

## DEPRESSÃO E O IMPACTO NA PRÁTICA DOCENTE EM PROFESSORES DO ENSINO MÉDIO DA REDE ESTADUAL DE ENSINO EM FORTALEZA (CE)

Rafaella de Melo Matos Barreto\*, Débora Liberato Arruda Hissa\*\*

### RESUMO

Neste artigo, trazemos dados de um estudo realizado com professores do ensino médio numa escola da rede estadual de ensino em Fortaleza (CE) sobre a depressão e sua relação com a prática docente. O presente artigo buscou analisar se há relação entre o trabalho docente e o aparecimento do transtorno depressivo em professores do ensino médio da rede pública estadual de ensino em Fortaleza (CE). Como a depressão é uma problemática predominantemente investigada pela Psicologia, em nossa pesquisa, de abordagem qualitativa, fizemos uma transposição didática dos termos, dos instrumentos de avaliação para a Educação. Participaram da investigação 26 professores que compuseram nossa amostra. Utilizamos como instrumento de análise o Inventário Beck de Depressão (BDI), além de um questionário sociodemográfico. Os resultados apontam para o adoecimento psicoemocional dos professores, sendo o exercício da docência uma atividade laboral de caráter insalubre que apresenta preditores para o desenvolvimento de transtornos mentais.

**Palavras-chave:** Depressão. Prática docente. Inventário Beck. Escola pública.

*DEPRESSION AND THE IMPACT ON TEACHING PRACTICE IN HIGH SCHOOL  
TEACHERS OF PUBLIC STATE EDUCATION IN FORTALEZA (CE)*

### ABSTRACT

*In this article, we bring data from a study carried out with high school teachers at a state school in Fortaleza (CE) about depression and its relation with the teaching*

\* Mestranda em Ciências da Educação pela Logos University International (UNILOGOS). Especialista em Educação Ambiental pela Universidade Estadual do Ceará (UECE). Professora de Biologia da Secretaria de Educação do Estado do Ceará. ORCID: 0000-0001-5706-0424. Correio eletrônico: rafaellabarreto08@hotmail.com

\*\* Doutora em Linguística Aplicada pela Universidade Estadual do Ceará (UECE). Professora do Programa de Pós-graduação em Linguística Aplicada da UECE. Professora do Programa de Pós-graduação em Linguística Aplicada (PosLA-UECE) do Mestrado Profissional em Letras (PROFLETRAS). ORCID: 0000-0001-6075-5585. Correio eletrônico: debarruda@gmail.com

*practice. This article sought to analyze if there is a relation between teaching work and the onset of depressive disorder in high school teachers from the state public school in Fortaleza. As depression is a problem predominantly investigated by Psychology, in our research, with a qualitative approach, we did a didactic transposition of the terms of the evaluation instruments for Education. Twenty-six teachers who composed our sample participated in the study. We used the Beck Depression Inventory (BDI) as an analysis tool, as well as a socio-demographic questionnaire. The results point to the psycho emotional illness of teachers, being the teaching exercise an unhealthy work activity that presents predictors for the development of mental disorders.*

**Keywords:** *Depression. Teaching practice. Beck inventory. Public school.*

DEPRESIÓN Y EL IMPACTO EN LA PRÁCTICA DOCENTE EN  
PROFESORES DE LA ENSEÑANZA SECUNDARIA DE LA  
RED ESTATAL DE ENSEÑANZA EN FORTALEZA (CE)

**RESUMEN**

*En este artículo, traemos datos de un estudio realizado con los profesores de la enseñanza secundaria en una escuela estatal en Fortaleza (CE) sobre la depresión y su relación con la práctica docente. Este artículo busca hacer un análisis sobre si existe una relación entre el trabajo docente y la aparición del trastorno depresivo en los profesores de secundaria del sistema de escuelas públicas del Estado en Fortaleza. Ya que la depresión es una problemática predominantemente buscada por la Psicología, en nuestra búsqueda, de enfoque cualitativo, hicimos una transposición didáctica de los términos, de los instrumentos de evaluación para la educación. Formaron parte de la investigación 26 profesores que compusieron la muestra. Utilizamos como instrumento de análisis el Inventario Beck de Depresión (BDI) además de un cuestionario sociodemográfico. Los resultados apuntan a la enfermedad psicoemocional de los profesores; el ejercicio de la docencia es una actividad laboral de carácter insalubre que presenta predictores para el desarrollo de trastornos mentales.*

**Palabras clave:** *Depresión. Práctica docente. Inventario Beck. Escuela pública.*

## 1 INTRODUÇÃO

As condições de trabalho e saúde do professor das escolas públicas têm-se constituído num problema crítico para a educação brasileira. O cenário atual da educação, com o sucateamento das instituições escolares, a violência física e verbal, a sobrecarga de trabalho, a desvalorização da carreira, os baixos salários etc., corroboram o desencadeamento de doenças físicas e o sofrimento psíquico.

Sabemos que o processo de ensino-aprendizagem exige um alto investimento afetivo e emocional para a execução do trabalho. Caso o professor esteja adoecido, pode causar um dano muito maior, pois o estresse é emocionalmente contagioso (CURI, 2011). De fato, durante o decorrer de um dia, muitos professores são atravessados por diversas emoções e pensamentos dos quais sequer se dão conta. As pessoas mais próximas influenciam as emoções, havendo uma sincronização inconsciente (MAIA, 2015).

Os professores de escolas públicas comumente estão inseridos no sofrimento de um grupo, que inclui os alunos e suas famílias. Estas, muitas vezes, não conseguem educar os filhos e transferem para a escola essa tarefa, com a agravante de que alguns jovens não reconhecem no professor uma autoridade que devem respeitar (FILIZOLA, 2012).

Os problemas que assaltam os professores são bastante diversos, vão desde problemas vocais, estresse mental e físico, dores de cabeça e musculares até problemas emocionais e mentais (VASCONCELOS, 1997 *apud* FERREIRA, 2011). Os problemas mentais trazem o estigma há muito incutido, de forma equivocada, na sociedade de que o portador é um louco, uma pessoa desequilibrada, fraca, que não tem fé e é incapaz de conviver em sociedade (CAVALHEIRO; TOLFO, 2011).

O preconceito acerca dos transtornos emocionais e a negação em buscar profissionais que tratem dessas doenças psíquicas podem paralisar o sujeito e o impedir de desempenhar suas funções profissionais. Em alguns casos de adoecimento psíquico, é necessário o afastamento do trabalho ou ainda uma readaptação funcional, por meio da qual os professores vão atuar em outra função dentro da escola. Por isso, acreditamos que esse preconceito que envolve as doenças mentais, em especial a depressão, constitui a parte mais cruel da doença, pois o doente sente-se muitas vezes constrangido e envergonhado, não buscando ajuda especializada, o que faz com que a doença adquira um caráter silencioso (SILVA, 2016).

Em vista disso, a depressão, que já é considerada uma epidemia mundial, está também presente dentro do espaço escolar, evidenciando uma necessidade de pesquisas e estudos que abordem esse problema que tem atingindo diversos professores (GASPARINI *et al.*, 2005) e impactado negativamente no processo de ensino-aprendizagem dos discentes. Esta pesquisa busca assim trazer para a Educação uma reflexão sobre tal problemática, que tem sido foco dos estudos na área da Psicologia, principalmente. Os resultados alcançados podem ampliar as demais discussões sobre depressão na esfera escolar, tendo em vista que docentes que sofrem com depressão podem refratar todo o Sistema Educacional (PAULA; JIMÉNEZ, 2018) e influenciar os índices de evasão escolar.

