### A psicossomática expressa no corpo dos profissionais da educação pública simbolizando os problemas enfrentados na rede estadual

Graciela Ormezzano\*, Jussara Morandini Strehl\*\*, Alexandre Marek\*\*\*, Gustavo Valente\*\*\*\*, Marcelo Luza\*\*\*\*\*

#### Resumo

Este estudo discute as relações entre o mal--estar dos profissionais da educação e a psicossomática expressa no corpo como espaço de simbolização dos problemas enfrentados pelos professores da rede pública estadual, na região do Planalto Médio do Rio Grande do Sul. Os objetivos foram: verificar partes do corpo e idade mais vulneráveis dos professores e interpretar o simbolismo desses problemas de saúde em relação aos aspectos pessoais e profissionais. A pesquisa caracterizou-se pela abordagem qualitativa de cunho hermenêutico. Os participantes da investigação foram classificados pelas idades, de acordo com a divisão da Organização Mundial da Saúde e pelas partes do corpo afetadas. O texto traz como resultados a identificação dos problemas de saúde traumatológicos e ortopédicos, principalmente em membros inferiores, entre 46 e 60 anos de idade e o simbolismo desses problemas de saúde. No que diz respeito ao aspecto profissional, tais problemas decorrem da interação na escola, onde sofrem pressão emocional, têm excesso de trabalho e grande mobilidade, o que gera altos níveis de estresse; a problemática do mal-estar docente nos seus aspectos psicossomáticos e a necessidade de um sistema multiprofissional de apoio ao docente.

Palavras-chave: Mal-estar docente. Psicossomática. Envelhecimento. Saúde. Apoio multiprofissional.

http://dx.doi.org/10.5335/rbceh.v13i2.5265 Recebido em: 13.08.2015. Aceito em: 28.06.2016.

Licenciada em Educação Artística pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul; Arteterapeuta pela Universidade Candido Mendes; Mestra e doutora em Educação pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul; docente e pesquisadora do Curso de Artes Visuais/LP e do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade de Passo Fundo, Coordenadora da Especialização em Arteterapia. Email: gormezzano@upf.br Endereço para correspondência: Rua Ângelo Bortolini, 341 – Loteamento Santo Afonso – Passo Fundo – RS – CEP 99036-661

Licenciada e bacharela em Psicologia pela Universidade de Passo Fundo; especialista em Psicopedagogia; mestra em Educação pela mesma instituição; docente de Ensino Médio na Rede Pública Estadual e na Escola de Ensino Médio Integrado da Fundação Universidade de Passo Fundo. Email: jmorandini@upf.br

Bacharel em Fisioterapia pela Universidade de Passo Fundo; especialista em Fisioterapia Ortopédica e Traumatológica pela Associação Catarinense de Ensino; docente de Pós-Graduação na Universidade de Santa Cruz do Sul, na Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões. Email: alexandremarek@yahoo.com.br

<sup>\*\*\*\*</sup> Bacharel em Fisioterapia pela Universidade de Passo Fundo e fisioterapeuta da Clínica Equilíbrio: Corpo e Mente, Passo Fundo, RS. Graduando do curso de Medicina da Universidade Católica de Pelotas. E-mail: guto\_lv@hotmail.com

Bacharel em Fisioterapia pela Universidade de Passo Fundo; especialista em Terapia Manual e Postural pelo Centro Universitário de Maringá e fisioterapeuta das Clínicas Win e Equilíbrio: Corpo e Mente, Passo Fundo, RS. Email: marcelo.luza@yahoo.com.br

#### Aspectos introdutórios

A docência traz consigo diversos desafios, como a atual luta dos profissionais da educação para verem o seu trabalho reconhecido pela sociedade, repercutindo num número insuficiente de professores nas escolas, porque a falta de pessoal acarreta sobrecarga, tanto pelo atendimento de turmas paralelas como pelas várias atividades de planejamento. Segundo pesquisa realizada pelo Sindicato dos Professores Estaduais do Rio Grande do Sul (CPERS) (2009/2011), com base em entrevista feita com 452 docentes, em 122 cidades, o maior problema está na forma como é realizada a administração das pessoas, uma vez que a análise dos dados permitiu concluir que 58,5% das escolas pesquisadas apresentam carência de recursos humanos.

Além dos problemas de cunho administrativo, relacionados ao setor de recursos humanos, existem outros que afetam a vida do professor que trabalha em escolas públicas, tais como: a carência de materiais nos estabelecimentos de ensino, o desafio diante das tecnologias na área educacional, a segurança, o grande número de estudantes vulneráveis por não terem suas necessidades básicas atendidas e, às vezes, a ausência da família na escola, ou até na vida dos alunos (STREHL, 2010).

Todos esses fatores permeiam a rotina do professor da rede pública com um alto grau de tensão, queixas e ansiedades. Zagury (2006) afirma que o docente é refém da má qualidade de ensino que recebeu; do tempo que necessita, mas do qual não dispõe; da família, que perdeu a autoridade sobre os filhos; das pressões que sofre por parte do sistema; de alguns alunos que o enfrentam ou desrespeitam; da própria consciência, que lhe revela sua ineficácia. Nas escolas, o professor precisa dar conta, ainda, dos dias de formação continuada ou em serviço, nos quais estuda sobre avaliação, formas de motivar os alunos que estão evadindo e/ ou que não estão aprendendo, bem como sobre meios de qualificar o ensino.

