também é possível identificar as estratégias que os docentes utilizam quando percebem que algo na sua saúde requer atenção. A maioria dos profissionais busca afastar-se da escola (3) e buscar atendimento especializado (3). Outras estratégias

utilizadas pelos participantes são: descansar (2), realizar atividades prazerosas (2) tomar medicamentos (1).

Na maioria dos casos as respostas apresentadas pelos professores participantes ao notarem que algo na saúde requer atenção é o afastamento do ambiente de trabalho e a procura por atendimento especializado. O absenteísmo é utilizado como uma das estratégias mais utilizadas pelos docentes de acordo com Esteve (1999), buscando alívio ao estresse acumulado em decorrência da natureza do trabalho. É possível identificar a relação do argumento apresentado pelo autor com o relato de S6: “Eu me afasto um pouco, pego alguns dias de atestado. Procuo sempre me afastar um pouco da escola, esquecer os problemas de lá, sair, fazer outras atividades, pra depois conseguir retornar a rotina de trabalho”. O absenteísmo é utilizado pelos docentes com objetivo de afastar-se do ambiente que promove adoecimento.

O absenteísmo pode ser compreendido como um procedimento de fuga e esquiva dos docentes, na medida em que a falta é uma resposta apresentada pelos profissionais a fim de não precisar enfrentar o ambiente aversivo de trabalho. Para Dupont (2007), a fuga e a esquiva são maneiras de prevenir ou eliminar um estímulo ou uma situação aversiva. No caso da profissão docente, o absenteísmo é utilizado de modo a não precisar enfrentar o ambiente precário de trabalho, com alta carga horária, grande volume de tarefas, onde não se sentem valorizados e reconhecidos por seu trabalho.

### 3.4 PERCEPÇÃO DE PROFESSORES DA EDUCAÇÃO BÁSICA ACERCA DAS DECORRÊNCIAS DE ESTRATÉGIAS PARA PROMOÇÃO DE SAÚDE.

Os profissionais docentes utilizam de diversas estratégias a fim de se manterem saudáveis no ambiente de trabalho. Caracterizar as decorrências de estratégias de promoção de saúde é importante para avaliar a eficácia das ações que estão sendo utilizadas pelos profissionais.

São apresentados na Tabela 5 dados acerca das consequências das estratégias de promoção de saúde. Caracteriza-se, portanto as decorrências das estratégias e se os participantes consideram as estratégias que utilizam eficazes. Na Tabela são apresentadas categorias, subcategorias e a quantidade bruta de participantes cujas respostas correspondem a cada subcategoria.

Tabela 5 – Indicadores de aspectos consequentes à utilização de estratégias de promoção de saúde no trabalho.

<b>Categoria</b>	<b>Subcategoria</b>	<b>Subcategoria</b>	<b>Quantidade</b>
Decorrências das estratégias	Alívio		1 (S1)
	Saúde em segundo plano, não utilizando estratégias		1 (S2)
	Aulas mais produtivas		2 (S3, S4)
	Controle da situação		1 (S5)
	Sinto-me melhor		2 (S6, S7)
Estratégias são eficazes	Sim	Aulas melhores	1 (S1)
		Bem-estar	2 (S2, S7)
		Menos estresse	3 (S3, S4, S5)
		Diminui o desgaste	1 (S5)
	Não	Há necessidade de mudança das estratégias	1 (S1)
		Estratégias planejadas não tiveram efeito	2 (S4, S5)
		Ambiente de trabalho não permite que as estratégias sejam eficazes	2 (S6, S7)

Fonte: Elaboração da autora, 2018.

Na Tabela 5 identificam-se as decorrências da utilização de estratégias de promoção de saúde, que os docentes indicam majoritariamente que as consequências destas estratégias são aulas mais produtivas (2) e que se sentem melhores (2). Outras decorrências apontadas pelos participantes são: alívio (1), o controle da situação (1) e a não utilização de estratégias, deixando a saúde em segundo plano (1).

