



Tipo de trabalho: TRABALHO COMPLETO (MÍNIMO 08 PÁGINAS, MÁXIMO 15 PÁGINAS)

SAÚDE FÍSICA, VOCAL E EMOCIONAL DE PROFESSORES DA REDE PÚBLICA DE SANTA ROSA/RS.¹

**Flávia Michelle Pereira Albuquerque², Maribel Renata Fachineto³,
Sabrina Pereira Zazycki⁴**

¹ Projeto de Pesquisa do CEREST Fronteira Noroeste

² Psicóloga da FUMSSAR. Mestre em Desenvolvimento e Políticas Públicas pela UFFS. Especialista na modalidade Residência Multiprofissional em Saúde da Família pela UNIJUI. Especialista em Educação Permanente em Saúde pela UFRGS. Especialista em Desenvolvimento na Infância e Adolescência pela SETREM.

³ Fonoaudióloga da FUMSSAR. Especialista na modalidade residência multiprofissional em Saúde da Família.

⁴ Fisioterapeuta da FUMSSAR.

RESUMO:

No contexto do SUS a área de Saúde do Trabalhador emerge como um desafio a mais, no sentido de promover os meios necessários para atendimento com primazia, o que a partir de 1988 com a Constituição Federal, passou a ser também, atribuição das Secretarias de Saúde dos Estados e Municípios. O Centro de Referência em Saúde do Trabalhador - CEREST está sediado no município de Santa Rosa - RS, tendo sua abrangência na região Fronteira Noroeste, contemplando um total de 22 (vinte e dois) municípios da 14^ª CRS/RS.

O projeto de Promoção da saúde física, vocal e mental para educadores da rede municipal de educação foi desenvolvido ao longo do ano de 2016 pela Equipe de Profissionais do Centro de Referência em Saúde do Trabalhador - CEREST através de educação permanente em saúde, através de encontros nas escolas da rede municipal com os temas deste projeto, onde eram debatidos os assuntos e aplicados questionários para levantamento de dados de sintomatologia dos usuários. Após análise os trabalhadores eram chamados pelos profissionais do CEREST para avaliação e tratamento, se necessário.

Desta forma, foram analisados os dados já existentes no CEREST-Fronteira Noroeste quanto a saúde física, vocal e emocional dos professores da rede municipal de educação de Santa Rosa/RS, através dos questionários aplicados no ano de 2016 que estavam disponíveis no banco de dados de serviço de referência em saúde do trabalhador.

INTRODUÇÃO:

O Centro de Referência em Saúde do Trabalhador - CEREST está sediado no município de Santa Rosa - RS, tendo sua abrangência na região Fronteira Noroeste, contemplando um total de 22 (vinte e dois) municípios da 14^ª CRS/RS.

Conforme Portaria do Ministério da Saúde nº 2.728/2009 que dispõe sobre a Rede Nacional de Atenção Integral à Saúde do Trabalhador (RENAST) e dá outras providências, os Centros de



Tipo de trabalho: TRABALHO COMPLETO (MÍNIMO 08 PÁGINAS, MÁXIMO 15 PÁGINAS)

Referência em Saúde do Trabalhador - CEREST tem por função dar subsídio técnico para o SUS, nas ações de promoção, prevenção, vigilância, diagnóstico, tratamento e reabilitação em saúde dos trabalhadores urbanos e rurais. No contexto do SUS a área de Saúde do Trabalhador emerge como um desafio a mais, no sentido de promover os meios necessários para atendimento com primazia, o que a partir de 1988 com a Constituição Federal, passou a ser também, atribuição das Secretarias de Saúde dos Estados e Municípios.

O CEREST - Fronteira Noroeste em Santa Rosa é composto pelos seguintes profissionais na área técnica: Enfermeira, Fisioterapeuta, Fonoaudióloga, Técnica em Enfermagem, Técnica em Segurança do Trabalho, Médica e Psicóloga.