## 2 DEPRESSÃO E DOCÊNCIA: REFLEXOS NA PRÁTICA DOCENTE

O atual quadro econômico mundial, em que as condições de insegurança no trabalho se refletem em processos de contenção no quadro de colaboradores, repercute sobre a saúde mental do trabalhador. Em decorrência do lugar de destaque que o trabalho ocupa na vida das pessoas, sendo fonte de garantia de subsistência e de posição social, a falta de trabalho ou mesmo a ameaça de perda do emprego geram sofrimento psíquico, ao mesmo tempo que abalam o valor subjetivo que a pessoa se atribui, gerando sentimentos de menos-valia, angústia, inse-

gurança, desânimo e desespero, caracterizando quadros ansiosos e depressivos (BRASIL, 2001).

Nesse sentido, os docentes não fogem à regra mundial. O medo, a vergonha social, o rótulo que o sujeito adquire são, muitas vezes, bem mais pesados do que a própria doença em si. O preconceito e o estigma que o adoecido psicoemocionalmente carrega são, por vezes, muito mais difíceis de enfrentar do que a própria doença em si. Infelizmente, mais de 350 milhões de pessoas de todas as idades sofrem de depressão, sendo um dos principais contribuintes para a carga global de doenças<sup>1</sup>, segundo a Organização Mundial da Saúde (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2017).

Especialmente, quando é de longa duração e com intensidade moderada ou grave, a depressão pode se tornar uma condição de saúde grave, podendo levar ao suicídio. Cerca de 800.000 pessoas morrem por suicídio a cada ano, além de ser a segunda principal causa de morte em indivíduos entre 15 e 29 anos, conforme o levantamento da Organização Mundial da Saúde (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2017). Para Vieira (2017), faz-se necessário que os temas sofrimento e depressão sejam pautados para que se tenha mais consciência de que falar sobre assuntos delicados, como o suicídio, não é prejudicial. A Associação Americana de Psiquiatria (APA) catalogou, através do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM), os transtornos mentais existentes e os critérios diagnósticos para a codificação e registro das doenças. Dessa forma, desfazem-se as dúvidas no que diz respeito ao diagnóstico e orientam-se as pessoas no tratamento dos transtornos mentais.

O transtorno depressivo é nominado como transtorno de humor ou transtorno afetivo, sendo conhecido também como depressão clássica, depressão maior, depressão unipolar ou depressão clínica. Ele caracteriza-se por mudanças de humor com duração mínima de duas semanas, devendo persistir na maior parte do dia, quase todos os dias, com grande intensidade de sofrimento ou prejuízo clinicamente significativo no funcionamento social, profissional ou em outras áreas importantes da vida do indivíduo (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014).

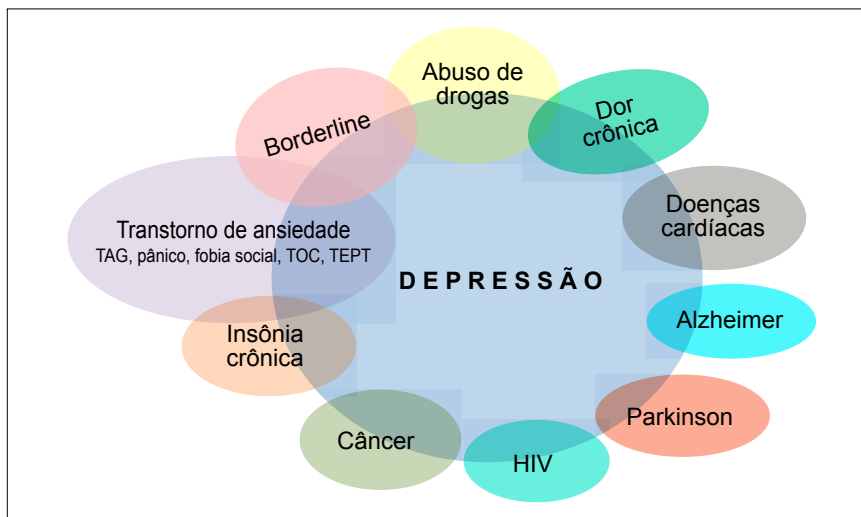
Os relatos das pessoas depressivas são quase os mesmos: uma paralisia motora, afetiva ou intelectual, o sentimento de uma fadiga absoluta, o esgotamento total das forças. O corpo reage com dores generalizadas, alterações do sono (insônia ou excesso de sono), perda ou aumento de peso (ambos de modo significativo), dificuldade de atenção, concentração e memorização, estados de estranheza, sentimento de despersonalização e desrealização, uma confusão de identidade, redução ou perda do desejo sexual, pensamentos recorrentes de morte ou de suicídio (SILVA, 2016).

Essa doença costuma vir acompanhada de outros transtornos mentais ou mesmo de doenças físicas, constituindo as comorbidades, isto é, exposição de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas. Essas associações evidenciam que pacientes deprimidos apresentam piores desfechos para essas doenças crônicas (BOING *et al.*, 2012).

<sup>1</sup> Carga Global de Doenças: é o indicador que mede simultaneamente o efeito da mortalidade e o da morbidade numa população, ou seja, refere-se aos anos de vida perdidos e anos vividos com incapacidade devido a causas específicas e fatores de risco.

A Figura 1 resume e apresenta a complexa relação entre a depressão e os transtornos que a ela costumam se associar, ou seja, as comorbidades.

Figura 1 – Depressão e transtornos mais comuns associados



Fonte: Silva (2016).

O lugar que a depressão ocupa na categoria docente é bastante significativo (STRIEDER, 2009), apesar de não ser um tema que tenha merecido ainda a atenção necessária da sociedade e dos governos. Tenta-se minimizar os danos nocivos que a depressão acarreta. O professor deprimido em pleno exercício da docência compromete a relação de ensino-aprendizagem, como também a relação com os gestores e a contribuição que poderia dar à sociedade (PAULA; JIMÉNEZ, 2018).

A fim de compreendermos melhor a gravidade do exercício da docência do professor deprimido, tomaremos como base os grandes teóricos do pensamento pedagógico, como Vygotsky (1998) e Wallon (1975), que apontam a relação entre afetividade e inteligência como fundamental para o processo do desenvolvimento humano. Ao considerarmos o processo interativo professor-aluno como condição essencial para a aprendizagem (CODD; GAZZOTTI, 1999 *apud* FERREIRA 2011), e como professor o principal agente mediador, embora não o único, do processo de construção da aprendizagem, admitimos que o docente deprimido em sala de aula terá dificuldades, além das impostas pelo próprio fazer docente, de cumprir as metas e objetivos planejados. Como o professor será capaz de integrar todos esses aspectos fundamentais para o ensino-aprendizagem, dar conta do aluno concreto, real, do conhecimento, das estratégias de ensino e do contexto cultural e histórico em que se situam (TACCA, 2002 *apud* TUNES; TACCA; BARTHOLO JÚNIOR, 2005), se está acometido por uma fragilidade emocional?