São apresentados na Tabela 5 dados referentes a uma avaliação acerca da eficácia das estratégias de promoção de saúde utilizadas pelos participantes. Em 58,3% das respostas dos participantes, aparecem subcategorias indicando que as estratégias utilizadas são eficazes e apontam como decorrências menos estresse (3), bem-estar (2), aulas melhores (1) e menos desgastantes (1). Em 41,6% das respostas dos participantes aparecem indicadores de que as estratégias utilizadas não são eficazes, avaliam que na maioria dos casos as estratégias planejadas não tiveram efeito (2) e que o ambiente de trabalho não permite que as estratégias utilizadas sejam eficazes (2). Um participante apontou que há necessidade de mudança nas estratégias utilizadas e a esse fator atribui à ineficácia.

Através da análise estatística das respostas dos participantes, é possível perceber que a maioria das respostas apontam as estratégias de promoção de saúde como eficazes e como decorrência os profissionais atribuem menos estresse no trabalho e bem-estar. Porém, todos os participantes apontaram aspectos que caracterizam eficácia e ineficácia das

estratégias, como pode ser visto na Tabela 5, na coluna de quantidade, onde são apresentados os participantes que responderam sobre cada subcategoria.

É possível avaliar que as estratégias utilizadas pelos participantes ainda não são suficientes para promover a saúde no trabalho, tendo em vista que a maioria dos profissionais não consideram-se saudáveis e indicam que o trabalho não possibilita que eles estejam saudáveis, como pode ser analisado na Tabela 3.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O contexto de trabalho docente se apresenta como um ambiente com condições de trabalho aversivas para os profissionais que lidam com um volume grande de trabalho, estruturas físicas precárias, cargas horárias altas e com desvalorização da profissão. São necessárias a utilização de estratégias de promoção de saúde para que os docentes possam manterem-se atuando profissionalmente na função que desempenham.

A escolha pela docência é atribuída à identificação com a área e ao prazer em ministrar aulas, porém é possível avaliar, que a profissão conta com um alto custo de manutenção, pois a função docente é avaliada como desgastante, onde os profissionais sofrem com o acúmulo de tarefas e a falta de tempo para realizá-las. Os alunos se apresentam como os principais reforçadores dos docentes a continuarem na profissão, a troca estabelecida da relação professor-aluno é gratificante e vista pelos docentes como motivadora.

Na percepção dos docentes o trabalho não permite que sejam saudáveis por conta da carga horária que possuem, da estrutura das escolas e do volume de trabalho que precisam dar conta diariamente. A maioria dos professores não consideram-se saudáveis e percebem-se cansados, fisicamente e mentalmente, estressados e com diversas dores físicas em decorrência da função docente. Por esses fatores, é necessário identificar a percepção de professores da educação básica acerca de fatores motivadores à utilização de estratégias para promoção de saúde, afinal, o contexto de trabalho em que estão inseridos, são os indicadores para a utilização de estratégias de promoção de saúde.

Em busca de sua saúde os docentes costumam praticar atividades físicas regularmente, cuidar da alimentação, realizar atividades prazerosas e conversar com amigos e familiares compartilhando os problemas. No trabalho as estratégias utilizadas são de manter um bom relacionamento com os alunos e planejar as aulas utilizando estratégias de ensino diferentes, buscando promover sua saúde e uma maior participação dos alunos nas aulas. Quando as estratégias que utilizam no trabalho não são suficientes para a manutenção da

saúde, os professores buscam afastar-se do ambiente de trabalho e buscar atendimento especializado.

A partir da identificação da percepção de professores da educação básica acerca das decorrências de estratégias para promoção de saúde, identificou-se que através da utilização das estratégias de promoção de saúde os docentes percebem suas aulas mais produtivas e se sentem melhores. Muitos docentes, porém avaliam que o ambiente de trabalho muitas vezes não possibilita que as estratégias sejam eficazes e que há necessidade de mudança nas estratégias que estavam sendo utilizadas em decorrência de sua ineficácia.

