

A SAÚDE DO PROFISSIONAL DA EDUCAÇÃO: PROFESSOR

BRUNA Maria Paz de Lira¹
EDILANDO Tenório dos Santos²

12₃

RESUMO

Este trabalho propõe fazer um estudo aprofundado sobre problemas de saúde surgido durante o exercício pelo profissional da educação, o professor. A profissão docente é caracterizada por altos níveis de estresse e queixas físicas e mentais. Diante disso, o problema do nosso trabalho foi manifestado a partir de observação de experiências de colegas. O professor, é o profissional que adquire transtornos em toda sua carreira, e o quê/como ocorre isso? Existe algum procedimento para restabelecer a integridade deste indivíduo? Fatores relacionados ao trabalho, como insatisfação no trabalho, estresse ocupacional e absenteísmo, também foram fontes desta pesquisa. Esta pesquisa tem como o objetivo de compreender a saúde mental, física, e relacionada ao trabalho de professores do ensino regular e identificando o impacto sobre essas variáveis de saúde nesta função. A metodologia de pesquisa foi realizada através de uso de materiais bibliográficos. O baseamento teórico, está incluído os seguintes autores: Silva (2006), Gasparini (2005), Silva (2011), Esteve (1999), Camana (2007), Mendes (2006), entre outros. Pesquisas futuras devem verificar formas de prevenção, ou lazer, entre os professores com intuito de melhorar a sua saúde mental e física. Estudo indicado para a classe do magistério, e de áreas afins, com intenção de auxiliar a vida do docente.

Palavras-chave: Professor; Saúde Física e Mental; Condições de trabalho.

ABSTRACT

This work proposes to make an in - depth study on health problems arisen during the exercise by the education professional, the teacher. The teaching profession is characterized by high levels of stress and physical and mental complaints. Faced with this, the problem of our work was manifested by observing the experiences of colleagues. The teacher, is the professional who gets disorders throughout his career, and what / how does this happen? Is there a procedure to restore the integrity of this individual? Factors related to work, such as job dissatisfaction, occupational stress and absenteeism, were also sources of this research. This research aims to understand the mental health, physical, and work related to teachers of regular education and identifying the impact on these health variables in this function. The research methodology was carried out through the use of bibliographic materials. The theoretical basis is the following authors: Silva (2006), Gasparini (2005), Silva (2011), Esteve (1999), Camana (2007), Mendes (2006), among others. Future research should verify

¹Mestranda em Ciências da Educação - ATENAS COLLEGE UNIVERSITY; Especialista em Linguística Aplicada ao Ensino da Língua Inglesa - FAFIRE; Especialista em Gestão Educacional – FUNESO; Licenciatura em Letras/ Inglês – FUNESO. Email: maryjack13@hotmail.com

² Mestrando em Ciências da Educação - ATENAS COLLEGE UNIVERSITY; Especialista em Matemática Comparada – ESABA; Especialista em Educação Matemática com ênfase em Informações – FACIG; Especialista em Metodologia no Ensino Superior – FAEL; Licenciatura em Matemática UFRPE . Email:edilando01@gmail.com

ways of prevention, or leisure, among teachers in order to improve their mental and physical health. Study indicated for the teaching class, and related areas, with the intention of helping the teacher's life.

Keywords: Teacher. Physical and Mental Health. Work conditions.

1. INTRODUÇÃO

A profissão docente é caracterizada por um nível relativamente alto de absenteísmo e aposentadoria precoce. Essa associação pode ser causada por um bem-estar geral ruim, atribuído a altos níveis de estresse e à falta de saúde física ligada ao trabalho de ensino. Pesquisas entre professores indicaram que a tensão mental do ensino está relacionada principalmente a altas cargas de trabalho e eventos adversos causados por alunos e pais. O bem-estar mental dos professores é considerado pior entre as todas categorias de trabalho, e também pareceu se deteriorar com a idade. Tendo como exemplo, problemas musculoesqueléticos entre os professores sendo mais prevalentes nas costas, pescoço e membros superiores. Questões mentais, como o *Burnout*, e a solicitação em excesso de licença para afastamento. Estudos entre professores concluíram que fatores relacionados ao trabalho, como altos níveis de estresse percebido, alta carga de trabalho, baixa colegialidade e baixa satisfação no trabalho, foram significativamente associados a um menor bem-estar mental e físico em todo seu percurso de carreira, e é uma das funções mais fatigantes dentro mercado de trabalho. A metodologia de pesquisa foi realizada através de uso de materiais bibliográficos. O baseamento teórico, está incluído os seguintes autores: Silva (2006), Gasparini (2005), Silva (2011), Esteve (1999), Camana (2007), Mendes (2006), entre outros. Ele está dividido por 3 capítulos cujo o objetivo é de compreender ao assunto levantado.

