

Avaliação do Sofrimento Mental dos Docente do Curso de Medicina da Uniderp Pós-Pandemia

Assessment of the Mental Suffering of Professors of the Uniderp Medicine Course Post-Pandemic

Patrícia Palhano Medeiros Penrabel^{*a}; Rafael Guimarães Curvo^a; Tamires Dias dos Passos^a

^aUniversidade Anhanguera Uniderp, Curso de Medicina. MS, Brasil.

^{*}E-mail: patricia.penrabel@cogna.com.br

Resumo

Observa-se que as dificuldades relacionadas à saúde mental são emergentes e cada vez mais incidem de forma geral na população. Assim, atualmente, apresentam-se como problema de saúde pública no Brasil. A docência, dessa forma, é uma atividade que exige dedicação e impõe exigências profissionais para evolução do ensino moderno. Este estudo tem como objetivo avaliar a qualidade da saúde mental dos docentes do curso de medicina da Universidade Anhanguera-Uniderp Pós-Pandemia. Trata-se de um estudo transversal, quantitativo, em uma universidade privada na cidade de Campo Grande, com os professores do curso de medicina, no ano de 2023. A coleta de dados será realizada por meio de um questionário validado SQR-20. O sigilo e a questão ética estarão resguardados conforme a resolução 466/2012. Espera-se encontrar o perfil da qualidade da saúde mental dos professores do curso pós-pandemia, para posteriormente levantar uma proposta de intervenção a partir dos resultados obtidos com esta pesquisa.

Palavras-chave: Sofrimento Mental. Burnout. Docente. Pós-Pandemia.

Abstract

It is observed that difficulties related to mental health are emerging and are increasingly affecting the general population. Therefore, they currently present themselves as a public health problem in Brazil. Teaching, therefore, is an activity that requires dedication and imposes professional demands for the evolution of modern teaching. This study aims to evaluate the quality of mental health of professors of the medical course at Universidade Anhanguera-Uniderp Post-Pandemic. This is a cross-sectional, quantitative study, at a private university in the city of Campo Grande, with professors of the medical course, in the year 2023. Data collection will be carried out using a validated SQR-20 questionnaire. Confidentiality and ethical issues will be protected according to resolution 466/2012. It is expected to find the profile of the quality of mental health of post-pandemic course teachers, to later raise an intervention proposal based on the results obtained with this research.

Keywords: Mental Suffering. Burnout. Teacher. Post-Pandemic.

Introdução

A profissão docente é considerada pela Organização Internacional do Trabalho (OIT) como uma das mais estressantes, pois ensinar se tornou uma atividade desgastante, com repercussões evidentes na saúde física, mental e no desempenho profissional (Reis et al., 2006) Evidencia-se no mundo atual uma evolução rápida de transtornos mentais relacionados à saúde ocupacional que interferem nas atividades diárias profissionais, e, por isso, sua manutenção é uma importante ferramenta para promover o bem estar pessoal. O esgotamento mental resultante do estado de estresse crônico no local de trabalho mostrou-se cada vez mais presente em profissões com alta carga emocional.

Os docentes do curso de medicina estão dispostos a se encontrarem em tais situações visto que precisam estar em constante atualização com as condutas, associado também a alta carga horária de trabalho além da carência de equipamentos e equipe necessária para melhor atuação no

seu campo. Sobre isso, observa-se que os dados na literatura são escassos sobre essa temática entre os docentes do curso em período pós-pandemia, momento em que o ensino foi modificado associando-se de forma exponencial com a tecnologia vigente. A rotina e as exigências impostas aos professores são inúmeras e podem desencadear o processo de adoecimento mental.

A intenção desta pesquisa é avaliar o sofrimento mental dos docentes do curso de medicina da Universidade Anhanguera Uniderp no período pós-pandemia, a fim de propor ao final da pesquisa uma intervenção que possa acolher esses profissionais e estabelecer medidas de prevenção. Além disso, por se tratar de um estudo em ambiente escolar pode-se esperar um impacto acadêmico e contribuições para a formação médica.

A contribuição acadêmica-científica-profissional se fez presente neste estudo foi contexto do conhecimento sobre a saúde mental dos docentes pós-pandemia. Sendo que o corpo docente e discente pode ser beneficiado com esta ciência.

A tríade ensino-pesquisa-extensão é a base principal para o atingimento de bons resultados e impactos positivos, se tornando o guia para um bom desenvolvimento deste projeto. Portanto, contribuirá para o fortalecimento das atividades de pesquisa e iniciação científica na unidade.

É fundamental a valorização dos professores, para que as instituições de ensino possam cumprir o papel de formação de cidadãos para um futuro melhor, em uma sociedade mais justa, responsável e ética. A educação é um dos elementos de acesso e exercício de cidadania, além de favorecer a inclusão pessoal e profissional. O fato de a saúde dos trabalhadores da educação ser objeto de estudo de uma variedade de áreas do conhecimento sugere que este é um tema de interesse multidisciplinar (Santos; Marques, 2013). A profissão docente é considerada pela Organização Internacional do Trabalho (OIT) como uma das mais estressantes, pois ensinar se tornou uma atividade desgastante, com repercussões evidentes na saúde física, mental e no desempenho profissional (Reis et al., 2006).