A pesquisa realizada abre discussão para que seja produzido mais conhecimento científico acerca da temática, tendo em vista sua relevância social. Pode-se pensar a partir do conhecimento produzido, na implementação de cursos de formação continuada ou na implementação de disciplinas nos cursos de pedagogia e nas licenciaturas acerca de estratégias de promoção de saúde. Dessa maneira, os profissionais em formação ou profissionais já no mercado de trabalho poderão elaborar suas estratégias a fim de manter condições adequadas de trabalho e um ambiente laboral mais saudável.

Para a Psicologia através do campo de atuação profissional nas escolas, é possível pensar a partir de sua atuação na criação e implementação das estratégias que os docentes possam vir a utilizar, criando melhores condições de trabalho e aumentando assim a qualidade de vida desses profissionais. É possível transformar o ambiente de trabalho docente, minimizando os efeitos insalubres que os profissionais estão expostos diariamente, contribuindo para um espaço de trabalho humanizado.

A partir do objetivo geral do estudo de caracterizar a percepção de professores da educação básica acerca de estratégias utilizadas para a promoção de sua saúde no contexto de trabalho, foi possível identificar que os docentes utilizam diversas ações buscando promover sua saúde no ambiente de trabalho. As estratégias que os participantes da pesquisa utilizam contribuem para a manutenção da saúde no trabalho, porém, ainda não são suficientes, visto que a maioria dos trabalhadores não se sentem saudáveis.

## REFERÊNCIAS

ANTUNES, Sandra Maria Pateiro Salgado Noveletto. Mal estar e adoecimento docente na escola pública paulista: um panorama preocupante. **Convenit Internacional**, [São Paulo], p.71-76, 2014. Disponível em: <<http://www.hottopos.com/convenit15/71-76Sandra.pdf>>. Acesso em: 17 abr. 2018.



ARAÚJO, Tânia Maria de; CARVALHO, Fernando Martins. Condições de trabalho docente e saúde na Bahia: estudos epidemiológicos. **Educação & Sociedade**, [s.l.], v. 30, n. 107, p.427-449, ago. 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/es/v30n107/07.pdf>>. Acesso em: 22 abr. 2018.

BATISTA, Analía Soria; CODO, Wanderley. Crise de Identidade e Sofrimento. In: CODO, Wanderley. **Educação: carinho e trabalho: Burnout, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação**. Petrópolis, Rj: Vozes, 1999. Cap. 3. p. 60-85.

BOTOMÉ, Sílvio Paulo. A noção de comportamento. Em: H.P.M. Feltes & U.Zilles (orgs.). **Filosofia: diálogo de horizontes**. Caxias do Sul: EDUCS; Porto Alegre: EDIPUCRS, 687-708, 2001. Disponível em: <<http://www.itrcampinas.com.br/txt/definicaobotome.pdf>>. Acesso em: 25 nov. 2018.

BUSS, Paulo Marchiori. Promoção da saúde e qualidade de vida. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, Rj, v. 5, n. 1, p.163-177, 2000. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232000000100014&lng=en&nrm=iso&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232000000100014&lng=en&nrm=iso&tlng=pt)>. Acesso em: 26 maio 2018.

CODO, Wanderley; VASQUES-MENEZES, Iône. Educar, educador. In: CODO, Wanderley. **Educação: carinho e trabalho: Burnout, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação**. Petrópolis, Rj: Vozes, 1999. Cap. 1. p. 37-47.

COUTO, Analie Nunes et al. O ambiente escolar e as ações de promoção da saúde. **Cinergis**, Santa Cruz do Sul, Rs, v. 17, p.378-383, 2016. Disponível em: <<https://online.unisc.br/seer/index.php/cinergis/article/viewFile/8150/5362>>. Acesso em: 27 maio 2018.