Dentro dessa realidade é que o docente equaciona as pressões sociais e os problemas que enfrenta em seu dia a dia, com suas tensões e emoções. Arroyo (2000), referindo-se ao panorama da educação, aponta que as pessoas demonstram ser aquilo que produzem, o que se reflete no modo como elaboram as relações sociais e ocupacionais. Isso tudo pode desencadear o mal-estar docente, que hoje é uma preocupação de governantes, pesquisadores, sindicatos, profissionais da saúde, educadores e sociedade em geral, pois, além de afetar a saúde dos professores, influencia a qualidade do ensino oferecido.

Nosso interesse inicial pelo tema desta investigação surgiu porque, na pesquisa realizada na Espanha por Esteve Zarazaga (1999), entre 1982 e 1989, os laudos médicos colocam traumatologia e ortopedia em primeiro lugar dentre as problemáticas de saúde que atingem os professores e em segundo lugar dentre as enfrentadas pelas professoras.

Na mesma perspectiva, uma pesquisa realizada em nove escolas estaduais paulistas enfatiza os problemas de saúde ósseos e musculares numa amostra de professores com idades entre 30 e 50 anos. As doenças com diagnóstico médico mais recorrentes foram musculoesqueléticas e respiratórias (27,1%), acidentes e doenças digestivas (22,1%), entre outras. O estudo revelou que 95,4% dos professores consideravam seu trabalho desgastante, podendo gerar dor em alguma parte do corpo nos últimos meses e 51,6% na última semana (VEDOVATO; MONTEIRO, 2008).

No Rio Grande do Sul, há um aumento permanente e significativo de docentes que precisam se afastar de suas atividades profissionais, por motivos de saúde mental comprometida, transtornos da voz, lesões por esforço repetitivo, distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho, acidentes, afastamentos, exonerações ou aposentadorias precoces (STREHL, 2010). Diante dos problemas de saúde, de trabalho e pessoais dos professores, o que mais nos inquietou foram as seguintes questões: quais as partes do corpo e as idades mais vulneráveis dos professores? E o que é simbolizado pelos professores nos problemas traumatológicos e ortopédicos, o que estão expressando esses corpos por meio da dor?

Com base nessas inquietações, elaboramos os seguintes objetivos: verificar partes do corpo e idades mais vulneráveis dos professores e interpretar o simbolismo dos problemas de saúde em relação ao aspecto profissional. Então, neste texto, pretendemos discutir as relações entre o mal-estar dos profissionais da educação expresso no corpo e a psicossomática como espaço de simbolização das dificuldades enfrentadas na rede pública estadual.

#### Materiais e métodos

As fases da pesquisa se constituíram da elaboração do projeto interdisciplinar, da construção do *corpus* teórico, da coleta de dados no setor administrativo hospitalar, da elaboração de tabela com o levantamento das informações e, por último, da compreensão dos aspectos simbólicos e seus significados.

A investigação caracterizou-se pela abordagem qualitativa de cunho interpretativo sob uma cosmovisão hermenêutica, apesar de obtermos dados em números que servissem de base para entendermos os acontecimentos. No entanto, para escaparmos da simples quantificação, consideramos pertinente interpretar os dados coletados conforme as orientações de Turato para pesquisa qualitativa, que sugere "[...] outras características que vão além da disciplina técnica: a criatividade, a capacidade de indagar, a curiosidade e a ética" (2003, p. 25). Ainda, mais adiante, afirma:

Sempre presentes, os termos significado/ significação aqui se referem a uma entidade que se busca para ser útil para compreensão do ser humano, de alguma forma, a tantos quantos estejam envolvidos no empreendimento: sejam os pesquisadores, seja a comunidade (2003, p. 192).

Não foi necessária a tramitação no Comitê de Ética, uma vez que não houve contato com seres humanos. Os dados de nossa investigação foram coletados ao longo de 17 meses, por meio de um

programa de computação, num hospital localizado ao Norte do RS, tendo-se buscado o número de consultas realizadas por professores da rede pública estadual que possuem o plano de saúde do Instituto de Previdência do Estado (IPE), considerando somente a primeira avaliação médica. Constatamos que, nesse hospital, realizam consultas não somente os moradores da cidade onde essa instituição está localizada, como, também, os habitantes da sua região de abrangência, o Planalto Médio. De um total de 1.745 consultas realizadas por diferentes patologias traumatológicas e ortopédicas, obtivemos um grupo de 1.052 professores/as, sendo 434 homens e 618 mulheres, que foram classificados/as pelas idades, seguindo a divisão da Organização Mundial da Saúde (OMS), e, também, pelas partes do corpo afetadas: membros superiores, tronco e membros inferiores.

Cabe mencionar que, de acordo com Japiassu e Marcondes (1996), as limitações da pesquisa se referem a este estudo específico numa unidade de saúde, com um público determinado. Não é nossa intenção generalizar, tampouco estabelecer comparações com outras realidades. A compreensão das informações coletadas se fundamentam em um modo de conhecimento intuitivo, sintético e subjetivo. Não há tentativa de neutralidade nesta investigação, mas de compreensão de um fenômeno determinado.