Sabemos que o trabalho é fundamental na vida de homens e mulheres; contudo, quando realizado de maneira inadequada, pode transformar-se em fator prejudicial à saúde humana (CARDOSO et al, 2009). Alguns grupos de trabalhadores, por suas características ocupacionais, tornam-se mais expostos ao surgimento de dores musculoesqueléticas relacionadas ao trabalho, dentre estes grupos, destacam-se os professores (CARDOSO et al, 2009). Segundo o autor, por vezes, o trabalho docente é exercido sob circunstâncias desfavoráveis, sob as quais os docentes mobilizam as suas capacidades físicas, cognitivas e afetivas para atingir os objetivos da produção escolar, gerando com isso sobre esforço ou hiper solitação de suas funções psicofisiológicas. Se não há tempo para a recuperação, são desencadeados ou precipitados os sintomas algícos que explicariam os elevados índices de afastamento do trabalho por agravos à saúde neste grupo de trabalhadores (CARDOSO et al, 2009). Assim, o trabalho docente é uma atividade que promove estresse, com repercussões sobre a saúde física e mental e com impactos no desempenho profissional.

A voz, o corpo e o psicológico são os principais instrumentos de trabalho dos educadores, sendo esta categoria uma das mais numerosas dentre os profissionais da voz, e que apresenta alterações vocais com maior frequência do que a população em geral, assim como o estresse é um importante fator causador de afastamentos do ambiente de trabalho e gerador de prejuízos para o profissional e para a comunidade escolar. Ações de promoção e prevenção em saúde devem ser implementadas para evitar afastamentos e incapacidades para o desempenho de suas funções, minimizando os custos financeiros e sociais.

O objetivo deste trabalho era analisar o adoecimento físico, vocal e psíquico dos professores da rede municipal de ensino de Santa Rosa/RS. Além disso, visava: Avaliar os principais problemas ergonômicos relacionados a postura dos docentes; Avaliar os principais problemas vocais relacionados aos docentes; Avaliar os sintomas de síndrome de burnout nos docentes; Analisar as principais doenças relacionadas à docência; Sensibilizar sobre a importância da saúde dos educadores.

METODOLOGIA:

O presente estudo foi realizado no município de Santa Rosa que está localizado no noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. O estudo é de caráter ecológico que visa analisar a saúde física, vocal e mental dos educadores da rede municipal de Santa Rosa. Por se tratar de um estudo



Tipo de trabalho: TRABALHO COMPLETO (MÍNIMO 08 PÁGINAS, MÁXIMO 15 PÁGINAS)

ecológico, as análises vão se referir a um determinado ano, possibilitando um retrato dessa realidade.

Foram utilizados dados secundários disponíveis no banco de dados do CEREST Fronteira Noroeste relativo ao projeto realizado com professores no ano de 2016 pelo serviço. Dados secundários implica a revisão de documentos, registros públicos e arquivos físicos ou eletrônicos (SAMPIERI, COLLADO e LUCIO, 2013). Utilizar a metodologia de levantamento de dados secundários consiste em usar dados pré-existentes que seja condizente ao objeto de estudo em questão. As informações que forem pertinentes sofrem um processo de tabulação e análise. A partir da interpretação dessas informações, é possível produzir conhecimento a partir de dados dispersos anteriormente. Esse tipo de análise ajuda bastante quando se trata de mostrar o quadro investigado de uma forma mais completa.

RESULTADOS:

Foram utilizados dados coletados pelas trabalhadoras do CEREST Fronteira Noroeste no ano de 2016 em trabalho de promoção e prevenção a saúde dos professores da rede pública de escolas do município de Santa Rosa/RS, onde foram levantados dados de 78 professores.

Foram pesquisados 78 professores da rede pública municipal e estadual do município de Santa Rosa/RS. 55% eram casados, 20% solteiros, 15% separados, 5% outros. 97% eram pessoas do sexo feminino e 3% do sexo masculino. Destes, 57% tinham nível superior de escolaridade, 28% tinham especialização e os demais não responderam a este item.

