

Saúde Mental dos Docentes do Curso de Medicina da Uniderp

Mental Health of Professors of the Uniderp Medicine Course

Rafaela Palhano Medeiros Penrabel*^a; Tânia Gosela Biberg-Salum^a; Tamires Dias dos Passos^a

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

*E-mail: rafaela.penrabel@cogna.com.br

Resumo

Os problemas relacionados à saúde mental são emergentes de forma geral na população. Sua incidência tem aumentado ao longo das décadas e atualmente se apresentam como problemas de saúde pública no Brasil. A docência, de uma forma geral, é uma atividade que exige uma dedicação intensa e que impõe exigências profissionais. Este estudo teve como objetivo avaliar a qualidade da saúde mental dos docentes do curso de medicina da Universidade Anhanguera-Uniderp. 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 2020. A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário validado SQR-20. O sigilo e a questão ética foram resguardados conforme a resolução 466/2012. Foi possível encontrar o perfil da qualidade da saúde mental de uma parcela dos professores do curso de medicina da Uniderp, dos quais, 25% possuem sofrimento mental. Fica clara a necessidade de apoio e cuidado a esses profissionais, que são a base e a estrutura de qualquer outra profissão, é preciso cuidar de quem zela tanto pelo futuro e pela educação. Devido a pandemia do COVID-19, não foi possível obter a quantidade de amostra desejada e, portanto, propõe-se que novos estudos a respeito do tema sejam realizados, de forma a complementar o presente estudo e aumentar o acervo bibliográfico sobre o tema em questão.

Palavras-chave: Saúde Pública. Docência. Qualidade de Vida. Ensino.

Abstract

Problems related to mental health are emerging across the population. Its incidence has increased over the decades and is currently a public health problem in Brazil. Teaching, in general, is an activity that requires intense dedication and imposes professional demands. This study aimed to evaluate the quality of mental health of professors of the medicine course at Universidade Anhanguera-Uniderp. 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 2020. Data collection was carried out using a validated SQR-20 questionnaire. Confidentiality and ethical issues were protected according to resolution 466/2012. It was possible to find the profile of the quality of mental health of a portion of professors of the Uniderp medical course, of which 25% suffer from mental suffering. The need for support and care for these professionals, who are the basis and structure of any other profession, is clear. It is necessary to take care of those who care so much about the future and education. Due to the COVID-19 pandemic, it was not possible to obtain the amount desired sample size and, therefore, it is proposed that new studies on the topic be carried out, in order to complement the present study and increase the bibliographic collection on the topic in question.

Keywords: Public Health. Teaching. Quality of life. Teaching.

1 Introdução

Os problemas relacionados à saúde mental são emergentes de forma geral na população e sua incidência tem aumentado ao longo das décadas, se apresentando, atualmente, como problemas de saúde pública no Brasil. (Santos; Marques, 2013). Sabe-se que o crescimento urbano, as novas formas de trabalho, as tecnologias, precarização do trabalho e outras mudanças ocorridas no país, contribuem para o sentimento de insegurança da população em geral, bem como, a sensação de que o tempo reduziu e as atividades aumentaram, gerando mais estresse e ansiedade, aumentando, com isso, o número de casos de adoecimento mental (Lopes, 2020).

Os eventos estressores causam aumento do hormônio liberador de Corticotrofina (CRH), Hormônio

Adenocorticotrófico (ACTH) e Cortisol para manter a homeostase do organismo, e a cronicidade do estresse promove mudanças comportamentais como disforia, anedonia, fadiga, afastamento social, hiperalgesia, anorexia, padrões sono vigília alterados e disfunção cognitiva. Esses fatores estão relacionados às interações com sistema imunológico, visto que os transtornos relacionados ao estresse podem diminuir a imunocompetência. Além disso, adultos sob estresse constante podem regredir cognitivamente e emocionalmente e o pensamento deles pode se tornar pré-operatório e egocêntrico. Ou seja, a exposição contínua a fatores estressantes pode levar os indivíduos a desenvolverem alterações imunológicas, psicológicas, e conseqüentemente, comportamentais (Kaplan et al., 2017).

