

SAÚDE DO PROFESSOR: COLABORAÇÃO ALUNO/PROFESSOR

Bruno Fernandes de Oliveira¹
José Uelésson Ramos de Farias²
Italo Luan Lopes Nunes³
Paula Almeida de Castro⁴

INTRODUÇÃO

Na atualidade, observa-se uma elevada demanda por melhores índices educacionais. Essa demanda, por sua vez, carece de um sem-número de ações que envolvem desde investimentos em políticas públicas, visando atingir o nível mais alto possível na educação, como exemplo reformas nas escolas, passando pela formação de professores, organização curricular e avaliação, até as condições ideais para que os alunos desenvolvam suas aprendizagens.

Com tantas demandas vivenciadas no universo da escola, ao professor incorre a maior parte da responsabilidade relacionada a proporcionar as condições ideais de aprendizagem e assegurar bons índices educacionais. Entretanto, a elevada carga de trabalho imputada aos professores acaba por encobrir a recorrência de fatores relacionados à saúde do professor. Visto que, a profissão docente é aquela que contribui para a melhoria das condições sociais, além de formador de todas as profissões, concentrando enormes responsabilidades, é aquele que media o conhecimento nos processos de ensino e aprendizagem com seus alunos. É mister afirmar sobre a necessidade de um olhar diferenciado para o trabalho do professor, para que assim, tenham melhores condições para desempenhar seu potencial em sala de aula, com saúde física e mental em equilíbrio.

Dados apresentados em um artigo publicado no site do Sindicato dos Professores no Estado da Bahia (Sinpro-BA), indicam que:

no Brasil, as referências de estudos abordando as condições de saúde e trabalho do professorado são ainda escassas e, apenas na segunda metade da década de 90, foram produzidas algumas investigações, abordando as condições de saúde e trabalho da escola pública. As evidências encontradas nesses estudos são preocupantes e apontam a necessidade de medidas imediatas (BITTENCOURT; JORGE, 2008).

No mesmo artigo, são apresentadas as doenças recorrentes encontradas entre os professores, nas quais estavam: laringite (39,8% dos diagnósticos realizados), asma ocupacional (15,3%), alergia ocupacional (6,8%) e lesões por esforços repetitivos (LER). Não são somente essas doenças que preocupam esses profissionais, mas também várias outras que atingem principalmente a saúde mental dos mesmos.

Para que, o professor venha a ter melhores condições de trabalho e assim, desempenhar melhor sua função em sala de aula, se faz necessário alguns pontos, como a ajuda de especialista para ter um cuidado maior com sua parte física e também mental,

¹ Graduando do Curso de Matemática da Universidade Estadual da Paraíba – UEPB, bruno1504oliveira@gmail.com;

² Graduado pelo Curso de Matemática da Universidade Estadual da Paraíba – UEPB, juleciotito@gmail.com;

³ Graduando do Curso de Matemática da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, italoluan125@gmail.com;

⁴ Paula Almeida de Castro; Doutora em Educação – Universidade Estadual da Paraíba – UEPB, castro_paula@terra.com.br

atividades lúdicas para, além de ensinar possa também se divertir fazendo o que gosta e a colaboração aluno/ professor, que é um ponto bastante importante para que o professor venha a ter uma melhor saúde.

Neste artigo apresentamos o modo como a colaboração entre os alunos e professor pode proporcionar melhores condições educacionais favorecendo os processos de ensino e aprendizagem. Acredita-se que, dessa forma, aumentam-se as possibilidades de obtenção de melhores índices educacionais.

DESENVOLVIMENTO

Enquanto prega-se a importância do professor enquanto o intermediador entre o aluno e o conhecimento, persiste a ausência no cuidado com a saúde do professor. Nascimento (2008) aponta que esse tipo de cuidado é de fundamental importância para que o professor possa exercer seu trabalho de forma mais efetiva. O autor ainda alerta sobre a exposição que o professor possui, com uma parte significativa da sociedade, que pode levá-lo a influenciar e a ser influenciado de forma significativa na saúde emocional.

Chwalm (2013) destaca que embora muitos dos professores estejam cientes das implicações negativas que essa falta de cuidado vem acarretando, ainda não são tomadas atitudes que venham a sanar tais problemas, assim como evitar tais dificuldades, ainda perceptíveis a necessidade de maior atenção aos docentes, quer seja por formulação de políticas públicas, quer seja por atitudes na própria escola.

É apresentado por Bitencourt (2008), alguns relatos de professores da rede estadual do Rio de Janeiro, que destacam o quanto problemas de saúde oriundos da própria prática docente têm prejudicado o processo de ensino e aprendizagem em sala de aula, sendo assim prejudicando também a auto-estima dos professores, gerasse conflitos em sala de aula, e com isso tornasse um ciclo vicioso no qual a escola passa a ser vista como um ambiente maléfico, tanto para o professor como para o aluno.

Nesse sentido, surge a seguinte pergunta: Como é a convivência do professor na sala de aula? Essa é uma pergunta essencial que educadores de todos os níveis de aprendizado devem fazer. Afinal, ter uma boa convivência com os alunos, em vez de alimentar relações de conflitos e de tensão, é uma ótima forma de garantir um ambiente saudável.