Foram aplicados testes de cunho psicológico, o SRQ-20 e o MBI para avaliar as questões de saúde mental, utilizado teste auto aplicável de fisioterapia para avaliar as dores relatadas pelos professores e o QVV para avaliar a saúde vocal desses trabalhadores.

O teste SRQ 20, o Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20), desenvolvido pela Organização Mundial de Saúde, tem sido utilizado para mensuração de nível de suspeição de transtornos mentais em estudos brasileiros, especialmente em grupos de trabalhadores. O objetivo deste estudo foi avaliar o desempenho do SRQ-20, com base em indicadores de validade (sensibilidade, especificidade, taxa de classificação incorreta e valores preditivos), e determinar o melhor ponto de corte para classificação dos transtornos mentais comuns na população estudada. Obtivemos um total de 40 questionários avaliados como “normais” e 38 questionários com indicadores de Transtornos Mentais Comuns (TMC). O SRQ destina-se à detecção de sintomas, ou seja, sugere nível de suspeição (presença/ ausência) de algum transtorno mental, mas não discrimina um diagnóstico específico; assim, avalia se há algum transtorno, mas não oferece diagnóstico do tipo de transtorno existente. Por este caráter de triagem, é bastante adequado para estudos de populações, sendo muito útil para uma primeira classificação de possíveis casos e não casos. A versão em português do SRQ adotou os 20 primeiros itens para investigar morbidade não psicótica. São considerados aspectos positivos na utilização do SRQ-20 o fato de ser de fácil compreensão, de rápida aplicação, diminuindo os custos operacionais, e ser um instrumento padronizado internacionalmente, alcançando níveis de desempenho aceitáveis no tocante à sensibilidade, especificidade e valores



Tipo de trabalho: TRABALHO COMPLETO (MÍNIMO 08 PÁGINAS, MÁXIMO 15 PÁGINAS)

preditivos. Os sintomas neuróticos avaliados pela versão de 20 itens do SRQ (o SRQ-20) aproximam-se dos transtornos mentais comuns (TMC), que se caracterizam por sintomas não psicóticos, como insônia, fadiga, irritabilidade, esquecimento, dificuldade de concentração e queixas somáticas. Portanto verificou-se que 51,28% da população observada não apresentava sintomas de TMC para 48,72% que apresentavam indícios de TMC.

O instrumento mais utilizado para avaliar burnout, independentemente das características ocupacionais da amostra e de sua origem, é o MBI - Maslach Burnout Inventory, elaborado por Christina Maslach e Susan Jackson em 1978. Sua construção partiu de duas dimensões, exaustão emocional e despersonalização, e posteriormente foi acrescentada a realização profissional. Desta forma, verificando os questionários existentes no banco de dados do serviço de saúde CEREST Fronteira Noroeste verificamos que dos 78 questionários aplicados, 32,05% apresentaram indícios de exaustão emocional, 14,10% apresentaram itens para despersonalização e 28,21% apresentaram itens para baixa realização profissional.

Quanto aos sintomas de desgaste físico os dados mostraram que 89,74% dos participantes relataram dores nos ombros, 76,92% relataram dores no antebraço, 25,64% relataram dores nos membros inferiores e 89,74% relataram dores no pescoço.