A realidade da vivência dos docentes é, em si, muito

estressante. Um estudo de Santos e Marques (2013) com docentes dos cursos de medicina e enfermagem elencou fatores estressantes em ambientes de trabalho, dentre eles, o esforço para tornar as aulas sempre mais dinâmicas e interessantes, o que muitas vezes é uma tentativa em vão, pois, os alunos se apresentam cada vez mais desinteressados, outro ponto levantado foi o sistema de “rodízio” no curso de medicina, pois, o mesmo faz com que o professor precise repetir para diversos grupos o mesmo conteúdo uma vez que outro professor não deu o andamento da mesma forma e, além disso, alguns docentes relatam que a própria experiência da sala de aula é desgastante e estressante. Ademais, outro estudo, de Tostes et al. (2018) com 1021 professores que utilizou, dentre outros, o questionário SQR-20, demonstrou que 75,27% dos docentes entrevistados, apresentaram distúrbios psíquicos menores, sendo o sofrimento mental, o problema de saúde mais citado.

Ser docente significa muito além do que ser um transmissor de informação, pois, ocorre, em sua profissão, um processo de transferência e contratransferência com o aluno, tendo que lidar com as expectativas que o estudante deposita sobre aquela aula, sobre docente e sobre aquele aprendizado, necessitando também lidar com suas próprias expectativas quanto ao aluno, à instituição que trabalha, os colegas que possui e a dinâmica da sala de aula em si. (Sagula; Vicentin, 2014) Além disso, é depositada sobre o professor a responsabilidade de preparar o aluno, para diversos âmbitos e cenários da vida e não apenas a aprender aquela disciplina para qual foi capacitado. (Silva, 2017)

Além disso, não é ensinado ao professor como lidar com todos esses problemas que ele enfrentará no dia a dia, tendo, portanto, que desenvolver mecanismos e habilidades que o auxiliem a lidar além das intercorrências da sala de aula, com a vida e as expectativas do aluno e dele. Tendo que aprender a lidar com o que tudo isso acarreta para a sua saúde mental.

Após revisão literária em várias bases de dados, pode-se afirmar que existem poucos estudos relacionados à saúde mental dos docentes, uma vez que a maioria se refere à saúde mental dos estudantes de medicina. Tendo em vista esse quadro, o presente trabalho surgiu na tentativa de preencher parte dessa lacuna, com dados de uma instituição privada de ensino do Estado do Mato Grosso do Sul.

Este estudo teve como objetivo avaliar a qualidade da saúde mental dos docentes do curso de medicina da Universidade Anhanguera-Uniderp.

2 Material e Métodos

Trata-se de uma pesquisa de desenho transversal, quantitativo, que possuiu como público-alvo os docentes do curso de medicina da Universidade Anhanguera Uniderp, na cidade de Campo Grande-MS, com duração de Janeiro de 2020 a Dezembro de 2020. Foram incluídos todos os professores que trabalham na universidade supramencionada

que concordaram com o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) e que responderam o questionário até o final. Foram excluídas as pessoas que não são docentes, bem como os professores que se recusaram a participar da pesquisa ou que não responderam o questionário até o final.

O instrumento de coleta se deu por meio de um questionário sociodemográfico, no qual continha as informações pessoais como sexo, idade, carga horária semanal, turnos de trabalho, além do Self Report Questionnaire \pm 20 (SQR-20), um questionário já validado que avalia saúde mental. 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 responderam sete ou mais itens do questionário como positivo.

Durante o processo, seria colocada na sala dos professores uma caixinha vedada para os docentes escreverem em um papel e colocarem ali os sentimentos atuais em relação a seu trabalho, sem identificação, todavia, houve a necessidade da realização da pesquisa por meio remoto devido à situação da pandemia do Sars-coV-2, não havendo meios para a realização dessa caixinha.

Os dados foram tabulados no Excel e analisados quantitativamente. As informações obtidas dos questionários dos docentes foram 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 receberam o TCLE e possuíram 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 a devida autorização sob o parecer n. 4.030.869. 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.

Ressalta-se que algumas alterações foram realizadas devido ao quadro da Pandemia em meio a qual foi realizada a pesquisa, sendo executada, portanto, de forma remota, tendo o alcance dificultado dos professores, motivo pelo qual a amostra foi reduzida.