Esta pesquisa tem como o objetivo geral de compreender a saúde mental, física, e relacionada ao trabalho de professores do ensino regular e identificando o impacto sobre essas variáveis de saúde nesta função. O trabalho é constituído de secções especificamente enquadrados de indicadores direcionados a pesquisa, que são:

1. Explicar a jornada profissional de um professor;
2. Entender as causas e consequências patológicas docente;
3. Conhecer formas de preservar e de tratar;
4. Verificar como é a condição de trabalho do professor.

Esses problemas relacionados à saúde e ao trabalho entre os professores podem serem causados pelo seu próprio ambiente de trabalho. Diante disso, o problema do nosso trabalho foi manifestado a partir de observação de experiências de colegas. O professor, é o profissional que adquire transtornos em toda sua carreira, e o quê/como ocorre isso? Existe algum procedimento para restabelecer a integridade deste indivíduo? E nós podemos entender a existência de fatores que conduz o agravamento da saúde profissional, e nesta mesma linha vai intensificando para a desistência total da função, ou um afastamento, ou deslocamento para outros locais e sendo direcionado a funções distintas (Bibliotecas, secretaria, etc).

2. A JORNADA DO TRABALHADOR-PROFESSOR

Nesta primeira seção, abordamos em algumas breves teorias que norteiam pontos que mostram como é o percurso deste profissional até o seu ambiente de trabalho. E também, foi colocado o que acontece neste ambiente que possa causar algum impacto negativo.

Com intuito de compreender a formação do pensamento acerca do docente, aqui será colocado posições teóricas de pesquisadores, que analisam ao viés do desconforto profissional, destacando os conflitos do ensino entre outros.

2.1. Descrevendo o percurso profissional

A profissão docente é um autor ambivalente: por um lado, existe um componente vocacional forte que os faz sentir útil na sociedade e que pode induzir auto realização e satisfação pessoal. Mas a realidade não pode fechar os olhos, a existência de aspectos negativos sobre o ensino, o que pode levar a desequilíbrios pessoais e emocional frustração a que muitos e muitos professores chegam, que vêem seus esforços e seu trabalho não são transformados na realização dos objetivos concreto e palpável. Os professores tendem a contrastar a realizar, ou tentar realizar o sucesso do sistema educacional e contraponha ao sucesso pessoal. Às vezes, a perspectiva dos educadores não vai além além de sua própria experiência na sala de aula. Se auto exigindo além da sua capacidade neste campo, por sua vez adoecendo ou desestimulando-se.

De acordo com Silva (2006), o trajeto do profissional é ambíguo, pois a intenção do professor, de antemão, a formar os estudantes a futuros cidadãos, mas o outro lado, é de não

ter este êxito, pois ocorre barreiras causados pelo próprio estudante ou do próprio ambiente escolar, que atrapalham a sua função, e da sua execução.

A complementar estes dados centrados no excesso de horas de trabalho, surgem igualmente indicações neste estudo sobre a importância das horas de contacto directo entre docentes e alunos, colocando os participantes com mais de 15 horas semanais de interacção a sentirem maior pressão devido ao comportamento inadequado/indisciplina dos estudantes relativamente ao estatuto da carreira docente. No entanto, apesar da maior exposição a estes dois factores de stresse, estes docentes apresentaram uma menor tendência para a despersonalização do que os seus colegas com menos horas de proximidade com os alunos, sugerindo-se, assim, que mais tempo de contacto não implica um maior distanciamento por parte dos professores. Alguns dados de outros estudos têm igualmente apontado o facto do aumento no horário de leccionação corresponder a uma maior experiência de stresse, nomeadamente, em termos do estatuto profissional, da insegurança profissional e da indisciplina dos alunos. (SILVA,2006, p.86)

Diante disso, a autora Gasparini (2005), o inicial de toda negatividade, é o excesso de trabalho, este acumulo é dado, pelos vários contratos de trabalhos, e por fim, o profissional percorre a mais de um trabalho diariamente, para obtenção a um salário mais confortável a sua sobrevivência. E esta agitação dos professores é uma realidade para a qual milhares de professores, tem que enfrenta diariamente, e que às vezes traz consequências pelo qual trabalhem desmotivado ou estressado. No entanto, isso não é um problema pessoal e profissional, pode parecer, mas estamos enfrentando um sério problema social. Estresse no trabalho tem sido tornar-se uma das principais causas de declínio nas algumas profissões, entre esse é o lecionar.