A qualidade de vida relacionada à voz pode ser mensurada pelo Protocolo de Qualidade de Vida e Voz - QVV, que é um questionário internacional padronizado, traduzido e adaptado do V-RQOL - Voice-Related Quality of Life. Quanto ao protocolo e qualidade de vida em voz verificou-se que quanto ao Escore Total 62,5% apresentaram sintomatologia, quanto ao escore do domínio sócio emocional 93,75% pontuou e quanto ao escore do funcionamento físico 41,6% pontuou. O QVV vem sendo muito utilizado para a investigação das relações entre qualidade de vida em voz em professores e sujeitos com e sem alterações vocais e vem sendo apontado como importante instrumento para avaliar o impacto da disfonia sobre a vida de pessoas que utilizam a voz como instrumento de trabalho, para avaliar a capacidade de percepção das mesmas quanto ao impacto da voz sobre sua qualidade de vida; para realizar o acompanhamento da evolução do atendimento clínico na área de voz e subsidiar o planejamento de ações para a promoção da saúde vocal docente

DISCUSSÃO:

No campo da Saúde do Trabalhador, algumas condições, como agravos, doenças ou eventos, em consequência das condições de trabalho, são de notificação compulsória. Em 2014, a Portaria nº 1.271, juntamente com a Portaria nº 1.984 mantém como notificação compulsória os transtornos mentais decorrentes de atividade laboral, condensando as demais doenças em outras cinco proposições: câncer relacionado ao trabalho; dermatoses ocupacionais; lesões por esforços repetitivos/distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (LER/ DORT); perda auditiva induzida por ruído (PAIR) relacionada ao trabalho e pneumoconioses relacionadas ao trabalho. Dentre as doenças/transtornos citados, alguns deles, como os transtornos mentais decorrentes de atividade laboral e as LER/DORT, são frequentemente relatados em estudos que investigam o adoecimento docente (SANTANA e NEVES, 2017).



Tipo de trabalho: TRABALHO COMPLETO (MÍNIMO 08 PÁGINAS, MÁXIMO 15 PÁGINAS)

Os efeitos das condições de trabalho perduram além do trabalho, determinando, muitas vezes, prejuízo à saúde do trabalhador. Dessa forma, é evidente o aparecimento cada vez maior de doenças relacionadas ao trabalho, afetando tanto a saúde física quanto mental do profissional, uma vez que dos trabalhadores é exigido cada vez mais, além de enfrentarem, muitas vezes, condições deficitárias para a realização de seu exercício profissional. Essa exigência está relacionada ao seu ritmo de trabalho, que inclui diferentes níveis de atividades físicas e psíquicas do indivíduo, e que constituem aspectos na carga de trabalho docente.

O trabalho é uma das mais importantes maneiras de o homem se posicionar como indivíduo, sendo a boa condição de trabalho fator determinante e condicionante da saúde. Determinados grupos de trabalhadores, por suas características ocupacionais, tornam-se mais propensos ao surgimento de dores musculoesqueléticas relacionadas ao trabalho, dentre eles, destacam-se os professores. Por vez, o trabalho docente é exercido sob situação desfavorável, nas quais os docentes mobilizam as suas capacidades físicas, cognitivas e afetivas para atingir seus objetivos escolares, gerando com isso sobre-esforço ou hipersolicitação de suas funções psicofisiológicas.

Diferentes estudos, na última década, descreveram os problemas de saúde mais prevalentes entre os professores, com destaque para os problemas vocais, distúrbios psíquicos e distúrbios musculoesqueléticos (CARDOSO et al, 2009).

A voz é um instrumento de trabalho que permite ao profissional da voz exercer sua função como trabalhador (SIMÕES-ZENARI, BITAR e NEMR, 2012). A saúde vocal é considerada um aspecto importante da saúde geral e qualidade de vida do professor, pois a voz é o seu principal instrumento de trabalho e importante recurso na relação professor/alunos (PENTEADO e PEREIRA, 2007).

As alterações de voz como rouquidão ou disfonia, afonia, dor ao falar, cansaço ao falar, falhas na voz, falta de projeção vocal e dificuldade para falar em forte intensidade, são responsáveis por um número significativo de queixas, licenças médicas, afastamentos e readaptações funcionais, representando prejuízos para o trabalhador professor, para a comunidade escolar e toda a sociedade (PENTEADO e PEREIRA, 2007).