## As partes do corpo afetadas e o envelhecer

A doença é definida por Dethlefsen e Dahlke como

[...] a perda relativa da harmonia, ou o questionamento de uma ordem até então equilibrada [...]. A perturbação da harmonia, no entanto, acontece na consciência e no âmbito da informação e se *mostra* pura e simplesmente no corpo (2003, p. 14, grifo dos autores).

Sabemos que a lista de enfermidades no estudo das doenças ocupacionais pode ser enorme, principalmente, em suas relações com o estresse. No entanto, vamos nos deter, exclusivamente, nas consultas médicas que foram realizadas para resolver traumas decorrentes de acidentes ou doenças, lesões e distúrbios que afetaram ossos, músculos e articulações de membros superiores, tronco ou membros inferiores em seu funcionamento. Conforme observamos na Tabela 1, a primeira coluna apresenta as idades e, nas seguintes, encontra-se a quantidade de professores que realizaram consultas.

Tabela 1 – Número de consultas realizadas pelos professores pesquisados, por idade e partes do corpo referidas nos sintomas

Idade	Membro superior	Tronco	Membro inferior
Até 30	12	19	47
31-45	137	144	221
46-60	246	266	405
61-75	74	55	117
76 -90	-	2	=
Total	469	486	790

Fonte: dados da pesquisa, 2012.

Constatamos, com base na Tabela 1, que, independentemente da idade dos professores, os problemas ortopédicos e traumatológicos se apresentam muito mais nos membros inferiores do que em outras partes do corpo.

Verificamos que o corpo dos professores é afetado em sua totalidade, mas que o tronco é a parte mais debilitada, depois dos 76 anos de idade, nas duas pessoas que consultaram. Não é nossa intenção fazer um estudo comparativo, mas é preciso ter em conta que o processo de envelhecimento osteomuscular acarreta patologias na fase adulta maior de qualquer sujeito.

Ao realizarmos uma simples soma dos professores classificados nas duas faixas etárias mais atingidas, entre 31 e 60 anos, obtemos 383 sujeitos com patologias nos membros superiores, 410 no tronco e 626 nos membros inferiores. Entendemos que há quase o dobro de fragilidade nos membros inferiores se comparados aos superiores. Essa situação de vulnerabilidade se repete em outra escala, ainda, entre os adultos jovens até os 30 e em idosos após 60 anos de idade.

O grupo mais prejudicado no nosso estudo, pelos efeitos patogênicos, é o dos professores entre 46 e 60 anos de idade, sendo também os membros inferiores os mais afetados. O período entre 40 e 65 anos de idade, considerado por Mosquera como a fase de adulto médio, é aquele em que o drama da vida se manifesta pelas frustrações vividas, pelas claudicações de ideais não atingidos, pelo cansaço

causado pelo trabalho desempenhado e pelas desilusões ante os objetivos que não se alcançaram durante o processo de envelhecimento (KOHN,1983; MOSQUERA, 1987).

Observamos que o cotidiano do professor é muito turbulento, com muitas exigências, sobrecarga de trabalho, muitas vezes não lhe permitindo separar a vida pessoal da docência, o que pode levar a um esgotamento físico e psíquico, provocando a possibilidade de adoecer à medida que os anos passam. Nesse sentido, Dahlke (2004) nos alerta para uma situação mundial do avanço das chamadas "doenças da civilização", mostrando que, de acordo com a OMS, as doenças cardiovasculares aumentaram quatorze vezes; as reumáticas, dezessete; o câncer, vinte; a esclerose múltipla, 59; as alergias, setenta; e que, da metade do século passado para cá, dobrou o número de afetados com depressão.

Assim, com o aumento da idade, sobretudo após os 50 anos, além da questão temporal e da necessidade de agir mais vagarosamente, as pessoas se apegam cada vez mais aos seus princípios, suas normas e rotinas, perdendo a flexibilidade e aumentando o risco de fraturas pela carência na solidificação dos ossos, osteopenia ou osteoporose (DAHLKE, 2004).

Observamos, nos dados coletados, que, em relação ao tronco, as queixas mais frequentes dos professores são relativas à dor lombar. De acordo com Cecin: As doenças da coluna lombar constituem um grande desafio em muitos aspectos, por sua alta prevalência, seus reflexos negativos sobre a capacidade laborativa e comprometimento da qualidade de vida da população. De cada cinco pessoas, quatro terão dor lombar em alguma fase da sua vida. [...]. Existem, aproximadamente, 120 doenças que acometem a coluna lombar. A hérnia do disco intervertebral é uma delas. A dor lombar, a lombociatalgia, a cruralgia e a ciática são os sintomas predominantes (2010, p. 44).

As alterações articulares intervertebrais, musculares e ligamentosas da região podem causar crises agudas de dor. O lumbago é uma dor intensa que pode se disseminar para as regiões glútea e pélvica. Em caso de ciática, alastra-se ao longo do nervo ciático, atingindo nádega, faces posterior e lateral da coxa, face externa da perna e borda externa do pé até o primeiro dedo.

Percebemos, das patologias constantes nas informações, que a maioria situada em membro superior está vinculada ao ombro e, em membro inferior, ao joelho. A articulação simboliza, pois, a base para uma locomoção flexível, possibilita o transporte ao andar, o sublevar-se, a elasticidade, a mobilidade, a expressão (DAHLKE, 2003).