As emoções, a motivação, o pensamento tanto do discente como de seus professores devem ser mobilizados positivamente na direção dos objetivos planejados (TACCA; BRANCO, 2008). Assim, quando um estímulo, ao ser percebido, atinge diferentes áreas do sistema nervoso, via de regra, a resposta mais rápida é a que tem origem nos estímulos dos sistemas emocionais (MONTEIRO; GASPAR 2007). Em outras palavras, a cognição é influenciada pelas emoções, e, no con-

texto da sala de aula, professor e aluno, através das interações, atingem-se mutuamente; os sentimentos, a motivação transmitem-se no movimento relacional próprio do ensino-aprendizagem (DAMÁSIO, 2004 *apud* MONTEIRO; GASPAR 2007). Desse modo, a partir deste ponto de inflexão, alguns questionamentos nos surgem: como se dará essa troca se o professor apresenta suas emoções adoecidas, momentaneamente cristalizadas, e não tem nenhuma motivação para sair de casa ou levantar-se da cama?

Essa realidade, infelizmente, faz parte da vida de muitos professores. Sabemos que há muitas subnotificações que mascaram o verdadeiro número de professores deprimidos. Como já falamos, o preconceito e o medo que envolvem a doença depressiva são muito grandes, por isso ela ainda é tão velada. Esse professor - que traz seu sofrimento emocional em silêncio, que a cada hora precisa investir recursos internos para estar em sala de aula, e esta o convoca muitas vezes a tomar decisões imediatas, para ser criativo, a fim de manter os olhares dos seus alunos longe dos *smartphones* e redes sociais e minimamente interessados no conteúdo ou atividade que está sendo proposta (SOUZA, 2002) - ainda tem de apresentar forças físicas e emocionais que o mobilizem à afetividade. Certamente que nesse cenário as relações estão prejudicadas, e esse professor não logrará êxito no processo de ensino-aprendizagem (PAULA; JIMÉNEZ, 2018).

É preciso dar visibilidade aos problemas e dificuldades enfrentados diariamente pelo professor - confrontos velados nos muros das escolas, cronificação e adoecimento dos docentes (PAULA; JIMÉNEZ, 2018). Estes profissionais têm a obrigação de suportar a indiferença dos alunos, a desvalorização profissional dia após dia, a solidão e a culpa jogada em seus ombros pelo baixo nível de aprendizado dos seus discentes.

### 3 MÉTODO: INSTRUMENTOS, CONTEXTO E SUJEITOS DA PESQUISA

Para inferir os sintomas da depressão, utilizamos como instrumento<sup>2</sup> de coleta de dados o Inventário de Depressão de Beck (BDI)<sup>3</sup>. Beck *et al.* (1961) explicam que o teste consta de 21 itens, que estão divididos nas seguintes categorias: a) humor; b) pessimismo; c) senso de fracasso; d) falta de satisfação; e) sentimento de culpa; f) senso de autopunição; g) ódio por si mesmo; h) autoacusação; i) desejo de autopunição; j) crises de choro; k) irritabilidade; l) isolamento social; m) indecisão; n) imagem corporal; o) inibição no trabalho; p) distúrbios do sono; q) fadiga; r) perda de apetite; s) perda de peso; t) preocupação somática; u) perda de libido. Todas as categorias citadas descrevem as manifestações psicossomáticas, comportamentais e afetivas da depressão, que tem como objetivo identificar e medir a gravidade dos sintomas típicos dessa doença. Os escores utilizados para o BDI recebem as seguintes variantes: 0 a 9 - ausência de sintomas; 10 a 16 - depressão leve; 17 a 29 - depressão moderada; 30 a 63 - depressão grave (BECK *et al.*, 1961).

<sup>2</sup> Esse instrumento não substitui o complexo diagnóstico da depressão. Este somente deverá ser realizado por profissional competente.

<sup>3</sup> O Inventário de Depressão de Beck foi desenvolvido por Beck e colaboradores, sendo o instrumento mais utilizado de autoavaliação da depressão. Conforme seus autores, o BDI é um instrumento de alta credibilidade e boa validade em comparação ao diagnóstico realizado por profissional (ALMEIDA, 2013).

Achamos necessário incluir no inventário de Beck algumas informações socio-demográficas com as seguintes questões: nome, data da aplicação do questionário, idade, sexo, estado civil, tempo de profissão, carga horária semanal de trabalho, se trabalha em mais de uma escola, a escola é pública ou privada, pratica alguma atividade física semanal e, por último, com que frequência investe em lazer.

Neste estudo, fizemos uma pesquisa de abordagem qualitativa. A coleta de dados foi realizada numa escola do ensino médio pertencente à rede estadual, localizada na periferia de Fortaleza, na qual uma das pesquisadoras exerce sua atividade laboral e pode observar um fenômeno de adoecimento físico e emocional por parte dos docentes. A instituição faz parte da sexta região supervisionada pela segunda Superintendência das Escolas Estaduais de Fortaleza (Sefor), com indicador de complexidade de gestão nível 5. Esse indicador é baseado em quatro características: a) porte da escola; b) número de turnos de funcionamento; c) complexidade das etapas ofertadas pela escola; d) número de etapas/modalidades oferecidas.

A escola em estudo é classificada em nível 5 de complexidade de gestão por ter porte entre 150 e 1.000 matrículas, operando em 3 turnos, com 2 ou 3 etapas, apresentando a Educação de Jovens e Adultos (EJA) como etapa mais elevada. O estabelecimento em questão possui 12 alunos incluídos dentre os 1.680 alunos matriculados, distribuídos em 1.º, 2.º e 3.º anos do ensino médio e EJA Médio, existindo 42 turmas divididas em 19 salas de aulas, que funcionam nos três turnos e tem grande representatividade para a comunidade local, tendo em vista que possui mais de 90 anos desde a sua fundação. A escola de Ensino Médio conta com setenta docentes de sala de aula, todos licenciados na mesma disciplina que lecionam; destaca-se satisfatoriamente pelos índices de aprovação nas avaliações externas, pela disciplina de seus discentes, pelos projetos que desenvolve, pelo comprometimento da maioria dos professores e coordenadores, além do respeito conquistado da comunidade.

Iniciamos a pesquisa após a assinatura de anuência dos participantes do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, com 30 sujeitos: o diretor da escola, os coordenadores e professores de sala de aula, mas apenas 26 deles concluíram o questionário. Além das disciplinas curriculares obrigatórias, alguns professores ministram aulas de formação para a cidadania e desenvolvimento de competências socioemocionais<sup>4</sup>, que contemplam as séries do primeiro e segundo ano do ensino médio. Os critérios que foram utilizados para a seleção dos sujeitos basearam-se na disponibilidade dos professores que estavam em planejamento, por adesão voluntária, o que talvez tenha selecionado aqueles que tiveram maior interesse no tema, além da disposição individual do próprio docente sobre o assunto.

A pesquisa foi realizada entre os meses de maio e junho de 2018 e foi dividida em duas etapas distintas. Na primeira etapa, convidamos 30 docentes para a

<sup>4</sup> Baseando-se num modelo eficaz de educação qualitativa iniciado em Portugal, o estado do Ceará implementou o Projeto Professor Diretor de Turma, que tem como objetivo aproximar escola e família e ainda auxiliar no processo de ensino-aprendizagem. Nesse projeto, o diretor de turma é encarregado a mediar situações de conflito entre os alunos da sua turma, acompanhar a frequência dos alunos, realizar intervenções e orientações à família juntamente com o núcleo gestor da escola. No entanto, na prática, o diretor de turma assume quase o caráter de um assistente social, para o qual os alunos desabafam as dificuldades familiares, situações difíceis que presenciam, e até mesmo os sofrimentos emocionais que estejam atravessando e que podem culminar com a depressão, a automutilação e, em alguns casos, com ideação suicida.

participação dos grupos focais de forma aleatória (randômica), conforme a disponibilidade e conveniência dos professores. Realizamos, durante três dias não consecutivos, cinco encontros com duração de cinquenta minutos cada, nos turnos da manhã e tarde, contemplando os trinta docentes que se interessaram e puderam participar da pesquisa.