Estudos referem que a Vigilância em Saúde do Trabalhador vem se relacionando mais diretamente aos distúrbios vocais em professores, através de sua consistente e crescente atenção a estes profissionais ao longo do tempo. Estudos apontam a correlação entre as alterações vocais do professor com a propriocepção e o uso da voz, com o ambiente e organização do trabalho docente e o ruído elevado do ambiente.

Importante apontar que a participação de docentes em encontros de vivência de voz reduz a tensão vocal dos professores e auxilia a compreensão por parte deles nas causas destas tensões. Refere ainda, a importância e a necessidade de implantação de programas de saúde vocal com objetivo de prevenir as disfonias e promover a saúde vocal docente das escolas públicas.

A síndrome de burnout, ou síndrome do esgotamento profissional, é um distúrbio psíquico descrito em 1974 por Freudenberger, um médico americano. O transtorno está registrado no Grupo V da



Tipo de trabalho: TRABALHO COMPLETO (MÍNIMO 08 PÁGINAS, MÁXIMO 15 PÁGINAS)

CID-10 (Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde). Sua principal característica é o estado de tensão emocional e estresse crônico, provocado por condições de trabalho físicas, emocionais e psicológicas desgastantes. A síndrome se manifesta especialmente em pessoas cuja profissão exige envolvimento interpessoal direto e intenso.

Há três dimensões que caracterizam a síndrome de burnout que são: a Exaustão Emocional, que se refere ao sentimento de sobrecarga e desgaste emocional; a Despersonalização que diz respeito aos sentimentos negativos em relação ao próximo e às atitudes de ironia e cinismo com o outro e a Falta de Realização Pessoal que está relacionada com os sentimentos de inadequação pessoal e profissional ao trabalho

Profissionais das áreas de educação, saúde, assistência social, recursos humanos, agentes penitenciários, bombeiros, policiais e mulheres que enfrentam dupla jornada correm risco maior de desenvolver o transtorno.

A profissão docente é considerada pela Organização Internacional do Trabalho (OIT), como uma das mais estressantes, com forte incidência de elementos que conduzem à Síndrome de Burnout. Segundo Carlotto (2002), burnout na educação é um fenômeno complexo e multidimensional resultante da interação entre aspectos individuais e o ambiente de trabalho. Este ambiente não diz respeito somente à sala de aula ou ao contexto institucional, mas sim a todos os fatores envolvidos nesta relação, incluindo os fatores macrossociais como políticas educacionais e fatores sócio históricos (Carlotto, 2002). Sua ocorrência em professores tem sido considerada um fenômeno psicossocial relevante, pois afeta não somente o professor, mas também o ambiente educacional, interferindo na obtenção dos objetivos pedagógicos, uma vez que os profissionais acometidos pela síndrome desenvolvem um processo de alienação, desumanização e apatia.

Burnout é o resultado do estresse crônico, típico do cotidiano do trabalho, principalmente quando neste existem excessiva pressão, conflitos, poucas recompensas emocionais e pouco reconhecimento, sendo considerado um fenômeno psicossocial constituído de três dimensões: Exaustão Emocional, Despersonalização e Baixa Realização Profissional.

O Esgotamento Emocional caracteriza-se pela sensação de exaustão emocional e física, na qual o sujeito constata que não possui energias suficientes para continuar a trabalhar; A Despersonalização representa a dimensão do contexto interpessoal do burnout e refere-se a atitudes de distanciamento emocional direcionadas às pessoas a quem o sujeito deve prestar serviços, bem como aos colegas de trabalho; A Falta de Realização corresponde à dimensão da auto avaliação do burnout e, tal como o nome indica, refere-se a sentimentos de incompetência e de baixa produtividade no trabalho, bem como de descontentamento a nível pessoal. Todos esses itens observados nos dados coletados junto aos professores da rede pública de Santa Rosa, tendo ênfase o esgotamento emocional seguido pela despersonalização e, em seguida, a falta de realização.