Salas de aulas com brigas constantes, alunos desafiando a autoridade do professor, definitivamente não favorecem a convivência adequada do professor e aluno, causando problemas no aprendizado do aluno e frustrações para o professor. Segundo pesquisas, os conflitos não apenas são um fator que deteriora a saúde do professor, mas também impedem a escola de cumprir suas metas: que todos os alunos aprendam. Situações desse tipo significam para professores experientes, repetir frustrações e desmotivação. Já para os professores iniciantes, trazem crises de ansiedade e medo. Por isso, é muito importante discutir a saúde mental de alunos e professores na escola, pois o clima escolar é um dos fatores que influenciam a saúde mental do aluno e, claro, do professor. Para garantir a qualidade do processo de ensino e aprendizagem é preciso que a escola forneça um ambiente agradável, em que o respeito e a colaboração estejam inseridos nas práticas cotidianas. Daí surge a necessidade de investigar quais seriam as possíveis soluções para esses tipos de problemáticas, tanto ações de cunho reparativo, como ações de cunho preventivo.

METODOLOGIA

A abordagem metodológica para o desenvolvimento desse trabalho pautou-se na pesquisa bibliográfica buscando as explicações relacionadas à saúde do professor para

organizar um quadro referencial sobre como desempenhar a profissão docente com melhores condições de saúde física e mental.

A saúde do professor não é um dos temas mais discutidos ultimamente, mas isso não significa que este não seja um ponto de fundamental importância em muitos aspectos como o desenvolvimento da disciplina, da relação professor-aluno, entre outros. Inúmeros professores têm que se retirar das salas de aulas devido à ocorrência de doenças como estresse, síndrome do pânico, danos a voz e outros problemas. Ações devem ser tomadas para evitar tais doenças e problemas que interferem direta ou indiretamente na saúde dos professores, como; Reunião com o corpo docente: no qual podemos tirar muitos pontos positivos dessa reunião entre os próprios professores de uma determinada instituição, pois através do diálogo podem surgir soluções para os docentes que encontram dificuldades em conduzir suas aulas, devido a isso, é sempre importante à troca de experiência. Discussão com os pais: para que haja um melhor entendimento por parte dos pais dos alunos do dia-a-dia do professor e dos problemas de saúde que possam vir a ocorrer devido a rotina de trabalho, tornam-se importantes e necessários esses momentos de diálogo entre o corpo docente e os pais do corpo discente. Palestras de conscientização: os alunos não entendem, na maioria das vezes, sobre as consequências que a rotina na sala de aula pode trazer a saúde do professor, se existir essa conscientização a relação dentro da sala de aula iria melhorar, e assim trazer benefícios para a saúde do docente. Ginásticas: com a rotina pesada que tem um professor, seu corpo começa a dar sinais de que não está respondendo da mesma forma, e a partir daí começam a surgir problemas como dores na coluna e dores nas pernas por exemplo. Realizar atividades físicas fortalece o organismo para enfrentar a rotina, ajuda a controlar o estresse causado pela correria, e além de ser algo recomendado para todas as pessoas. Aquecimento vocal: além do aquecimento vocal também são importantes às técnicas de respiração e hidratação do corpo, geralmente os professores sofrem com problemas na garganta devido a intensidade sonora elevada que utiliza no ambiente escolar por causa do barulho externo e muitas vezes interno a sala de aula, ou seja, dos próprios alunos que não respeitam o docente. Saúde preventiva: sobre a saúde preventiva podemos incluir as ações citadas acima como atividade física, aquecimento vocal, hidratação do corpo, técnicas de respiração, alimentação saudável e também os exames de rotina que devem ser realizados.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste artigo, observou-se que o professor, enquanto responsável por mediar o conhecimento para o aluno, vem sofrendo grande pressão para contribuir cada vez mais com os avanços na área da Educação, já que atualmente tem havido um crescimento substancial nas áreas tecnológicas e sociais, e o professor é em grande parte o responsável pela educação das crianças e jovens para estas áreas. Essa cobrança excessiva aliada com outros problemas de cunho externo, tem gerado graves problemas de saúde nos professores, como apontou um estudo feito pelo sindicatos de professores do estado da bahia(Sinpro-BA) por isso, boa parte dos professores tem deixado a sala de aula, segundo Bitencourt (2008), problemas oriundos de questões logísticas e comportamentais tem exaurido a saúde mental dos professores, por isso os pais dos alunos e a própria sociedade devem tomar conhecimento dos malefícios que tal exaustão pode vim a causar, no intuito de que haja um repensar de como essas exaustão pode ser minimizada.

Estes problemas, oriundos de questões logísticas e comportamentais, tem gerado em sala de aula um ambiente de conflito, tensão, brigas constantes, desafio a autoridade do professor, isso tem desgastado a relação professor-aluno, e também tem gerado mal desempenho no Aprendizado. Por isso é necessário que a escola, os professores, os alunos, os

pais dos alunos e a sociedade se reúnam para discutir ações preventivas que tornem a escola e a sala de aula um ambiente de bom convívio para professores e alunos, visto que, o que está em risco vai além da educação física e emocional dos professores, esse desgaste pode trazer malefícios para a sociedade como um todo.

Palavras-chave: Saúde do Professor; Colaboração Professor/Aluno; Práticas Cotidianas.

REFERÊNCIAS

BITTENCOURT, D; JORGE, S. Como cuidar da saúde dos professores? A quem compete cuidar? In: *Salto Para o Futuro*, Ano XVIII Boletim 12 – Ago./2008.

BRASIL. Saúde e Educação. *Salto Para o Futuro*, Ano XVIII Boletim 12 – Ago./2008.

CHWALM, P. *Saúde docente: possibilidades e limites*. Secretária de Educação do Paraná. 2013. Disponível

em:<http://www.gestaoescolar.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/producoes_pde/artigo_paulo_henrique_schwalm.pdf>. Acesso em: 26 de novembro de 2018.

NASCIMENTO, G.; FERNANDES, C. Saúde é matéria de escola? Saúde e Educação. *Salto Para o Futuro*, Ano XVIII Boletim 12 – Ago./2008.

.