3 Resultados e Discussão

Participaram da pesquisa, 64 professores do curso de Medicina da Uniderp. Desse total, 67% foram mulheres e 33% homens. Com média de idade de 44,2 anos, variando de 29 a 73. Desses, 91% se declaram brancos, 1% pretos e 8% pardos; 78% são casados, 9% são solteiros, 9% são divorciados e 3% estão em união estável; 31% possuem um filho, 31% possuem dois filhos, 22% possuem três filhos, 14%

não possuem filhos e 2% possuem quatro ou mais filhos; 45% não fazem uso de medicamento contínuo e 55% fazem uso de medicamento contínuo. Dentre esses medicamentos, os mais prevalentes são: antidepressivos e/ou ansiolíticos (45%) e anti-hipertensivos (23%); 33% trabalham em uma instituição, 28% trabalham em duas instituições e 39% trabalham em três ou mais instituições. Cinquenta e nove por cento não praticam exercício físico regularmente e 41% praticam; 66% ingerem bebida alcoólica regularmente e 34% não. Dos que ingerem bebida alcoólica, 2% inger diariamente, 71% ingerem semanalmente e 27% ingerem mensalmente.

Quanto ao questionário SQR20, as respostas foram: 30% têm dores de cabeça frequentes, 9% têm falta de apetite, 52% dormem mal, 16% assustam-se com facilidade, 2% possuem tremores nas mãos, 68% sentem-se nervosos tensos preocupados, 20% têm má digestão, 16% têm dificuldade de pensar com clareza, 38% têm se sentido triste ultimamente, 19% tem chorado mais que o costume, 34% têm encontrado dificuldades para realizar com satisfação suas atividades diárias, 17% têm dificuldades para tomar decisões, 17% têm dificuldades no seu serviço, 3% são incapazes de desempenhar um papel útil em suas vidas, 23% Têm perdido o interesse pelas coisas, 5% sentem-se uma pessoa inútil, sem préstimo, 2% têm tido ideia de acabar com a vida, 33% sentem-se cansados (as) o tempo todo, 41% cansam-se com facilidade e 27% têm sensações desagradáveis no estômago.

É possível notar que, com relação ao questionário socioeconômico, alguns itens sugerem estar associados ao sofrimento mental dos professores entrevistados. Dentre eles, a população feminina foi mais prevalente, visto que 81% dos professores com sofrimento mental são deste sexo, dado este que também é compatível com os casos de depressão na população em geral, o que é um dado comprovado desde os anos de 1970 (Baptista et al., 1999). Esse achado também foi descrito em outros trabalhos a respeito do tema, como o estudo de Tostes et al. (2018), no qual a maior prevalência de sofrimento mental foi em mulheres. Além desse dado, foi possível notar que 75% dos professores com sofrimento mental trabalham em mais de uma instituição, o que foi descrito em diversos estudos, como em um estudo de Reis et al. (2006), em que a maior carga horária está também relacionada ao maior cansaço mental e desgaste psíquico, tendo, portanto, maiores consequências do estresse.

Ademais, foi possível notar que 43% desses professores com sofrimento mental fazem uso de bebida alcoólica semanalmente, fato este que está associado intimamente a depressão (Garrido, 2016). Além disso, 62% desses professores possuem menos de 40 anos (29-40 anos), achado que vai de encontro à conclusão do trabalho de Garrido (2016), de que os professores com idade mais avançada conseguem criar maneiras de se adaptar ao estresse, utilizando esses recursos para lecionar da melhor forma possível.

Também foram notórios que, 25% dos 64 professores entrevistados, fazem uso de antidepressivo-ansiolíticos, e

dos 55% que fazem uso de algum medicamento contínuo, 45% são da classe dos antidepressivo-ansiolíticos. Dentre os professores com níveis de sofrimento mental, 37% fazem uso de antidepressivo/ansiolítico, sugerindo à hipótese de uso irregular, ou não adequação da medicação a doença, além de perceber que 63% dos que possuem níveis de sofrimento mental, não fazem uso de medicações para tratamento de condições psíquicas, ou seja, apesar de serem da área da saúde, não recorrem a tratamento medicamentoso, por muitas vezes não perceberem a gravidade de seus casos (Gauer et al., 2006).

Cabe ressaltar que, a partir do questionário SQR20, foi possível identificar que 25% dos 64 professores do curso de medicina da Uniderp que responderam ao questionário apresentam sofrimento mental, uma realidade preocupante e que tende a aumentar devido ao acúmulo das cobranças e pressões para com os docentes e a diminuição da valorização deles, como visto no trabalho de Oliveira et al. (2012).