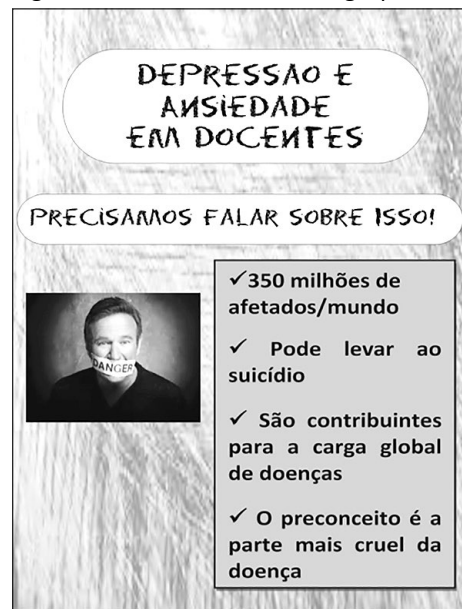
As falas dos docentes foram gravadas no aparelho celular de uma das pesquisadoras em formato mp3 (*MPEG Audio Layer-3*)<sup>5</sup>. Os encontros aconteceram na sala dos professores, onde entregamos um folheto elaborado por nós com o objetivo de contextualizar e trazer a problemática da depressão para o espaço escolar. Após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido pelos participantes, entregamos um folheto, consoante Figura 2, para cada professor, a fim de contextualizar e trazer o assunto depressão e ansiedade com dados atualizados.

Esse momento foi marcado tanto por depoimentos emocionantes, que sensibilizaram vários docentes, como por pedidos por oficinas, minicursos sobre a temática. Todos os participantes demonstraram grande satisfação por poderem falar das suas angústias e dificuldades, percebendo que não estavam sozinhos. Os docentes solicitaram mais momentos e encontros como aquele, agradecendo-nos pela oportunidade de falar sobre algo tão velado no espaço escolar.

Após esses momentos coletivos, aplicamos o já referido inventário BDI. O tempo médio que os professores levaram para responder o inventário girou em torno de dez minutos. Não vimos nenhuma dificuldade encontrada pelos professores no preenchimento das respostas. Foram entregues trinta questionários aos professores que aceitaram participar da pesquisa. Dos professores que se dispuseram a participar da nossa pesquisa, quatro docentes não devolveram o questionário.

Os dados obtidos foram tabulados e analisados em uma planilha criada no *Microsoft® Excel*. Já o somatório da pontuação obtida foi feito a partir do inventário de depressão de Beck. Foram elaboradas cinco planilhas, e cada uma continha uma variável: sexo, idade, tempo de profissão, carga horária e atividade física. Elaboramos diversos gráficos que facilitassem a interpretação dos dados de cada variável, além de quantificar em porcentagem a prevalência<sup>6</sup> da depressão (FIGURA 3).

Figura 2 – Folheto utilizado no grupo focal



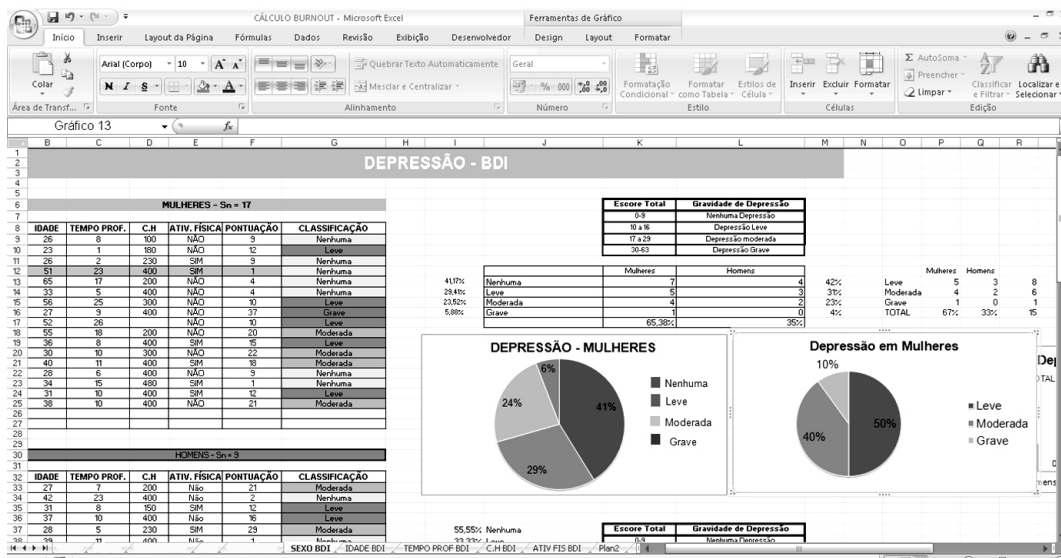
Fonte: elaborada pelas autoras.

<sup>5</sup> É um formato ou extensão de arquivo digital de áudio, que tem como principal característica a compressão de áudio de forma que o tamanho do arquivo passa a ser bem reduzido em comparação com o tamanho original, sem redução da qualidade sonora.

<sup>6</sup> Prevalência é o número total de casos existentes em uma determinada população e em um determinado momento temporal. Ela nos permite compreender o quanto é comum, ou rara, uma determinada doença ou situação em uma população.



Figura 3 – Tabulação dos dados



Fonte: elaborada pelas autoras.

## 4 RESULTADOS

Categorizamos a análise dos resultados<sup>7</sup> por gênero, idade, tempo de profissão, carga horária e prática de atividade física. A amostra deste estudo foi composta por 26 sujeitos, sendo 65% do sexo feminino. A maior parte (35%) dos professores tem de 31 a 40 anos; seguindo-se 31% dos docentes, que possuem idade de 20 a 30 anos; um pouco mais de 19% se referem aos professores com idade de 51 a 65 anos; e, por fim, os professores com idade de 41 a 50 anos representam 15%. Em relação ao tempo de profissão, a maioria (54%) atua na docência entre 1 e 10 anos; seguindo-se 31% dentre os que estão de 11 a 20 anos; e apenas 15% tinham de 21 a 30 anos como docentes.

A grande parte dos professores (73%) possui uma jornada de trabalho entre 201 e 400 horas mensais<sup>8</sup>, seguindo-se 27% dentre os docentes que trabalham entre 100 e 200 horas e, por último, apenas um professor possui uma jornada laboral entre 401 e 520 horas mensais, e não apresentou grau de depressão.

A maior parte dos professores (65%) não pratica nenhum tipo de atividade física; 35% praticam atividade física três vezes por semana. Esses dados são preocupantes, tendo em vista que indica que os professores estão tendo menos cuidado com a saúde física e consequentemente mental. Como sabemos, a prática de atividade física reduz os níveis de estresse, aumenta a sensação de bem-estar e de autoestima, melhora a qualidade do sono e o bom humor, reduz os níveis de colesterol, aumenta a capacidade cardiorrespiratória, dentre outros benefícios.