DIEHL, Liciane; MARIN, Angela Helena. Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, Londrina, v. 7, n. 2, p.64-85, 2016. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/eip/v7n2/a05.pdf>>. Acesso em: 10 abr. 2018.

DORA, Bruna de Oliveira et al. Formação continuada de professores para promoção da saúde e prevenção de doenças crônicas na escola. **Biomotriz**, [s.l.], v. 2, p.17-29, 2012. Disponível em: <<http://www.revistaeletronica.unicruz.edu.br/index.php/BIOMOTRIZ/article/viewFile/115/90>>. Acesso em: 10 abr. 2018.

DUPONT, Souzanne Langner. **Análise do Livro "Coerção e suas implicações", de M. Sidman (1995)**. 2007. 116 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Pós Graduação em Análise do Comportamento, Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2007. Disponível em: <<http://www.uel.br/pos/pgac/wp-content/uploads/2014/03/Análise-do-livro-“Coerção-e-suas-implicações”-de-M-Sidman-1995.pdf>>. Acesso em: 24 maio 2018.

ESTEVE, José Manuel. **O mal-estar docente: A sala de aula e a saúde dos professores**. 3. ed. Bauru, Sp: Edusc, 1999. 175 p.

FRANCESCHINI, Ana. Psicologia Organizacional e a Análise do Comportamento. **Transformações em Psicologia**, São Paulo, Sp, v. 2, n. 2, p.114-125, 2009.

Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/transpsi/v2n2/a07.pdf>>. Acesso em: 13 maio 2018.

G1, Sc. **Um em cada 4 servidores da capital de SC estão afastados, diz prefeitura.** 2017. Disponível em: <<http://g1.globo.com/sc/santa-catarina/noticia/2017/01/um-em-cada-4-servidores-da-capital-de-sc-estao>>. Acesso em: 14 abr. 2018.

GASPARINI, Sandra Maria; BARRETO, Sandhi Maria; ASSUNÇÃO, Ada Ávila. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 31, n. 2, p.189-199, 2005. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ep/v31n2/a03v31n2.pdf>>. Acesso em: 12 abr. 2018.

KUBO, Olga Mitsue; BOTOMÉ, Sílvia Paulo. Ensino-aprendizagem: Uma interação entre dois processos comportamentais. **Interação em Psicologia**, [s.l.], v. 5, p.133-171, 2001. Disponível em: <<https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/3321>>. Acesso em: 25 maio 2018.

LACAZ, Francisco Antônio de Castro. Qualidade de vida no trabalho e saúde/doença. **Ciência & Saúde Coletiva**, São Paulo, v. 5, n. 1, p.151-161, 2000. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232000000100013&lng=en&nrm=iso&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232000000100013&lng=en&nrm=iso&tlng=pt)>. Acesso em: 12 maio 2018.

MENDES, Maria Luiza Maciel. A PRECARIZAÇÃO DO TRABALHO DOCENTE E SEUS EFEITOS NA SAÚDE DOS PROFESSORES DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO DO RECIFE. **HumanÆ. Questões Controversas do Mundo Contemporâneo.**, [s.l.], v. 9, n. 1, p.1-18, 2015. Disponível em: <<http://humanae.esuda.com.br/index.php/humanae/article/view/202>>. Acesso em: 18 abr. 2018.

MORETTI, Silvinha; TREICHEL, Adriana. Qualidade de vida no trabalho x autorealização humana. **Revista Leonardo Pós-Órgão de Divulgação Científica e Cultural do Icpq**, Blumenau, v. 3, n. 1, p.73-80, 2003. Disponível em: <[http://ead2.fgv.br/ls5/centro\\_rec/docs/qualidade\\_trabalho\\_realizacao\\_humana.pdf](http://ead2.fgv.br/ls5/centro_rec/docs/qualidade_trabalho_realizacao_humana.pdf)>. Acesso em: 28 maio 2018.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (OMS). Constituição. Disponível em: <<http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organização-Mundial-da-Saúde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-omswho.html>>. Acesso em 2 out. 2018.