Os ombros estão constituídos por várias estruturas de ligamentos e músculos que lhe conferem a mobilidade, destacando-se a cápsula articular, constituída pela articulação e por uma série de músculos, que em conjunto compõem a coifa dos rotadores. O manguito rotador é o local onde encontramos as síndromes que mais atingem nosso público-alvo (HOPPENFELD, 1999). Mendes, Pinto e Machado Júnior (2013), avaliando a

qualidade de vida em pessoas portadoras de lesão do manguito rotador do ombro, demonstram que o envelhecimento está associado a uma redução na rigidez dos tendões, diminuindo a capacidade de transmissão de força.

Os profissionais da educação trabalham com os membros superiores elevados, tendo um risco 7,9 vezes maior para distúrbios musculoesqueléticos do que outros profissionais que não trabalham nessa posição. A lesão do manguito rotador provoca dor no ombro e pode acometer sujeitos de qualquer idade, porém, se potencializa com o passar do tempo e o tipo de ocupações no trabalho e no lazer (COELHO et al., 2010).

As patologias de joelhos estão focalizadas nos transtornos meniscais, seja por lesão ou ruptura. Existem dois meniscos, um interno e um externo, estando cada um localizado entre um dos côndilos femorais e uma das cavidades glenoides da tíbia. São cartilagens específicas para o funcionamento do joelho, porque evitam o atrito das extremidades ósseas, conferindo estabilidade à articulação e permitindo suportar o peso do corpo. As lesões meniscais podem ser provocadas por qualquer movimento forçado. Os meniscos desempenham um importante papel na prevenção da osteoartrose de joelho e, ao serem afetados por trauma ou patologia degenerativa, a articulação toda fica comprometida. Após os 65 anos, é muito mais frequente a osteoartrose, fator determinante de incapacidade física (SOUSA, 2011; BARBOSA; MEJIA, [201-?]).

A mediação entre o mundo interior e o exterior é feita pelas articulações, que são responsáveis pelos nossos movimentos. Os sintomas que nelas surgem levam à dor e provocam a rigidez da dinâmica corporal. Nesse sentido, é pertinente considerar a psicossomática que trata das relações entre *psique* (mente) e *soma* (corpo), levando em conta, também, outras dimensões humanas que podem afetar tanto a pessoa como o ambiente de trabalho.

As doenças decorrentes do estresse apresentam componentes psicossocioculturais e naturais. O nosso organismo desenvolve-se em interação com o ambiente e, assim, as funções orgânicas são influenciadas e determinadas pelo meio e suas exigências. Por exemplo, o trabalho ao qual nos dedicamos pode ser fonte de gratificação ou frustrações (RODRIGUES; FRANÇA, 2010). A emoção busca expressar-se por meio da linguagem, no entanto, esse processo comunicacional pode ser bloqueado e a emoção pode permanecer retida. Nesse caso, a manifestação externa dessa emoção faz-se de modo simbólico.

#### Mal-estar docente e psicossomática

Esteve Zarazaga define mal-estar docente como "[...] os efeitos permanentes de caráter negativo que afetam a personalidade do professor como resultado das condições psicológicas e sociais em que se exerce a docência" (1999, p. 25). Tal definição leva em conta que o exercício dessa profissão representa um eterno desafio, uma vez que a ação docente com-

preende as mais diversas dificuldades, desde a falta de apoio até as incertezas, frustrações e limitações decorrentes do labor nas práticas pedagógicas. Além disso, ser professor exige mudanças, adaptações, atualizações e aperfeiçoamento constantes.

A atividade da docência proporciona vivências que envolvem diversas emoções e que, muitas vezes, levam o professor ao mal-estar, que afeta sua saúde física e mental. Marchesi (2008) aponta que o mal-estar consiste no inter--relacionamento de três componentes: a) esgotamento emocional, que está vinculado ao sentimento de sobrecarga pelas exigências e tensões emocionais; b) despersonalização, que aponta para a relação insensível ou distante com aqueles que recebem sua atenção profissional; e c) redução de conquistas profissionais, que se refere à diminuição das competências e do sucesso no trabalho.

A psicossomática oferece a possibilidade de uma prática na promoção de saúde mais voltada para a pessoa e menos voltada para a doença. Segundo Mello Filho (2010), essa área foi evoluindo em três fases: a psicanalítica, a behaviorista e a multidisciplinar, que considera, também, a importância da dimensão social, ou, melhor ainda, a concepção recente de saúde da OMS: "equilíbrio biopsicossocial". Hoje, a expressão "psicossomática" indica uma visão sobre a corporeidade, os mecanismos de produção de doenças e os fenômenos do estresse, considerando as múltiplas dimensões do humano.

Desse modo, estamos diante de uma área interdisciplinar que, neste estudo,

realiza a interface entre psicologia, fisioterapia e educação estética, considerando as relações de sociabilidade que essa última perspectiva acrescenta. O cuidado na saúde dos professores precisa partir da compreensão dos seus processos de adoecimento, uma vez que a enfermidade se instaura como resposta a um sistema que se encontra situado num ambiente físico determinado, a escola. Claro que precisaria ser estudado cada caso, verificando os dados biográficos de cada professor, para perceber melhor o fenômeno, integrando a história de vida e sua participação na família.