Em nosso estudo, consideramos apenas os índices que apresentam algum grau de prevalência da depressão<sup>9</sup>. No universo de 26 respondentes, 42% (n = 11)

<sup>7</sup> Os dados alcançados foram analisados por meio de percentual a partir de categorias utilizadas durante a pesquisa.

<sup>8</sup> Entre os pesquisados, apenas um professor não soube precisar sua carga horária mensal.

<sup>9</sup> A taxa de prevalência determina a proporção da população que tem a doença, sendo utilizada para estimar o ônus da população de uma doença crônica. Ela é determinada a partir do número de afetados, dividido pelo número total de sujeitos pesquisados.

não apresentaram nenhum grau de depressão, 31% apresentaram um grau leve, 23% grau moderado e apenas 4% apresentaram um nível grave de depressão, ou seja, mais da metade 58% (n = 15) do corpo docente apresentou diferentes níveis de depressão. Em estudo semelhante, Tostes *et al.* (2018) constataram a presença da sintomatologia depressiva em 44,04% dos professores; destes, 25,06% apresentavam depressão leve e 18,98% depressão moderada ou grave. Freitas *et al.* (2011 *apud* TOSTES *et al.*, 2018), em estudo com professores universitários, constatou que 50% dos docentes apresentavam algum grau de depressão: 42% com sintomas de depressão leve e 8% com depressão moderada.

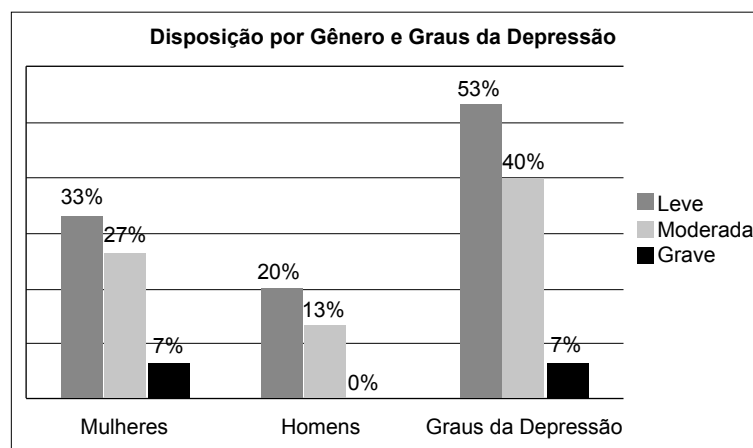
Estes valores são maiores que os encontrados em Silva e Silva (2013), de 17,8%; Oliveira (2013 *apud* LIMA; COELHO; CEBALLOS, 2017), de 54,7%; Batista *et al.* (2013), de 51%; Lima, Coelho e Ceballos (2017), de 37,1%; e Gasparini *et al.* (2006) de 50,3%, em resultados de pesquisas para avaliar a saúde do professor e a prevalência dos transtornos mentais.

A constatação de mais da metade dos docentes estarem em estado psíquico alterado, com sintomas depressivos, evidencia que esses sujeitos estão em sofrimento psicoemocional e paulatinamente esse quadro vai agravando, à medida que não é tratado. É importante lembrarmos que esses profissionais estão em sala de aula, exercendo suas atividades com grande esforço para ministrar suas aulas com qualidade e rendimento, a fim de que o processo de ensino-aprendizagem não seja sacrificado.

Esse adoecimento tem contribuído para o absenteísmo frequente que a escola enfrenta, principalmente no turno da tarde, quando as ausências são mais significativas. Possivelmente esse turno seja o mais prejudicado pelo fato de o docente ministrar aulas no turno da manhã e, quando se inicia o outro turno da tarde, já estar com cansaço físico e mental, mais irritado e menos paciente para lidar com o número grande de alunos.

Ainda no que se refere aos resultados, quanto ao gênero, observou-se, no presente estudo, maior prevalência de sofrimento mental nas mulheres em relação aos homens (GRÁFICO 1).

Gráfico 1 – Comparação dos níveis de sofrimento mental entre homens e mulheres



Fonte: elaborado pelas autoras.

Por esse motivo, em nosso estudo, não consideraremos o número de sujeitos que não apresentaram sintomas da depressão. Os dados expostos nesta pesquisa se referem a sujeitos acometidos pelos sintomas da doença depressiva.

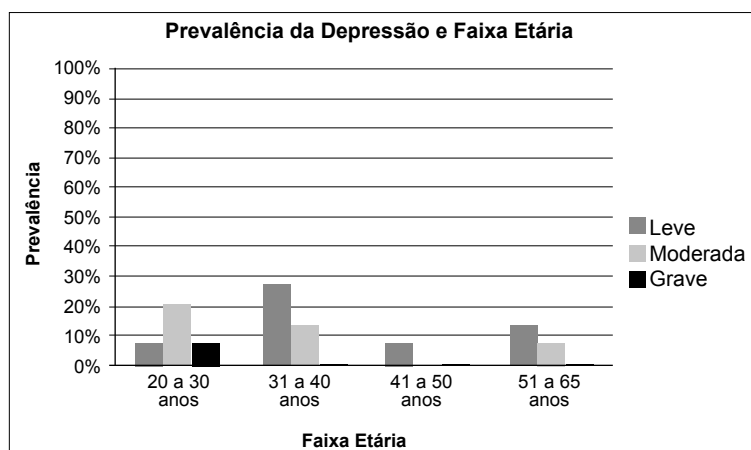
As mulheres compreendem 67% dos docentes com adoecimento psíquico, apresentando diferentes graus de gravidade da doença depressiva. Este resultado aponta maior prevalência em comparação ao estudo de Batista *et al.* (2013), cuja porcentagem foi de 50,5%, e ao estudo de Tostes *et al.* (2018), cujo percentual foi de 60,71%. Se, na nossa amostra, a predominância dos sujeitos são docentes do sexo feminino, a constatação de que mais da metade dessas mulheres estão apresentando algum grau de depressão é triste e perturbante.

Podemos aferir que o modelo de sociedade em que vivemos privilegia o gênero masculino, já que a mulher assume significativamente mais tarefas domésticas e de cuidados infantis que podem resultar em uma maior sobrecarga psíquica de trabalho e família. Essas condições sociais intervêm, de maneira importante, na forma de conduzir a vida e nas variantes de saúde. Essa diáde, trabalho e família, é considerada conflitante por grande parte das mulheres, como também afirma Guille (2017) ao estudar a relação entre conflito trabalho-família e a diferença sexual na depressão.

Diversos estudos (BATISTA *et al.*, 2013; HYDE *et al.*, 2008; GOMES; QUINTÃO, 2011; TOKER *et al.*, 2007 *apud* GOMES; QUINTÃO, 2011; SILVA, 2018) encontraram igualmente diferenças entre os gêneros para a doença depressiva. A predominância da depressão associada ao gênero feminino revela que as múltiplas jornadas de trabalho docente e as responsabilidades familiares influenciam, direta e desfavoravelmente, a saúde da mulher.

Quanto à análise dos gráficos por idade, primeiramente separamos as idades por décadas, ficando distribuídas da seguinte forma: entre 20 e 30 anos, entre 31 e 40 anos, entre 41 e 50 anos, e, por fim, entre 51 e 65 anos. Dentre os pesquisados, a faixa etária entre 31 e 40 anos representa os mais acometidos (40%), seguindo-se os professores que possuem entre 20 e 30 anos (33%), 20% possuem idade entre 51 e 65 anos, e apenas 7% se referem à faixa etária entre 41 e 50 anos (GRÁFICO 2).