O termo burnout significa que o desgaste emocional danifica os aspectos físicos e emocionais da pessoa, pois, traduzindo do inglês, *burn* quer dizer queima e *out* exterior. Embora já se venha falando sobre o assunto há décadas, no Brasil as discussões em torno da síndrome tornaram-se



Tipo de trabalho: TRABALHO COMPLETO (MÍNIMO 08 PÁGINAS, MÁXIMO 15 PÁGINAS)

mais fortes nos últimos anos.

O sintoma típico da síndrome de burnout é a sensação de esgotamento físico e emocional que se reflete em atitudes negativas, como ausências no trabalho, agressividade, isolamento, mudanças bruscas de humor, irritabilidade, dificuldade de concentração, lapsos de memória, ansiedade, depressão, pessimismo, baixa autoestima. Além disso, pode haver a presença de dor de cabeça, enxaqueca, cansaço, sudorese, palpitação, pressão alta, dores musculares, insônia, crises de asma, distúrbios gastrintestinais são manifestações físicas que podem estar associadas à síndrome, sintomas estes verificados nos questionários MBI utilizados no levantamento dos dados, que mostraram tais sintoma muito presentes na vida dos docentes.

Para o diagnóstico leva-se em conta o levantamento da história do paciente e seu envolvimento e realização pessoal no trabalho. O tratamento da Síndrome de Burnout inclui o uso de antidepressivos e psicoterapia. Atividade física regular e exercícios de relaxamento também ajudam a controlar os sintomas, melhorando a qualidade de vida.

Para detectar a síndrome, deve-se fazer um exame minucioso e analisar se os problemas enfrentados estão relacionados ao ambiente de trabalho ou à profissão. O ideal é procurar um especialista no tema e fazer avaliações psicológicas. É necessário avaliar se é o ambiente profissional que causa o estresse ou se são as atitudes da própria pessoa que passam a ser o estopim. Existem três focos durante o tratamento psicoterápico: a relação com a profissão, o ambiente de trabalho e o trabalho com foco nos sintomas - por exemplo, a dificuldade de concentração.

Junto à terapia é aconselhável melhorar a qualidade de vida, prevenir o estresse, garantir boa saúde física, dormir e alimentar-se bem, praticar atividades físicas e manter hobbies e interesse pela vida social.

Outro problema que vem chamando muita atenção nestes profissionais são as doenças, ou lesões por esforços repetitivos (L.E.R.), ou quando comprovadamente estas são relacionadas ao trabalho, são denominadas (D.O.R.T.), onde acometem geralmente músculos, fâscias, vasos sanguíneos, tegumentos, tendões, ligamentos, articulações e nervos (MELO, CAIXETA e CAIXETA, 2010).

Os professores são expostos frequentemente aos esforços repetitivos, e trata-se de um grupo numericamente expressivo da população, fazendo-se necessário investigar a ocorrência das Lesões por esforços repetitivos (LER) e Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT), onde se percebe que são oriundos de atividades realizadas sem o planejamento adequado, ou sem levar em consideração as condições favoráveis e apropriadas para o trabalhador, bem como, as formas de prevenção destas patologias. Essas atividades realizadas de forma equivocada ou erroneamente são percebidas através dos relatos de dor apresentados nos questionários disponíveis no banco de dados do serviço CEREST Fronteira Noroeste. Fatores como ritmo acelerado de trabalho, esforço físico e ambiente de trabalho estressante contribuem para acarretar danos à saúde dos professores, levando-os a quadros de estresse, faringite (decorrentes do uso da voz), lombalgia (decorrentes da postura corporal), doenças do aparelho locomotor e circulatório e até neuroses (problemas psicossomáticos) e de saúde mental.