Além da má alimentação que ocorre na maioria da categoria, justifica-se que há esta necessidade de chegar cedo para baterem o seu ponto em diversas escolas que estão inseridos no seu dia-a-dia. A questão dos transportes, também, é outro fator que abala o psicológico deste profissional. Tentar chegar ao seu determinado trabalho, pelos coletivos, e sim, os seus destinos forem trabalhar em escolas de difícil acesso, faz que o profissional a desloquem bruscamente, e de submeter a um nível estresse.

2.2. Ambiente escolar X Professor

O ambiente escolar deveria estar interligado com o seu importante profissional, o professor, mas ao contrário que se pensa, a escola é uma esfera extremamente controversa. Pois este local, por muitas vezes, não abriga bem ao docente, principalmente de instituições públicas. A maioria das vezes, não existe o mínimo para se trabalhar, como, piloto, quadro,

papelaria etc. Se o professor quer fazer uma aula com uso de equipamentos tecnológicos, para dinamizar os seus conteúdos, mas não pode, pela falta deles. E pior dos casos, não tem banheiro, não tem sala de aula adequada (por exemplo dar aulas em salas sem telhados). E outro problema a ser destinado, é o alunado.

Figura 1



Fonte: <http://www.noticiadaserra.com/2014/03/fantastico-mostra-situacao-precaria-de.html?m=0> (2015)

Como podemos ver nesta imagem o retrato real da precariedade escolar brasileira, e o professor neste meio, tentando dar o seu melhor para assegurar a educação dos seus estudantes. Este esforço leva a um desempenho elevado do profissional.

Já sabemos que a sociedade mudou muito rapidamente e a formação de educadores não passou por mudanças substanciais. E assim, o professor não tem tempo para fazer uma capacitação que supre as novas necessidades dos estudantes deste século, como adaptação de uso as novas tecnologias, mas sim, focando apenas necessidades e problemas da sociedade atual, infelizmente sem ter ferramentas suficientes. Isso desencadeia um humor que gera no professor, um mal-estar, causado pela mudança social, que tem que enfrentar e isso atravessa na motivação de dos professores. O prestígio social dos profissionais de ensino diminuiu consideravelmente isto foi contribuído pela administração mostrando uma posição ambígua e não defendendo claramente os direitos de profissionais de ensino. Alguns pais atribuem o fracasso escolar aos professores, mas realizações alcançadas apenas para seus filhos, sem avaliar a qualquer momento trabalho do professor.

Relativamente à comparação dos níveis de stress e em função dos anos de experiência dos professores, o principal dado a reter prende-se como facto do grupo com períodos mais alargados de docência (superior a nove anos) perceberem mais dificuldades do que os seus colegas mais novos (até dois anos de trabalho) em áreas

relacionadas com os comportamentos inadequados dos alunos, a gestão das diferenças nas capacidades apresentadas pelos estudantes e a realização do trabalho burocrático/administrativo e excesso de aulas. (SILVA, 2006, p.85)

Isso não melhora a situação dos professores, o que é eles se sentem sozinhos e desprotegidos diante de uma sociedade que os desvaloriza socialmente e ocupacionalmente (agressão aos professores, questionamento seu desempenho de trabalho, pouco investimento da Administração ...). Todos Isso os leva a questionar seu trabalho educacional. A autoridade e o conhecimento do corpo docente começam a ser vistos questionado por uma parte dos alunos.

Figura 2



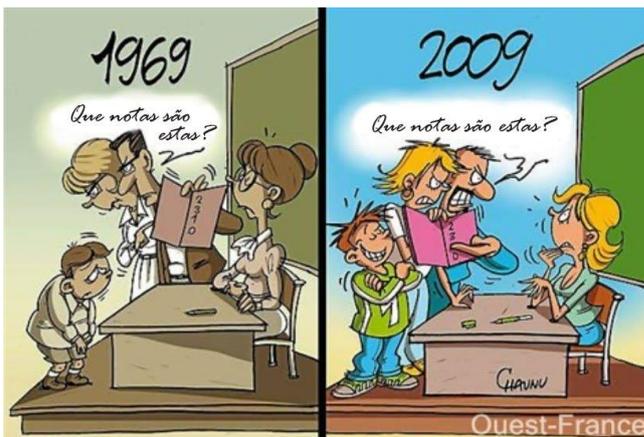
Fonte: <https://www.grupoescolar.com/pesquisa/o-problema-da-indisciplina-em-sala-de-aula.html> (2010).