REIS, Eduardo J. F. Borges dos et al. Docência e exaustão emocional. **Educação & Sociedade**, [s.l.], v. 27, n. 94, p.229-253, abr. 2006. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0101-73302006000100011&lng=en&nrm=iso&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-73302006000100011&lng=en&nrm=iso&tlng=pt)>. Acesso em: 15 abr. 2018.

SAMPAIO, Jäder dos Reis. Qualidade de vida no trabalho: perspectivas e desafios atuais. **Psicologia: Organizações e Trabalho**, Belo Horizonte, Mg, v. 12, p.121-136, 2012. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpot/v12n1/v12n1a11.pdf>>. Acesso em: 13 maio 2018.

Secretaria de Políticas de Saúde MS. A promoção da saúde no contexto escolar. **Revista de Saúde Pública**, [s.l.], v. 36, n. 4, p.533-535, 2002. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-89102002000400022](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102002000400022)>. Acesso em: 25 maio 2018.

SILVA, Eli Borges de Freitas et al. Transtornos mentais e comportamentais: perfil dos afastamentos de servidores públicos estaduais em Alagoas, 2009. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, [s.l.], v. 21, n. 3, p.505-514, set. 2012. Disponível em: <[http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?pid=S1679-49742012000300016&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?pid=S1679-49742012000300016&script=sci_arttext&tlng=en)>. Acesso em: 20 abr. 2018.

SOARES, Amanda Gonçalves Simões et al. Percepção de professores de escola pública sobre saúde mental. **Revista de Saúde Pública**, [s.l.], v. 48, n. 6, p.940-948, dez. 2014. Disponível em: <[http://www.scielo.br/pdf/rsp/v48n6/pt\\_0034-8910-rsp-48-6-0940.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rsp/v48n6/pt_0034-8910-rsp-48-6-0940.pdf)>. Acesso em: 12 abr. 2018.

SOLDATELLI, Rosangela. **O Processo de adoecimento dos professores do ensino fundamental de Florianópolis e suas possibilidades de resistência a esse processo**. 2011. 195 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Programa de Pós-graduação em Educação, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2011. Disponível em: <<http://repositorio.ufsc.br/xmlui/handle/123456789/95398>>. Acesso em: 20 abr. 2018.

SORATTO, Lúcia; OLIVIER-HECKLER, Cristiane. Os trabalhadores e seu trabalho. In: CODO, Wanderley. **Educação: carinho e trabalho: Burnout, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação**. Petrópolis, Rj: Vozes, 1999. Cap. 4. p. 89-110.

TRIERWEILER, Michele; SILVA, Narbal. Perspectivas e desafios para a gestão da qualidade de vida nas organizações de trabalho. **Estudos de Psicologia (natal)**, Florianópolis, Sc, v. 12, n. 2, p.185-186, ago. 2007. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-294X2007000200011](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2007000200011)>. Acesso em: 25 maio 2018.

VASQUES-MENEZES, Iône; GAZZOTTI, Andréa Alessandra. Suporte afetivo e o sofrimento psíquico em burnout. In: CODO, Wanderley. **Educação: carinho e trabalho: Burnout, a síndrome da desistência do educador, que pode levar à falência da educação**. Petrópolis, Rj: Vozes, 1999. Cap. 15. p. 261-266.

VIEIRA JÚNIOR, Paulo Roberto; SANTOS, Eloisa Helena. A atividade do trabalho como meio para manutenção da saúde docente: uma perspectiva ergológica. **Revista Eletrônica de Educação**. São Carlos, SP: UFSCar, v. 5, no. 2, p.160-178, nov. 2011. Disponível em <<http://www.reveduc.ufscar.br>>. Acesso em: 20 abr. 2018.