Gráfico 2 – Faixa etária de prevalência da depressão



Fonte: elaborado pelas autoras.

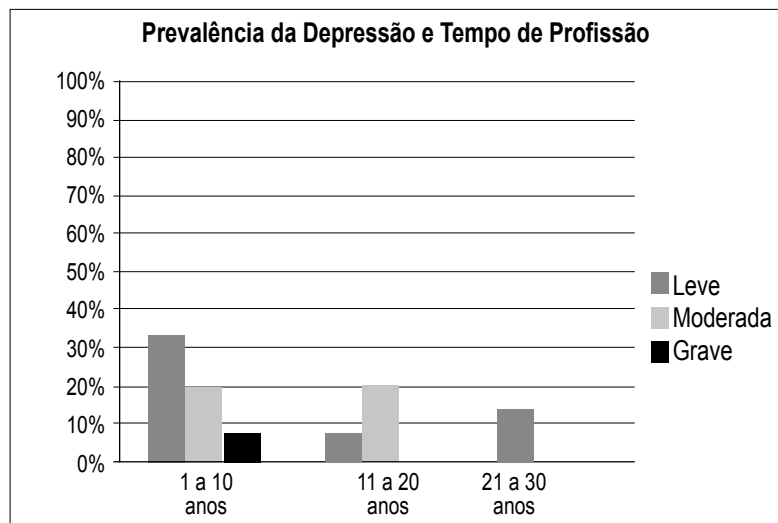
Como se pode observar no gráfico acima, ficou evidente que a maior parte dos professores está com um grau leve da doença (53%), seguindo-se 40% dos docentes, nos quais a doença já se apresenta num nível moderado de gravidade, e,

por último, com 7%, o percentual que representa o número de professores em estágio grave da doença depressiva.

Observamos também que a faixa etária entre 31 e 40 anos, o estrato etário mais afetado em nossa amostra por depressão, geralmente já possui estabilidade no trabalho, conhece como funciona a dinâmica escolar, já não possui o mesmo vigor de quando ingressou na carreira, as expectativas e os ideais são mais discretos e menos ousados. Coincide também de ser nesse mesmo período em que acontece a busca por relações afetivas estáveis e em que as professoras começam a exercer a maternidade. Partindo desses aspectos, somos levados a pensar que esses sujeitos não desenvolveriam a depressão, pois estão numa idade em que a produtividade e a maturidade concorrerem a seu favor.

Para analisarmos o tempo de profissão, dividimos o questionário em década e percebemos que os professores com menos tempo de experiência, entre 1 e 10 anos, apresentaram uma taxa de depressão de 60%, os professores com 11 a 20 anos de profissão indicaram 27%, e 13% representaram os professores com maior tempo de atividade docente, 21 a 30 anos (GRÁFICO 3).

Gráfico 3 – Índice de depressão e tempo de atividade docente



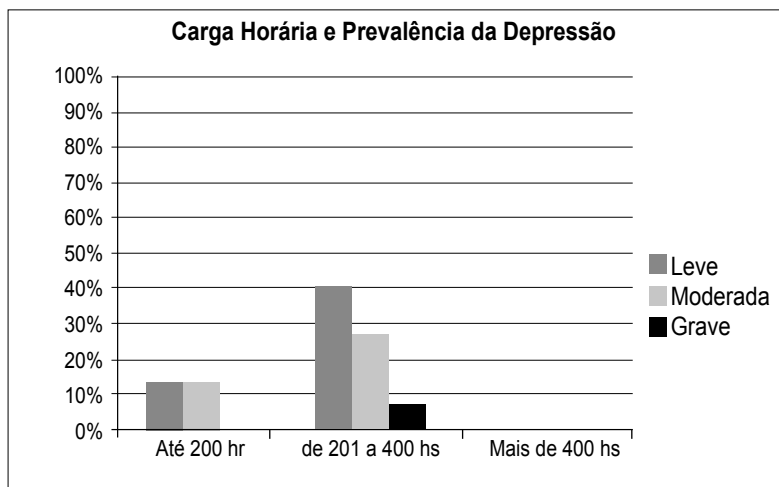
Fonte: elaborado pelas autoras.

Esses dados, referentes a mais da metade dos professores que estão iniciando a carreira profissional e que apresentam algum grau de depressão, são impactantes, pois o docente que começa uma atividade que já o leva ao adoecimento se vê desencorajado a seguir exercendo essa atividade laboral.

Os professores com menor experiência profissional apresentaram maior índice de depressão nos três graus de severidade da doença depressiva. Isso vai de encontro ao senso comum, que acredita que professores com mais tempo de profissão têm maior sofrimento emocional. Resultado semelhante foi identificado em estudos já realizados (LEVY, 2006; MIRANDA, 2017). Neles, as possíveis explicações para esses achados se referem à possibilidade de os novos ingressos na profissão depositarem muitas expectativas; diversos elementos, porém, não lhes permitem superar as dificuldades advindas da profissão; como consequência, há um aumento de estresse e abatimento.

Quanto à carga horária de trabalho, verificamos que a carga horária do professor varia bastante conforme o número de escolas em que trabalha. Por isso, foi necessário adequar a análise dos dados segundo a carga horária dos docentes. Assim, dividimos essa carga horária da seguinte forma: até 200 horas mensais; de 201 a 400 horas mensais; e mais de 400 horas mensais.

Gráfico 4 – Relação entre a carga horária e a prevalência da depressão



Fonte: elaborado pelas autoras.

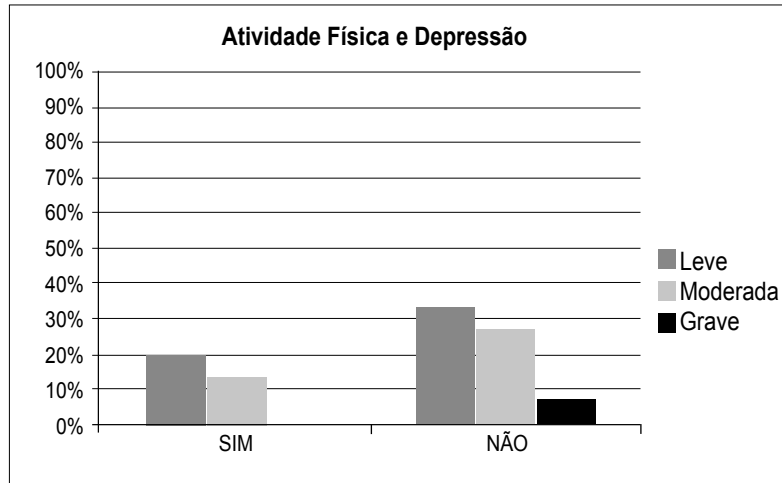
Na análise dos resultados encontrados (GRÁFICO 4), observamos que mais da metade (74%) dos professores com carga horária entre 201 e 400 horas mensais apresentaram diferentes graus de depressão, estão doentes; 26% dos professores com carga horária de até 200 horas mensais apresentam também adoecimento mental. A alta prevalência de transtornos depressivos associada à carga horária também foi verificada nos estudos de Silva *et al.* (2018), Gomes e Quintão (2011), e Gasparini *et al.* (2006). Não houve nenhuma pontuação que indicasse algum grau de depressão entre os professores que possuem carga horária acima de 400 horas mensais. Este último dado não representa de todo a realidade, uma vez que o número de professores ( $n = 2$ ) que exerce sua atividade laboral com essa carga horária representa apenas 7% dos respondentes, sendo necessária uma amostra composta por um maior número de participantes, a fim de aproximarmos os dados factuais, para, desse modo, chegarmos a uma conclusão mais concreta.