Não apenas os professores das redes públicas de ensino têm problemas sérios no serviço. Nesse ponto, é importante mencionar os resultados de uma pesquisa realizada pelo Sindicato dos Professores do Ensino Privado do Rio Grande do Sul (Sinpro/RS), que abordou a saúde dos professores da rede privada. Conforme Wilson Campos, psicólogo especialista em saúde coletiva e responsável pela coleta de dados do estudo, em entrevista concedida a Mendes (2009), estas foram as principais conclusões a que se pôde chegar: a docência está prejudicando a saúde dos professores, pois enfrentam pressão e assédio moral; na escola, além de extensa jornada de trabalho, há excesso de atividades, somado à pressão por parte de chefias e de colegas; existe relação conflituosa com pais e alunos, estando esses fatores entre os principais geradores de agravos à saúde física e mental dos professores da educação básica.

As reações de estresse resultam dos esforços de adaptação, e,

[...] se a reação ao agressor for muito intensa ou se o agente do estresse for muito potente e/ou prolongado, poderá haver, como consequência, doença ou maior predisposição ao desenvolvimento de doença. Pois a reação protetora sistêmica desencadeada pelo estresse pode ir além da sua finalidade e dar lugar a efeitos indesejáveis (RODRIGUES; FRANÇA, 2010, p. 118).

A OMS entende a saúde como algo mais do que a ausência de enfermidades, tratando-se de completo bem-estar físico, psíquico e social. Com base nessa ideia, precisamos estar conscientes de que, se bem precisamos do corpo e da mente para trabalhar, não podemos nos submeter a práticas de sobrevivência que coloquem em xeque nossa integridade. Vejamos que a organização do trabalho pode ser

[...] causa de uma fragilização somática na medida em que ela pode bloquear os esforços do trabalhador para adequar o modo operatório às necessidades de sua estrutura mental. O conflito entre a economia psicossomática e a organização do trabalho potencializa os efeitos patogênicos das más condições físicas, químicas e biológicas do trabalho (RODRIGUES; FRANÇA, 2010, p. 124).

Se, por um lado, o sujeito que obteve êxito e é muito solicitado pode não estar desfrutando desse sucesso ao ver seu futuro de forma diferente ou se transformar num trabalhador compulsivo, por outro, aquele que se considera fracassado no plano profissional necessitará permanecer no serviço para garantir sua aposentadoria, em lugar de sair em busca de um novo espaço onde possa se desenvolver profissionalmente, guardando seus ressentimentos e fazendo um trabalho que não lhe oferece satisfações pessoais nem valorização social. Apesar de o estudo de Mosquera sobre a vida adulta ter sido realizado há quase 30 anos, inclui aspectos muito atuais, como as considerações que vemos a seguir em relação às pessoas dessas idades:

O declínio [...] é fatal. A perda de forças pressupõe a deflagração de uma série de frustrações que intimamente minam a imagem psicológica e as possibilidades de futuro. Alterações orgânicas, crescimento das gerações mais novas, rapidez nas mudanças sociais, tudo se configura como ameaça e, ao mesmo tempo, desafio (MOSQUERA, 1987, p. 108).

Sendo assim, questionamos: o que acontece com uma pessoa entre 46 e 60 anos, que está na faixa etária mais atingida pelas patologias ortopédicas e traumatológicas, quando precisa seguir um estilo de vida cada vez mais acelerado? Vivemos em ambientes altamente competitivos, de atualização tecnológica constante; há momentos de insegurança econômica, medo da violência, incertezas, desequilíbrios ambientais e patogênicos cada vez mais resistentes aos medicamentos, além de novas doenças, tudo isso contrastando com os exigentes paradigmas de beleza física e de felicidade divulgados pela mídia.

Na atualidade os processos de trabalho estão associados à globalização e, consequentemente às profundas alterações nas condições de trabalho. O principal objetivo é a produtividade, o trabalhador torna-se um mero reprodutor de serviços, suas condições de trabalho tornam-se precárias, sua jornada é extensa e há acúmulo de funções. Estes fatores tornam o trabalhador exposto a riscos ocupacionais [...] (BARRETO JÚNIOR; DOSEA; BARRETO, 2013, p. 62).

As investigações sobre o esgotamento dos professores mostram que o acúmulo de expectativas e de responsabilidades nas suas tarefas diárias está desproporcional em relação ao tempo e ao meio de que dispõem para realizarem seu trabalho. O professor está sobrecarregado porque precisa manter a disciplina, mas, ao mesmo tempo, ser simpático e afetivo; atender às individualidades dos alunos, levando em conta que alguns têm uma aprendizagem mais lenta e outros, mais acelerada; cuidar do ambiente da sala de aula; programar aulas; avaliar; orientar; receber pais, informando-lhes como está o desempenho de seu filho; organizar diversas atividades burocráticas; enfim, uma lista interminável de exigências (ESTEVE ZARAZAGA, 1999).

O problema simbolizado nos discos intervertebrais cartilaginosos, especialmente na área lombar, acontece quando são esmagados, ao estarem sob pressão e sob um excesso de tarefas acumuladas pela pessoa.

Quem carrega um fardo demasiado pesado nas costas e não se conscientiza desse estado sente a pressão do corpo como dores nos discos intervertebrais. A dor obriga o ser humano a um maior descanso, pois todo movimento e atividade provocam dores (DETHLEFSEN; DAHLKE 2003, p. 201).