Tipo de trabalho: TRABALHO COMPLETO (MÍNIMO 08 PÁGINAS, MÁXIMO 15 PÁGINAS)

Segundo Porto, Almeida e Teixeira (2013), no contexto da promoção da saúde e da proteção da integridade do trabalhador no local de trabalho, a ergonomia assume grande relevância. Conhecida como “engenharia humana”, a ergonomia tem como principal objetivo a integração do homem com o meio ambiente da forma mais cômoda e eficiente possível, seja no trabalho, em casa ou no lazer. A ergonomia é a aplicação do conhecimento sobre as capacidades e limitações humanas para o desenho de ferramentas, máquinas, sistemas, tarefas e ambientes.

Segundo Melo, Caixeta e Caixeta (2010), a organização Mundial de Saúde (O.M.S.), no ano de 2003, classificou as “doenças relacionadas ao trabalho” como multifatoriais, sendo constatados vários fatores envolvidos na origem destas lesões, um dos maiores fatores de risco aos docentes é o ato destes passarem longos períodos com o membro superior abduzido acima de 90°, apresentando alterações acompanhadas de dores nos ombros, sintoma relatado nos dados obtidos no CEREST Fronteira Noroeste.

Andar pela sala de aula, movimentos repetitivos de escrever e apagar a lousa e o contato direto com a poeira do giz, permanecer longos períodos em ortostatismo, acrescido de algumas tarefas repetitivas, como por exemplo corrigir provas, exercícios dos alunos e o uso diário do computador podem gerar dores musculoesqueléticas em região de coluna cervical, lombar, membros superiores e inferiores, seguidas de cefaleia (VEDOVATO e MONTEIRO, 2008), o que vai ao encontro dos dados coletados junto ao CEREST Fronteira Noroeste quanto as referências de dores nos membros inferiores e superiores, no pescoço e ombros.

Dentre as patologias classificadas como L.E.R./ D.O.R.T, as principais são: tendinites, tenossinovites, bursites, epicondilites, ombro congelado, cervicobraquialgia, síndrome do túnel do carpo, entre outras.

Conforme literatura nacional, há uma carência de estudos científicos relacionados aos fatores de risco osteomusculares correlacionados à profissão específica, como por exemplo, a classe de professores (CARVALHO e ALEXANDRE, 2006), o que nos faz pensar que ainda precisamos evoluir e levantar dados sobre o adoecimento físico, vocal e psíquico em professores para melhorarmos a promoção e prevenção em saúde, além de planejarmos ações de melhoria das condições de trabalho e vida desses trabalhadores.

CONCLUSÕES:

A promoção e prevenção da saúde do trabalhador atua na qualidade de vida dos trabalhadores, sejam eles assalariados, autônomos, com ou sem vínculo previdenciário, propondo desde ações simples como o desenvolvimento de programas para alimentação saudável, exercícios físicos regulares, prevenção de hipertensão, diabetes e obesidade, além de programas de saúde mental, alívio do estresse e cansaço, elaboração de laudos ergonômicos, planejamento e assistência em saúde ocupacional. Percebemos a necessidade de promover ações educativas e de promoção de saúde para os professores, no intuito de melhoria da qualidade de vida desse trabalhador que por vezes é afetado por diversos contextos que lhe causam danos na saúde física, psíquica e vocal, seja pelo estresse gerado no trabalho, seja pelas más condições ofertadas no desempenho de suas



Tipo de trabalho: TRABALHO COMPLETO (MÍNIMO 08 PÁGINAS, MÁXIMO 15 PÁGINAS)

atribuições, seja por mau uso de seu principal instrumento de trabalho, que é a voz.

Atualmente a maior incidência de afastamentos de professores está relacionada aos transtornos mentais e comportamentais (o que inclui a já popularizada síndrome de Burnout); acompanhados pelos problemas cardiológicos e circulatórios; os distúrbios da fala e da voz e os transtornos osteomusculares, ortopédicos e músculos-esqueléticos. Na causa desses problemas, como principais fatores de risco ou agentes agressores, estariam o stress, as longas jornadas de trabalho decorrentes do acúmulo de cargos, o intenso e contínuo uso da voz, os movimentos repetitivos, o ruído e o pó de giz conforme foi verificado neste trabalho.