Talvez porque nas últimas décadas você poderia facilmente obter um trabalho sem ter um diploma e ainda não foi reconhecido, que sem o treinamento adequado, hoje é muito difícil encontrar um emprego sem a educação básica completa, mas, também isso não pode justificado pelo desrespeito ao profissional. Embora problemas comportamentais dos alunos, já apareçam nos primeiros cursos, é no terceiro ciclo e especialmente na escola secundária, onde os alunos eles apresentam maior agressividade, desafiando professores, em ambos comportamentos como no conhecimento, pois para eles, informações não tem mais valor, sentindo isso em uma situação de desvantagem ao professor.

A falta de envolvimento dos pais na educação de seus filhos possível que os alunos não diminuíssem a figura do professor, uma vez que é no seio familiar onde valores como o

respeito e tolerância. O mais frequente é delegar essas responsabilidades à escola e não parecem mostrar um interesse coerente com a formação integral como pessoas de seus filhos. Independentemente das estatísticas e com foco no que você vê na escola dia a dia, cada vez menos famílias estão assumindo algo como educação prioritária de seus filhos. E outra coisa que acontece, é a quantidade absurda de alunos em uma sala de aula (por exemplo, 70 alunos), por sua vez, a maioria em classe, não valorizam a aquisição de conhecimento, eles vêem isso como algo desnecessário (uma perda de tempo), talvez porque a família não é dada a importância necessária ou porque houve um tempo em que era fácil trabalhar sem um diploma acadêmico, ou talvez porque nas escolas, há uma pouca educação participativa, que carece de motivação aos alunos.

Figura 3



Fonte: <https://jornalggm.com.br/blog/luisnassif/professora-agredida-por-aluno-sera-processada-pela-familia> (2012).

O professor não trabalha apenas intelectualmente, e sim, se desdobra para preencher lacunas vinculados a escola e aos estudantes. Nos últimos anos, tem burocratizou muito ensino e tem que fazer trabalhos administrativo. O docente recebe tarefas que podem ser feitas por outras pessoas especialistas. E essas funções afetam cada vez mais o corpo docente que precisa dedicar muito tempo a relatórios, estatísticas e avaliações de todos os tipos, que tiram tempo do trabalho educacional, até acabam levando para casa, o seu trabalho, não acontecendo o seu descanso, e a gestão, por sua vez não facilitam o trabalho do professor, mas o tornam mais estressante e menos satisfatório.

3. AS DOENÇAS DO MESTRE

Nesta segunda seção, abordamos em algumas breves situações referente a saúde do docente, alinhando-se a causa e as consequências.

Para começo de conversa, é importante dizer que, para nós, o trabalho docente é afetado por diversos fatores já fora citado acima do capítulo anterior. Assumir a este exercício, o profissional enfrenta obstáculos, e nesses tropeços coincidem o surgimento de doenças temporárias e crônicas que veremos a seguir.

3.1. Causas e Consequências

O desenvolvimento desses problemas nos professores foi decorrido de mudanças das políticas educacionais, da falta de valorização do profissional, e da própria sociedade não os respeitam, e isso se arrastou ao longo dos anos, sobretudo ainda continua a essa discrepância.

Como ocorreu em outras profissões, o trabalho do professor passou por profundas mudanças. Tais mudanças não se referem apenas as condições objetivas de executá-lo. Elas estão imbricadas na mudança do próprio cenário social onde se concretiza. Os professores e o sistema de ensino precisam preparar seus alunos não para uma sociedade do presente, mas do futuro e de um futuro sem dúvida, muito diferente do atual (ESTEVE, 1999, p.21)

De acordo com o autor Esteve (1999), ele refere ao professor, como fosse uma ferramenta, que vai modelando com o passar dos anos, no entanto, a teoria não ocorre na prática. Subentende-se que esta profissão está cada vez falida e desprezada, e os que estão ainda na área do magistério, sofrem em diversas maneiras, que os prejudicam de pode executar a sua tarefa de lecionar. Sem dúvidas, estas causas, derivam-se consequenciais que pressionam e atrapalham o processo de ensino. Causando danos profissionais e atingindo o lado pessoal do professor.