Assim, entendemos que a relação entre a interioridade dos professores e o mundo guarda complexas problemáticas. O conjunto de sintomas que o professor apresenta diante das situações vivenciadas é considerado uma das respostas ao estresse profissional prolongado e crônico, que pode acontecer quando a capacidade de resiliência ou as estratégias usadas para manter a harmonia são insuficientes ou inadequadas.

Situações difíceis no âmbito profissional podem constituir um desafio e ser um fator de desenvolvimento de estratégias para a solução de problemas. No entanto, se o professor não for bem--sucedido, a tensão pode permanecer elevada, comprometendo as articulações. A tensão extrema, as exigências muito intensas ou excessivas podem provocar inflamação, enrijecimento, deslocamento, contusão e torção dos ligamentos. Dethlefsen e Dahlke afirmam: "Não são só as juntas que podemos estirar ou recolocar no lugar, mas também as situações, os relacionamentos e a situação dos negócios" (2003, p. 203).

A artrite reumatoide que afeta as articulações é uma doença crônica na qual o sujeito acometido não sofre apenas pelo órgão afetado, mas pelo impacto sobre sua qualidade de vida. Os conflitos emocionais podem estar vinculados

a distúrbios durante a infância que se manifestam na vida adulta com atitudes dominadoras e por meio de competição exagerada, reações afetivas geradas por perdas que deflagram o processo de psicossomatização ou grau elevado de estresse (ARAÚJO et al., 2002).

Destacamos que, além de todas as atividades extras que os professores têm de realizar para exercerem a sua função, é preciso considerar o tempo empregado no deslocamento, pois, muitas vezes, eles atuam em mais de uma escola e em bairros distantes de sua residência. Ainda, é digna de atenção a rapidez com que são feitas as refeições, porque os docentes se alimentam, não raro, com lanches, de forma acelerada, para reorganizarem o seu tempo de acordo com o trabalho que levam para casa e o serviço doméstico.

Nesse sentido. Dethlefsen e Dahlke (2003) comentam que, no histórico clínico de quase todos os sujeitos que sofrem de reumatismo, encontramos uma mobilidade e uma atividade muito grandes. Trata-se, habitualmente, de pessoas que realizam esportes competitivos, trabalham muito em casa, passam muito tempo em trânsito e cujo ponto de honra é o sacrifício pessoal na dedicação aos outros. Então, o excesso de movimentação precisa ser corrigido pela imobilização. Os autores inferem, ainda, que a pessoa com reumatismo não deseja enfrentar seus problemas, porque teme analisar os motivos subjacentes a seu altruísmo e disponibilidade. "Assim, o seu egoísmo, sua imobilidade, sua inadaptação, seu desejo de dominar e sua agressividade permanecem na sombra e se somatizam no corpo como uma imobilidade e rigidez visíveis" (2003, p. 207). Desse modo, a situação estabelecida pode acabar com sua atitude de servilismo ou submissão pouco sincera, levando-a a rever se suas normas morais são verdadeiras ou simples preconceitos.

Resgatando os aspectos simbólicos dos membros inferiores, percebemos que o pé indica o ponto de apoio do corpo ao caminhar, compreensão, firmeza e enraizamento. Então, se os pés estão doentes, será porque os professores ficaram sem apoio ou sem direção, sem entenderem qual caminho seguir? O joelho expressa o poder e a sede principal da força do corpo, mas, também, a humildade. Isso quer dizer que os docentes sentem que enfraqueceram, precisam submeter-se a situações indesejadas ou estão dominados pela instabilidade? A perna simboliza o vínculo e a importância social. Sendo assim, podemos pensar que a baixa autoestima dos professores se relaciona com o descaso de uma sociedade que não valoriza mais essa profissão? (DE-THLEFSEN; DAHLKE, 2003). Antes de responder a esses questionamentos, vale a pena lembrarmos que se trata de uma categoria profissional que permanece em pé por muitas horas, por longos anos. Nesse sentido, precisamos considerar o peso da realidade física, além das questões psíquicas dos sujeitos estudados.

Todos os problemas de saúde que atingem os membros inferiores estão em relação direta com o mal-estar docente. Portanto, para evitar a perda social que esse desconforto acarreta aos professores, os movimentos de prevenção necessitam de um olhar de toda a sociedade em torno da escola, porque não dependem somente de políticas públicas, mas também do esforço dos sindicatos dos professores, do setor administrativo escolar, do apoio de outros profissionais.

Diante dos inúmeros desafios que o professor encontra em sala de aula e no ambiente escolar, fica demonstrada, no estudo de Strehl (2010), a necessidade de um sistema de apoio para contribuir com o bom andamento de seu trabalho, oferecendo-lhe suporte aos problemas enfrentados com os alunos, sendo um elo entre a escola e os familiares e auxiliando na organização profissional, bem como na prevenção de problemas de saúde ocupacional.

#### Reflexões finais

Percebemos que a docência é uma profissão que proporciona diversos desafios e que exige qualificação constante para acompanhar as mudanças ocorridas na sociedade. Pela soma desses desafios típicos de qualquer carreira, mais a violência que se gesta na escola e os fatores que provocam a desvalorização da profissão e de seus profissionais, vivenciamos uma grande falta de docentes nas instituições de ensino, sobretudo, em decorrência dos laudos médicos.