É relevante notar que 75% desses docentes não apresentam distúrbios psíquicos menores, segundo o questionário aplicado, portanto, seria interessante que se realizasse uma pesquisa mais profunda para identificar quais são os meios que esses professores utilizam para se adaptar a ambientes e situações estressantes nas quais os docentes vivem constantemente, e o resultado de uma pesquisa com esse grupo, geraria meios e formas de contribuir e ajudar a parcela de professores que não lida da mesma forma com as mesmas situações, contribuindo para reduzir o número de docentes com distúrbio psiquiátricos.

Porém, apesar de haver uma parcela desses docentes que conseguem lidar com o meio estressante em que vivem e não apresentam distúrbios menores, não se pode ignorar o fato de que 25% dos professores entrevistados apresentam tais distúrbios. Tal realidade precisa ser levada em consideração, pois, a docência se trata não apenas do lecionar, mas de toda uma entrega por parte do professor para com seus alunos, e se um quarto desses professores estão encontrando dificuldades de lidar com toda a carga que lhe esta sendo imposta, isso significa um problema que precisa ser modificado, pois, é sabido que a depressão, em seu último estágio está relacionada com o suicídio, o que a torna um problema de saúde público, porém, o mesmo é evitável, se descoberto com antecedência e tratado.

4 Conclusão

O presente estudo auxilia nesse alerta para a descoberta precoce dos distúrbios psíquicos dos docentes, visando um tratamento precoce, para que se seja evitado fatalidades. Além disso, esse resultado alerta para um quadro que tende a piorar ao longo dos anos devido ao aumento das cobranças e das pressões impostas aos docentes. O estudo conclui, portanto, que o ambiente de trabalho dos docentes, bem como suas relações no mesmo, possui fatores estressantes e podem levar a distúrbios psiquiátricos, necessitando, de intervenções. Faz-se, portanto, necessária à realização de um maior número

de trabalho a respeito do tema, para que se possa ampliar o acervo bibliográfico a respeito, e comparar os resultados, e assim, chegar a maiores conclusões.

Ressalta-se que apesar das limitações ocorridas devido ao cenário da pandemia que acabou tendo como consequência a diminuição do número da amostra da pesquisa, o resultado foi muito relevante e pode ser utilizado como base para o início da implantação de medidas que auxiliem na prevenção de doenças que afetam a saúde mental dos professores. Propõe-se que sejam criadas medidas que deem suporte a saúde mental dos mesmos, como apoio de psicólogos em consultas que possuam frequência no mínimo quinzenais, além de incentivos a exercícios físicos, e apresentações de estudos, como esse, que os alertem para a importância do cuidado com sua saúde mental.

Referências

BAPTISTA, M.N.; BAPTISTA, A.S.; OLIVEIRA, M.G.D. Depressão e gênero: por que as mulheres deprimem mais que os homens? *Temas Psicol.*, v.7, n.2, 1999.

GARRIDO, M.C.T. et al. Prevalência de alcoolismo e sintomas depressivos em pacientes da clínica geral na cidade de Salvador-BA. *Rev. Bras. Neurol. Psiquiatr.*, v.2016, p.37-72, 2016.

GAUER, G.J.C. et al. Estratégias dos profissionais de saúde para cuidar dos que cuidam. *Bioética*, v.14, 2006.

KAPLAN, H.I. et al. *Compêndio de psiquiatria*. São Paulo: Artmed, 2017.

LOPES, C.S. Como está a saúde mental dos brasileiros? A importância das coortes de nascimento para melhor compreensão do problema. *Cad. Saúde Pública*, v.36, n.2, 2020. doi: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00005020>.

OLIVEIRA, M.D.G.M.D.; CARDOSO, C.L. Stress e trabalho docente na área de saúde. *Estud. Psicol.*, v.28, n.2, 2011.

REIS, E.J.F.B.D. et al. Docência e exaustão emocional. *Educ. Soc.*, v.27, 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

SILVA, R.F. As emoções e sentimentos na relação professor-aluno e sua importância para o processo de ensino e aprendizagem: contribuições da teoria de Henri Wallon. Botucatu: UNESP, 2017.

TOSTES, M.V. et al. Sofrimento mental de professores do ensino público. *Saúde Debate*, v.42, n.116, p.87-99, 2018.

VICENTIN, S.M; SAGULA, F. A relação transferencial entre professor e aluno: proposta de intervenção psicanalítica para a educação. 2014. Disponível em: <http://www.cic.fio.edu.br/anaisCIC/anais2014/pdf/psi008.pdf>. Acesso em: 2 dez. 2023.