Pesquisas realizadas em diversos lugares do mundo concluem que os professores são altamente susceptíveis ao desenvolvimento de transtornos mentais, possuindo o risco de sofrerem um desgaste físico e mental mais acentuado do que outras profissões, por conta das dificuldades materiais e psicológicas associadas ao trabalho dessa classe (Trindade; Morcerf; Oliveira, 2018).

Conforme a OMS, o Burnout é uma síndrome conceituada como resultante do estresse crônico no local de trabalho que não foi administrado com sucesso. Além disso, segundo o CID - 11, a doença é caracterizada pela presença de três espectros como a sensação de esgotamento, aumento da distância mental do trabalho e redução da eficácia profissional. Assim, identificar a presença desses sinais e os estressores responsáveis é importante para beneficiar o ambiente de trabalho.

Segundo Tostes (2018), em um estudo com 1.201 professores, 29,73% relataram alguma forma de adoecimento mental, como depressão, ansiedade e estresse, entre outros. Além de apresentar um resultado no qual, a maior prevalência de sofrimento mental ocorreu nas mulheres, em relação aos homens.

Tostes *et al.* (2018) cita o duplo sentido do trabalho, sendo ele, por um lado, fonte de prazer e realização, contribuindo para estruturar o processo de identidade dos indivíduos, mas também podendo comprometer a saúde do trabalhador, fazendo-o adoecer. Dessa forma, observa-se aumento na carga de trabalho durante a pandemia, pois o método de ensino foi modificado, com aulas gravadas e metodologias inovadoras aplicadas em caráter de urgência, com dificuldade para delimitar horários de trabalho e lazer. Ao passar por esse período, com o retorno ao presencial, torna-se relevante identificar se existe a presença de sequelas e como estão esses profissionais após passarem por essa experiência.

Segundo Gonzalez (2020), muitos docentes não estavam preparados para trabalhar com novas tecnologias, visto que sua formação não contempla o uso desse espaço digital.

Por fim, a busca pelo impacto causado é de suma importância para entender as medidas transformadoras do bem-estar dos docentes.

2 Desenvolvimento

2.1 Metodologia

Trata-se de pesquisa de desenho transversal, quantitativo, que teve como público-alvo os professores do curso de medicina da Universidade Anhanguera Uniderp, na cidade de Campo Grande-MS.

A população total foi de 140 professores, tendo a pesquisa o grau de confiança de 95% e a margem de erro de 5%, tendo o N=103. A amostragem foi probabilística, aleatória simples.

Foram incluídos os professores ativos no curso no ano de 2023, que aceitem a participar da pesquisa, que assinarem o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), e que responderem o questionário até o final.

Foram excluídos os professores que estiverem de licença médica no período da coleta, os que não estiverem ativos nos cenários de aula, os que se recusarem a participar da pesquisa e os que não responderem até o final.

O instrumento de coleta foi por meio de um questionário sociodemográfico, contendo as informações pessoais como sexo, idade, especialização, carga horária semanal, turnos de trabalho, além do *Self Report Questionnaire* - 20 (SQR-20), um questionário desenvolvido pela Organização Mundial de Saúde, que tem sido utilizado para mensuração de nível de suspeição de transtornos mentais em estudos brasileiros, especialmente em grupos de trabalhadores. Os questionários foram aplicados por meio de uma plataforma online do *Google Forms*, criada apenas para este fim, respeitando o sigilo de cada indivíduo no momento do preenchimento. Foram considerados com presença de Distúrbios Psiquiátricos Menores, os professores que responderem sete ou mais itens do questionário como positivo.

Essas etapas podem trazer riscos mínimos, isto é, a experiência pode lhe causar algum desconforto emocional por cansaço psicológico, aborrecimento, alterações na autoestima provocadas pela evocação de memórias ou por reforços na conscientização sobre uma condição psicológica, as ações possíveis para mitigá-los é manter um ambiente confortável para as respostas e o encaminhamento, se necessário, ao Grupo de Orientação Educacional do curso, o GOE, composto por psicólogos e psiquiatras.

Porém esta pesquisa traz grandes benefícios, os quais as respostas e participação dos professores são de grande valor, pois contribuem o para os resultados esperados, e com isso a identificação da qualidade da saúde mental dos docentes do curso de medicina.

Os dados foram tabulados no Excel e analisados

quantitativamente. As informações obtidas dos questionários dos docentes serão tratadas de forma a respeitar o sigilo e a privacidade dos participantes da pesquisa, conforme estabelecido pela Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde. Todos receberão o TCLE e possuirão o direito de se recusar a participar da pesquisa a qualquer momento. A pesquisa em questão foi apresentada ao Comitê de Ética em Pesquisa da Uniderp e submetida na Plataforma Brasil com o parecer n. 6.315.655. O sigilo desta pesquisa está ao encontro da resolução supramencionada, uma vez que implica, conforme o Cap. III, respeito ao participante da pesquisa em sua dignidade e autonomia, reconhecendo sua vulnerabilidade, assegurando sua vontade de contribuir e permanecer, ou não, na pesquisa, por intermédio de manifestação expressa, livre e esclarecida.