O significado do mal-estar docente é muito singular e complexo, uma vez que cada ser humano tem uma maneira diferente de sentir, dependendo de como vivencia as experiências da sua docência. Todavia, podemos inferir que se trata de algo que está enraizado de forma secular nas percepções socioculturais sobre os deveres e direitos dos profissionais da educação.

Retomando os objetivos do estudo, observamos que as partes do corpo mais vulneráveis dos professores que realizaram consultas numa unidade hospitalar estão localizadas nos membros inferiores e que o simbolismo de seus problemas de saúde, no que respeita ao aspecto profissional, decorre da interação na escola, onde sofrem pressão emocional, excesso de trabalho e grande mobilidade, gerando altos níveis de estresse. O fator relevante na prevenção do bem-estar do professor está vinculado a um programa de acompanhamento da sua saúde. Isso seria feito com exames periódicos para seguimento, vigilância das condições ocupacionais e uma avaliação dos riscos presentes no local de trabalho e nas condições que podem afetar a saúde, além de assessoria ao professor, supervisão, apoio pedagógico e psicológico para a melhor evolução de sua tarefa educativa com o aluno.

Corroboramos a necessidade de um sistema de apoio multidisciplinar para tentar manter a organização dentro da escola, evitando o caos e como uma alternativa viável para que os professores conservem a harmonia, promovendo o bem-estar físico, psíquico e profissional. Diante desse quadro, ponderamos que a educação é uma área que carece de equipes multiprofissionais, onde cada um colabora com o seu conhecimento e com as suas competências a serviço da escola.

Fica evidenciada, também, a necessidade de suporte multiprofissional em

saúde. A elaboração de um programa que oportunize exames médicos periódicos e acompanhamento psicológico e fisioterapêutico para docentes e discentes é necessária para ajudar na prevenção do mal-estar. Mas, também, é preciso que o docente ressignifique sua modalidade de trabalho e a visão que tem de si mesmo, dos seus colegas e dos seus alunos.

As descobertas proporcionadas por este estudo impulsionaram novos questionamentos e a abertura de novos caminhos, o que não significa, contudo, que alcançamos a sua conclusão. Pelo contrário, servem de base para um futuro redimensionamento. Entendemos que a problemática abordada nesta investigação é muito ampla, estendendo-se a outras sugestões de pesquisa, como perquirir, junto aos professores que abandonaram o magistério, os motivos que os levaram a essa decisão, ou as possibilidades de resiliência encontradas nesse contexto.

# The psychosomatic expressed in public schools professionals' bodies: symbolization of state network problems

#### **Abstract**

This paper discusses the relationship between the malaise of education professionals and psychosomatic expressed in the body as space of symbolization of the problems faced by public school teachers statewide, in the Middle Planalto Region of Rio Grande do Sul. The objectives were to check parts of the body most vulner-

able and age of the teachers and to try to understand the symbolism of these health problems in relation to personal and professional aspects. The research was characterized by qualitative approach of hermeneutic type. The research participants were classified by age, according to the division of the World Health Organization and the affected body parts. This paper brings the results considering the orthopedic and trauma health problems, especially in the lower limbs between 46 and 60 years old and that the symbolism of their health problems, with regard to the professional aspect arises from the interaction in the school, where they suffer emotional stress, overwork and great mobility, generating high levels of stress; the problem of teacher malaise in their psychosomatic aspects and the necessity of a multiprofessional help system for this public.

*Keywords:* Burnout. Psychosomatic. Aging. Health. Multiprofessional help.

#### Referências

ARAÚJO, M. P. et al. Manifestações psicossomáticas nos pacientes com artrite reumatóide. Revista da Associação Brasileira de Medicina Psicossomática, São Paulo, v. 6, n. 1-2, p. 46-58, 2002.

ARROYO, M. G. Ofício de mestre: imagem e autoimagem. Petrópolis, RJ: Vozes, 2000.

BARBOSA, S. L. P. L.; MEJIA, D. P. M. Atuação do fisioterapeuta na reabilitação pós-cirúrgica da artroplastia total de joelho. [201-?]. Disponível em: <a href="http://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/34/267\_-AtuaYYo\_do\_fisioterapeuta\_na\_reabilitaYYo\_pYs-cirYrgica\_da\_artroplastia\_total\_de\_joelho.pdf">http://pub.br/>cirYrgica\_da\_artroplastia\_total\_de\_joelho.pdf</a>>. Acesso em: 7 jan. 2016.

BARRETO JÚNIOR, C. M. J.; DOSEA, G. S.; BARRETO, L. P. S. J. O sofrimento do professor portador de lesões por esforço repetitivo e doenças osteomusculares relacio-

nadas ao trabalho: um relato de caso. *Rios Eletrônica*: Revista Científica da FASETE, [s.l.], ano 7, n. 7, p. 61-69, 2013. Disponível em: <a href="http://www.fasete.edu.br/revistarios/media/revistas/2013/o\_sofrimento\_do\_professor\_portador\_de\_lesoes\_por\_esforco\_repetitivo.pdf">http://www.fasete.edu.br/revistarios/media/revistas/2013/o\_sofrimento\_do\_professor\_portador\_de\_lesoes\_por\_esforco\_repetitivo.pdf</a>>. Acesso em: 7 jan. 2016.