O professor utiliza amplamente no seu fazer diário diversos aspectos biopsicossociais, o que lhe gera um desgaste físico e emocional que necessita ser contemplado ao pensarmos em qualidade de vida para essa classe trabalhadora. A importância deste trabalho está em acompanhar e levantar dados estatísticos sobre o adoecimento dos professores, possibilitando desta forma, a realização de ações voltadas para as necessidades reais desses trabalhadores, promovendo ações preventivas voltadas para as doenças mais comuns aos professores, que muitas vezes podem ser evitadas com ações simples de saúde, que lhe gerem bem-estar físico e psíquico, promovendo qualidade de vida no trabalho e realização profissional e pessoal.

PALAVRAS-CHAVE:

LER/DORT; Saúde mental; Síndrome de burnout; Voz; Santa Rosa; Professores.

REFERÊNCIAS:

CARLOTTO, Mary Sandra. A síndrome de burnout e o trabalho docente. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 7, n. 1, p. 21-29, jan./jun. 2002.

CARDOSO, Jefferson Paixão et al. Prevalência de dor musculoesquelética em professores. **Revista Brasileira de Epidemiologia**. 12(4): 604-14, 2009.

CARVALHO, A. J. F. P. e ALEXANDRE, N. M. C. Sintomas osteomusculares em professores do Ensino Fundamental. **Revista Brasileira de Fisioterapia**. vol.10, n.1, pp.35-41, 2006.

MELO, Elisa Marcelino Netto de; CAIXETA, Gabriela de Freitas e CAIXETA, Adriana. Prevalência de lesões osteomusculares em professores do ensino fundamental. **Revista Eletrônica "Saúde CESUC"** - Centro de Ensino Superior de Catalão, Ano I, Nº 01, 2010.



Tipo de trabalho: TRABALHO COMPLETO (MÍNIMO 08 PÁGINAS, MÁXIMO 15 PÁGINAS)

PENTEADO, Regina Zanella e PEREIRA, Isabel Maria Teixeira Bicudo. Qualidade de vida e saúde vocal de professores. **Revista Saúde Pública**. vol.41, n.2, pp.236-243, 2007.

PORTO, Marcelo Duarte; ALMEIDA, Tarcimara Camardella e TEIXEIRA, Zenaide Dias. Condições de Trabalho e Saúde dos Professores das Escolas Públicas da Zona Sul da Cidade de Manaus. Disponível em: http://www.convibra.com.br/upload/paper/2013/80/2013_80_6404.pdf

SAMPIERI, Roberto Hernández, COLLADO, Carlos Fernández e LUCIO, María del Pilar Baptista. **Metodologia de Pesquisa**. 5ª edição. Porto Alegre: Penso, 2013.

SANTANA, Francieli Ariene Lopes e NEVES, Ilidio Roda. Saúde do trabalhador em educação: a gestão da saúde de professores de escolas públicas brasileiras. **Saúde Soc**. São Paulo, v.26, n.3, p.786-797, 2017.

SIMÕES-ZENARI, Marcia; BITAR, Mariangela Lopes e NEMR, Nair Katia. Efeito do ruído na voz de educadoras de instituições de educação infantil. **Revista Saúde Pública**. Departamento de Fisioterapia, Fonoaudiologia e Terapia Ocupacional. Faculdade de Medicina. Universidade de São Paulo. São Paulo, SP, Brasil. 2012.

VEDOVATO, Tatiana Giovanelli e MONTEIRO, Maria Inês. Perfil sociodemográfico e condições de saúde e trabalho dos professores de nove escolas estaduais paulistas. In: **Rev Esc Enferm USP**. Volume 42, N º2, 2008.