A extensa jornada de trabalho em dois turnos (de 201 a 400 horas) tem sobrecarregado o trabalho do professor. Aqui, a questão central são os baixos salários, que levam o docente a assumir mais horas de trabalho e em diversas escolas, além das horas adicionais de trabalho levado para casa. Questões que devem ser repensadas através de políticas educacionais que possibilitem ao professor diminuir suas horas laborais pela própria natureza da atividade que exerce.

Quanto à prática de atividade física, consideramos importante trazer essa informação, tendo em vista que a prática de atividade física, conforme afirmam Schuch *et al.* (2018), é um fator de proteção para o início da depressão, mesmo com pequenas quantidades de atividade física (por exemplo, caminhar 150 minutos por semana), além de diminuir a incidência e os sintomas de episódios depressivos.

Os resultados a seguir influenciam diretamente a qualidade de vida e a saúde dos docentes (GRÁFICO 5).

Gráfico 5 – Relação da prática de atividade física e a prevalência da depressão



Fonte: elaborado pelas autoras.

Observando o gráfico e considerando apenas aqueles que pontuaram algum nível de depressão, verificou-se, entre os professores, que 67% deles não praticam atividade física, sendo 33% referentes à depressão leve, 27% à depressão moderada e 7% à depressão grave. Em contrapartida, os 33% praticantes de atividade física tiveram um nível mais baixo quanto à gravidade da depressão, 20% apresentaram depressão leve, e 13% moderada.

Esses números demonstram que a gravidade da depressão está intimamente ligada à ausência de atividade física. A prática regular de exercícios físicos estimula determinadas áreas cerebrais ligadas à cognição, ao raciocínio, à memória e ao desenvolvimento de novos neurônios (SIMÕES NETO *et al.*, 2018), além da melhora do humor, da qualidade de vida e do bem-estar geral.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização desta pesquisa nos possibilitou verificar a ocorrência da depressão em professores do ensino médio e sua relação com a prática docente. Identificamos que os professores apresentaram sintomas depressivos, indicando que esses profissionais necessitam de atenção e estão em sofrimento de ordem psíquica, emocional, comportamental e fisiológica. As consequências dessa patologia são muito sérias. Elas se manifestam no âmbito pessoal, social e laboral, implicando diretamente sobre a organização escolar, a relação com os discentes e a aprendizagem.

Os resultados a que chegamos foram obtidos por meio do instrumento que utilizamos. Entretanto, há outros instrumentos<sup>10</sup> interdisciplinares, como a opi-

<sup>10</sup> Há outros instrumentos que poderão ser utilizados em estudos futuros, como a Escala de Avaliação de depressão de Hamilton (HAM-D).

nião de outros profissionais, que poderiam proporcionar uma investigação mais precisa sobre aquele indivíduo. Sabemos que a pesquisa que desenvolvemos envolve a individualidade e a subjetividade de cada sujeito, que cada indivíduo tem suas particularidades familiares, suas demandas profissionais que o instrumento que utilizamos não contempla. Estamos tratando o indivíduo dentro do coletivo como professores; entendemos, por conseguinte, que há diversas variantes que podem influenciar nesses resultados.

Em decorrência dos inúmeros prejuízos cognitivos (disfunções nos processos de pensamento, memorização, capacidade atenta, lentificação no pensamento e na fala, dentre outros), físicos (fadiga, ausência de energia, diminuição da atividade física, etc.), psicológicos (baixa autoestima, insegurança, autodepreciação, isolamento social) e motivacionais (passividade, diminuição da iniciativa, baixa energia, etc.), o reflexo dessa situação é sentido de imediato no ambiente escolar e na sala de aula. Por isso, na perspectiva pedagógica, há um impacto no ensino-aprendizado discente, uma vez que ele fica comprometido pelas próprias dificuldades e limitações em que o docente adoecido psicoemocionalmente se encontra. Isso acontece porque a sala de aula é contexto marcadamente relacional, em que o professor assume grande protagonismo; logo, a doença depressiva o impedirá de exercer sua atividade laboral e o seu papel na sociedade. Por isso, é de suma importância tratar o adoecimento psíquico e emocional docente como uma questão diretamente relacionada à qualidade da educação, além de ser um passo importante para a conscientização e a diminuição dos preconceitos que envolvem os transtornos mentais.

Sabemos que algumas lacunas que não foram preenchidas pelo nosso trabalho convocariam um estudo mais amplo e interdisciplinar com a Psiquiatria, a Psicologia e a Educação, em uma conversa que possibilitasse uma maior compreensão da temática, a fim de trabalhar na prevenção dos transtornos mentais nos professores.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, João Matheus Dantas. *Prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em docentes do curso de medicina da Universidade Federal da Bahia*. 2013. Monografia (Graduação em Medicina) – Faculdade de Medicina, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2013.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION [APA]. *DSM-5: manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais*. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- BATISTA, J. B. V.; CARLOTTO, M. S.; MOREIRA, A. M. Depressão como causa de afastamento do trabalho: um estudo com professores do ensino fundamental. *Psico*, Rio Grande do Sul. v. 44, n. 2, p. 257-262, abr./jun. 2013. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/11551>. Acesso em: 3 set. 2018.
- BECK, A. T.; WARD, C. H.; MENDELSON, M; MOCK, J; ERBAUGH, J. An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, [s. l.], v. 4, n. 6, p. 561-571, 1961. DOI: 10.1001/archpsyc.1961.01710120031004.

BOING, A. F.; MELO, G. R.; BOING, A. C.; MORETTI-PIRES, R. O.; PERES, K. G.; PERES, M. A. Associação entre depressão e doenças crônicas: estudo populacional. *Revista Saúde Pública*, São Paulo, v. 46, n. 4, p. 617-623, ago. 2012. DOI: 10.1590/S0034-89102012005000044.

BRASIL. Ministério da Saúde. Organização Pan-Americana da Saúde no Brasil. *Doenças relacionadas ao trabalho*: manual de procedimentos para os serviços de saúde. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2001. Disponível em: <http://www.fiocruz.br/biosseguranca/Bis/manuais/seguranca%20e%20saude%20no%20trabalho/Saudedotrabalhador.pdf> . Acesso em: 3 dez. 2018.

CAVALHEIRO, G.; TOLFO, S. R. Trabalho e depressão: um estudo com profissionais afastados do ambiente laboral. *Psico-USF*, Itatiba-SP, v. 16, n. 2, p. 241-249, maio/ago. 2011. DOI: 10.1590/S1413-82712011000200013.

FERREIRA, C. M. *Adoecimento psíquico de professores*: um estudo de casos em escolas estaduais de educação básica numa cidade mineira. 2011. Dissertação (Mestrado) – Faculdades Integradas de Pedro Leopoldo, Pedro Leopoldo, MG, 2011.

FILIZOLA, P. Transtornos afastam docentes das salas de aula. *Associação Paulista de Medicina*, ago. 2012. Disponível em: <http://www.apm.org.br/noticias-conteudo.aspx?id=8332>. Acesso em: 25 dez. 2017.