CECIN, H. A. Sinal de Cecin (Sinal "X"): um aprimoramento no diagnóstico de compressão radicular por hérnias discais lombares. *Revista Brasileira de Reumatologia*, [s.l.], v. 50, n. 1, p. 44-55, 2010. Disponível em: <a href="http://www.scielo.br/pdf/rbr/v50n1/v50n1a05.pdf">http://www.scielo.br/pdf/rbr/v50n1/v50n1a05.pdf</a>>. Acesso em: 7 jan. 2016.

COELHO, C. et al. Prevalência da síndrome do ombro doloroso (SOD) e sua influência na qualidade de vida em professores de uma instituição privada de nível superior na cidade de Lauro de Freitas, Bahia. *Revista Baiana de Saúde Pública*, Salvador, v. 34, supl. 1, p. 19-29, 2010. Disponível em: <a href="http://inseer.ibict.br/rbsp/index.php/rbsp/article/view-File/89/68">http://inseer.ibict.br/rbsp/index.php/rbsp/article/view-File/89/68</a>>. Acesso em: 7 jan. 2016.

SINDICATO DOS PROFESSORES ESTA-DUAIS DO RIO GRANDE DO SUL (CPERS). O ensino público pede socorro: pesquisa nas escolas públicas da rede estadual. Porto Alegre: CPERS/Sindicato, 2009/2011.

DAHLKE, R. *A doença como símbolo*: pequena enciclopédia de psicossomática. 4. ed. São Paulo: Cultrix, 2003.

\_\_\_\_. Qual é a doença do mundo? Os mitos modernos ameaçam o nosso futuro. São Paulo: Cultrix, 2004.

DETHLEFSEN, T.; DAHLKE, R. A doença como caminho: uma visão nova da cura com ponto de mutação em que um mal se deixa transformar em bem. 11. ed. São Paulo: Cultrix, 2003.

ESTEVE ZARAZAGA, J. M. O mal-estar docente: a sala de aula e a saúde dos professores. Bauru, SP: EDUSC, 1999.

HOPPENFELD, H. *Propedêutica ortopédica*: coluna e extremidades. São Paulo: Atheneu, 1999.

JAPIASSU, H.; MARCONDES, D. Dicionário básico de filosofia. 3. ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1996.

KOHN, M. L. La complejidad del trabajo y la personalidade adulta. In: SMELSER, N. J.; ERIKSON, E. H. (Ed.). *Trabajo y amor en la edad adulta*. Barcelona: Grijalbo, 1983. p. 275-297.

MARCHESI, A. *O bem-estar dos professores*: competências, emoções e valores. Porto Alegre: Artmed, 2008.

MELLO FILHO, J. Introdução. In: MELLO FILHO, J.; BURD, M. (Org.). *Psicossomática hoje*. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2010. p. 29-38.

MENDES, C. Professores estão mais estressados. O Nacional, Passo Fundo, 4 jun. 2009.

MENDES, E. C.; PINTO, V. J.; MACHADO JÚNIOR, N. Avaliação da qualidade de vida em pacientes com lesão do manguito rotador. *Revista Movimenta*, [s.l.], v. 6, n. 1, p. 370-379, 2013. Disponível em: <a href="http://www.nee.ueg.br/seer/index.php/movimenta/article/view/584/489">http://www.nee.ueg.br/seer/index.php/movimenta/article/view/584/489</a>>. Acesso em: 7 jan. 2016.

MOSQUERA, J. J. M. *Vida adulta*: personalidade e desenvolvimento. 3. ed. Porto Alegre: Sulina, 1987.

RODRIGUES, A. L.; FRANÇA, A. C. Uma perspectiva psicossocial em psicossomática via estresse e trabalho. In: MELLO FILHO, J.; BURD, M. (Org.). *Psicossomática hoje*. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2010. p. 111-134.

SOUSA, L. A. M. M. Controvérsias no tratamento de lesões meniscais. 2011. Dissertação (Mestrado Integrado em Medicina) – Faculdade de Medicina, Universidade do Porto, Porto, 2011. Disponível em: <a href="https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/60864/2/">https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/60864/2/</a> Ligia.pdf>. Acesso em: 9 jan. 2016.

STREHL, J. M. Narrativas de professores sobre o mal-estar docente. 2010. Dissertação (Mestrado em Educação) — Faculdade de Educação, Universidade de Passo Fundo, Passo Fundo, 2010.

TURATO, E. R. *Tratado da metodologia da pesquisa clínico-qualitativa*: construção teórico-epistemológica, discussão comparada e aplicação nas áreas da saúde e humanas. Petrópolis, RJ: Vozes, 2003.

VEDOVATO, T. G.; MONTEIRO, M. I. Perfil sociodemográfico e condições de saúde e trabalho dos professores de nove escolas estaduais paulistas. *Escola de Enfermagem da USP*, São Paulo, ano 42, n. 2, p. 290-297, 2008. Disponível em: <a href="http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v42n2/a11.pdf">http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v42n2/a11.pdf</a>>. Acesso em: 9 jan. 2016.

ZAGURY, T. O professor refém. Rio de Janeiro: Record, 2006.