Ações preventivas e intervenções que visem prevenir o adoecimento e a promoção da saúde mental dos professores são primordiais. Podendo iniciar com campanhas para que se fale mais sobre o assunto e diminua o preconceito; melhorar a comunicação interna entre todos os professores de diferentes cenários do curso, pois mesmo trabalhando na mesma empresa, podem sentir isolados e não ouvidos; disponibilizar um canal de comunicação aberto e incentivar feedbacks positivos.

2.2 Discussão

Das respostas válidas, 49% têm idade entre 31 e 40 anos e 20% entre 41 e 50 anos. Oitenta e cinco por cento dos professores se autodeclararam com a cor de pele branca, 12,5% com pele parda e 1,5% amarela. Trinta por cento fazem uso de medicamentos, quase 40% trabalham em três ou mais instituições, 74% prática algum exercício físico; e 74% bebem bebida alcoólica raramente ou semanalmente. Vinte por cento dos professores, responderam com sete ou mais sintomas o questionário SQR-20 demonstrando a presença de Distúrbios Psiquiátricos Menores.

Nos sintomas, 44% marcaram que se sentiam nervosos, tensos ou preocupados, 41% cansam com facilidade, 33% se sentem cansados o tempo todo, 30% dormiam mal, e dentre esses, todos se sentiam nervosos, tensos e preocupados e 32% usam medicamentos. Vinte e um por cento sentiam dificuldade em tomar decisões, 18% estavam mais tristes ultimamente e com dificuldades para realizar com satisfação suas atividades diárias. Dezenove por cento marcaram que tinham dor de cabeça frequente, 14% sensações desagradáveis no estômago, dificuldade de pensar com clareza e havia chorado mais que o costume naquele período. Quase 13% se assustavam com mais facilidade, 11% possuíam má digestão, sentiam que tinham perdido o interesse pelas coisas e que o trabalho era penoso e causava sofrimento. Uma pessoa marcou que era incapaz de desempenhar um papel útil em sua vida e nenhum que sente vontade de acabar com a própria vida.

Desta forma, apesar de 80% dos avaliados conseguirem adaptar-se ao ambiente de trabalho, é relevante o fato de que 20% dos entrevistados apresentavam distúrbios psíquicos menores. Assim, diante do vínculo entre o professor e o aluno (transferência e contratransferência), notou-se que uma parcela do grupo amostral se encontrava com os sintomas investigados o que poderia prejudicar o método de aprendizagem.

3 Conclusão

Diante do exposto, verificou-se ser necessária a realização de mais pesquisas trabalhos a respeito do tema, naquele período ou posteriormente. Sugere-se a implementação de um Programa de Apoio à Saúde Mental para professores que inclua sessões de aconselhamento, suporte psicológico e acesso a psiquiatras, se necessário. Oferecer treinamento em técnicas de gerenciamento de estresse e resiliência para os professores, ajudando-os a lidar melhor com as pressões e desafios do ambiente acadêmico. Incentivar a prática regular de exercícios físicos, pois eles têm demonstrado ser eficazes na melhoria da saúde mental. Realizar campanhas de conscientização sobre saúde mental para reduzir o estigma em torno das questões de saúde mental e encorajar os professores a procurarem ajuda quando necessário. Promover uma cultura de apoio entre os professores, incentivando a comunicação aberta, o compartilhamento de experiências e a criação de redes de apoio.

Realizar avaliações periódicas da saúde mental dos professores, a fim de identificar problemas precocemente. Oferecer oportunidades de treinamento e desenvolvimento profissional que ajudem os professores a lidarem melhor com as demandas do trabalho. Lembrando que as necessidades de saúde mental podem variar de pessoa para pessoa, é importante oferecer uma variedade de opções de suporte para atender às necessidades. Além disso, a avaliação regular dos resultados dessas ações é fundamental para medir o impacto e fazer ajustes conforme necessário.

Referências

- GONZALEZ, T Influência do confinamento COVID - 19 no desempenho dos alunos no ensino superior. *Plos One*, v.15, n.10, 2020. doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239490>.
- REIS, E.J.F.B. et al. Docência e exaustão emocional. *Educ. Soc.*, v. 27, n. 94, p.229-253. 2006
- SANTOS, M.N; MARQUES, A.C. Condições de saúde, estilo de vida e características de trabalho de professores de uma cidade do sul do Brasil. *Ciênc. Saúde Coletiva*, v.18, n.3, p.837-846. 2013.
- TRINDADE, M.A.; MORCERF, C.C.P.; OLIVEIRA, M.S. Saúde mental do professor: uma revisão de literatura com relato de experiência. *Rev. Interdisc. Extensão*, p.42-59, 2018.
- TOSTES, M.V. et al. Sofrimento mental de professores do ensino público. *Saúde Debate*, v.42, n.116, p.87-99, 2018.