GASPARINI, S. M.; BARRETO, S. M.; ASSUNÇÃO, A. Á. Prevalência de transtornos mentais comuns em professores da rede municipal de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 22, n. 12, p. 2679-2691, dez. 2006.

GASPARINI, S. M.; BARRETO, S. M.; ASSUNÇÃO, A. Á. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. *Educação e Pesquisa*, São Paulo, v. 31, n. 2, p. 189-199, maio/ago. 2005. DOI: 10.1590/S1517-97022005000200003.

GOMES, A. P. R.; QUINTÃO, S. R. Burnout, satisfação com a vida, depressão e carga horária em professores. *Análise Psicológica*, Lisboa, v. 2, n. 29, p. 335-344, abr. 2011.

GUILLE, C.; FRANK, E.; ZHAO, Z.; KALMBACH, D. A.; NIETERT, P. J.; MATA, D. A.; SEN, S. Work-family conflict and the sex difference in depression among training physicians. *JAMA internal medicine*, [s. l.], v. 177, n. 12, p. 1766-1772, dez. 2017. DOI: 10.1001/jamainternmed.2017.5138.

HYDE, J. S.; MEZULIS, A.; ABRAMSON, L. The ABCs of depression: integrating affective, biological, and cognitive models to explain the emergence of the gender difference in depression. *Psychological review*, [s. l.], v. 115, n. 2, p. 291-313, 2008.

LEVY, G. C. T. M. *Avaliar o Índice de Burnout em professores da rede pública de ensino localizada na Região Sudeste*. 2006. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2006.

LIMA, A. F. T.; COELHO, V. M. S.; CEBALLOS, A. G. C. Violência na escola e transtornos mentais comuns em professores. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, Porto, n. 18, p. 31-36, dez. 2017. DOI: 10.19131/rpesm.0189



- MAIA, A. Contágio emocional: felicidade e tristeza pegam-se como a gripe. *Diário de Notícias*, Lisboa, 24 nov. 2015. Disponível em: <https://www.dn.pt/sociedade/interior/contagio-emocional-felicidade-e-tristeza-pegamse-como-a-gripe-4898862.html>. Acesso em: 27 out. 2019.
- MIRANDA, M. B. *Saúde emocional de professores das escolas estaduais de Juiz de Fora, MG: depressão e Burnout*. 2017. Dissertação (Mestrado) - Instituto de Ciências Humanas, Universidade Federal de Juiz de Fora, 2017.
- MOLLON, F. Sob Pressão. *Revista Educação*, [s. l.], ed. 119, set. 2011. Disponível em: <http://www.revistaeducacao.com.br/sob-pressao/>. Acesso em: 12 ago. 2019.
- MONTEIRO, I. C. C.; GASPAR, A. Um estudo sobre as emoções no contexto das interações sociais em sala de aula. *Investigações em Ensino de Ciências*, Porto Alegre, v. 12, n. 1, p. 71-84, 2007.
- PAULA, L. H.; JIMÉNEZ, L. O. A influência da depressão dos docentes em sua prática pedagógica no ensino fundamental de duas escolas municipais da cidade de Santos, SP. *Revista Científica de Iniciación a la Investigación*, Paraguai, v. 3, n. 2, p. 147-162, 2018.
- SCHUCH, F. B.; VANCAMPFORT, D.; FIRTH, J.; ROSENBAUM, S.; WARD, P. B.; SILVA, E. S.; HALLGREN, M.; DE LEON, A. P.; DUNN, A. L.; DESLANDES, A. C.; FLECK, M. P.; CARVALHO, A. F.; STUBBS, B. Physical activity and incident depression: a meta-analysis of prospective cohort studies. *American Journal of Psychiatry*, [s. l.], v. 175, n. 7, p. 631-648, jul. 2018. DOI: 10.1176/appi.ajp.2018.17111194.
- SILVA, A. B. B. *Mentes depressivas: as três dimensões da doença do século*. São Paulo: Principium, 2016.
- SILVA, L. G.; SILVA, M. C. Condições de trabalho e saúde de professores pré-escolares da rede pública de ensino de Pelotas. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio Grande do Sul, v. 18, n. 11, p. 3137-3146, 2013.
- SILVA, N. R.; BOLSONI-SILVA, A. T.; LOUREIRO, S. R. Burnout e depressão em professores do ensino fundamental: um estudo correlacional. *Revista Brasileira de Educação*, São Paulo, v. 23, 2018. DOI: 10.1590/s1413-24782018230048.
- SIMÕES NETO, J. C.; OLIVEIRA, G. F.; ROCHA, A. M.; LOPES, E. M. Associação entre o nível de atividade física e o desempenho cognitivo em crianças. *Id on Line: Revista Multidisciplinar e de Psicologia*, Passos, MG, v. 12, n. 39, p. 713-735, 2018. DOI: 10.14295/idonline.v12i39.1023.
- SOUZA, M. C. C. C. A psicanálise e a depressão dos professores: notas sobre a psicanálise e a história da profissão docente. In: COLÓQUIO DO LEPSI IP/FE-USP, 3., 2002, São Paulo. *Anais [...]*. São Paulo: USP, 2002. Disponível em: [http://www.proceedings.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=MSC0000000032001000300012&lng=en&nrm=abn](http://www.proceedings.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=MSC0000000032001000300012&lng=en&nrm=abn). Acesso em: 3 maio 2019.
- STRIEDER, R. Depressão e ansiedade em profissionais da educação das regiões da Amerios e da AMEOSC. *Roteiro*, Joaçaba, SC, v. 34, n. 2, p. 243-268, dez. 2009.
- TACCA, M. C. V. R.; BRANCO, Â. U. Processos de significação na relação professor-alunos: uma perspectiva sociocultural construtivista. *Estudos de Psicologia*, Natal, v. 13, n. 1, p. 39-48, 2008. DOI: 10.1590/S1413-294X2008000100005.

TOSTES, M. V.; ALBUQUERQUE, G. S. C.; SILVA, M. J. S.; PETTERLE, R. R. Sofrimento mental de professores do ensino público. *Saúde debate*, Rio de Janeiro, v. 42, n. 116, p. 87-99, jan./mar. 2018.

TUNES, E.; TACCA, M. C. V. R.; BARTHOLO JÚNIOR, R. S. O professor e o ato de ensinar. *Cadernos de Pesquisa*, São Paulo, v. 35, n. 126, p. 689-698, set./dez. 2005. DOI: 10.1590/S0100-15742005000300008.

VIEIRA, T. B. A cada 45 minutos, uma pessoa se suicida no Brasil, dizem especialistas na CAS. Entrevista concedida a Agência Senado. *Agência Senado*, Brasília, 25 maio 2017. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2017/05/25/a-cada-45-minutos-uma-pessoa-se-suicida-no-brasil-dizem-especialistas-na-cas>. Acesso em: 23 set. 2019.

VYGOTSKY, L. *A formação social da mente: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores*. 6. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

WALLON, Henri. *Psicologia da Educação e da Infância*. Lisboa: Editorial Estampa, 1975.

WORLD HEALTH ORGANIZATION - WHO. *Depression and other common mental disorders: global health estimates*. Geneva: World Health Organization. 2017. Disponível em: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs369/en/>. Acesso em: 3 set. 2017.

Recebido em: 2 maio 2019

Aceito em: 5 maio 2020