A necessidade de conhecer melhor o processo os tipos de doenças que surgem diante do desgaste físico e emocional do professor, é de grande relevância ao nosso estudo. Como podemos ver com o autor Ceballos (2011),o perfil professor, já direciona alguns registros patológicos presumidos.

Decorrente das mudanças na política educacional relacionadas ao ambiente de trabalho e as condições sob a qual este é realizado, o docente pode desenvolver o chamado “mal-estar docente”, que favorece o desgaste biopsíquico do educador, proporcionando uma mudança no perfil das doenças relacionadas ao trabalho, entre as quais se destacam a hipertensão arterial sistêmica, doenças coronarianas, distúrbios mentais, estresse, câncer, disfunções musculoesqueléticas entre outras (CEBALLOS et al, 2011)

De acordo com autor Mendes (2006), essas doenças tem o seu grau periculosidade e de como é ocasionado dentro do ambiente escolar, vamos conhecer alguns destes problemas:

- Problemas na voz (calo nas cordas);
- Gastrite;
- Insônia;
- Depressão;
- Rinite/Alergia;
- Síndrome de *Burnout*;
- Perda da audição;
- Disfunções musculoesquelíticas;
- Ansiedade.

Podemos visualizar nesta imagem, a charge, ela faz uma crítica da situação real do professor, que muitas vezes passam para uma avaliação médica, e o seu diagnóstico é instantâneo:

Figura 4



Fonte: <http://coordenadorespedagogicosdabahia.blogspot.com/2013/05/doencas-do-magisterio.html> (2013).

4. METODOLOGIAS

A metodologia de pesquisa foi realizada através de uso de materiais bibliográficos. O baseamento teórico, está incluído os seguintes autores, portanto o estudo foi idealizado com a base de conceitos teóricos usufruindo-se de uma pesquisa bibliográfica, podemos apresentar a priori: Silva (2006), Gasparini (2005), Silva (2011), Esteve (1999), Camana (2007), Mendes (2006), e entre outros. Este trabalho suscita traz à tona os problemas de saúde surgido durante o exercício pelo profissional da educação, o professor. A profissão docente é caracterizada por altos níveis de estresse e queixas físicas e mentais. Diante disso, o problema do nosso trabalho foi manifestado a partir de observação de experiências de colegas.

5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nesta última seção, falaremos de formas que possam ajudar o profissional docente se reabilitar das suas funções, ou de prevenir de problemas futuros.

Para entendermos técnicas plausíveis que possa garantir a tranquilidade sobre a saúde profissional e pessoal.

Como conhecermos diversos problemas, que atingi a boa parte do corpo docente. Esta dificuldade deverá ser avaliada por um profissional de saúde. E ele recorrerá de tratamentos dentro do quadro avaliativo. No caso, da ansiedade, insônia, depressão e síndrome de *Burnout*, pode ser sugerido o uso da terapia ocupacional. Ela é a única profissão que ajuda as pessoas ao longo da vida a fazer o que querem e precisam fazer através do uso terapêutico de atividades diárias (ocupações). Os profissionais de terapia ocupacional permitem que pessoas de todas as idades vivam a vida ao máximo, ajudando-as a promover a saúde e a prevenir ou a viver melhor com lesões, doenças ou deficiências.

A prática de exercícios físicos e mentais, são atividades ocupacionais que fazem parte do tratamento. E o profissional terapêutico, combinará exercícios ponderados tradicionais com atividades terapêuticas para melhorar a força e a resistência muscular. Ao realizar essas atividades, os pacientes também melhorarão suas habilidades na resolução de problemas, segurança, equilíbrio e orientação.

Realizar essas atividades irá preparar melhor uma pessoa para participar fisicamente de atividades da vida cotidiana, como se vestir ou preparar uma refeição. E outra questão que pode fortalecer e ajudar na musculatura do professor, é o uso de caminhadas e de atividades esportivas. Ressaltarmos, que esse tratamento para o nível atenuado da doença.

Nos casos mais graves, ajuda de um psicólogo e de um psiquiatra será fundamental ao tratamento, principalmente em casos de ansiedade, insônia etc. Apenas o médico poderá prescrever uma receita do remédio de acordo com o levantamento do seu perfil patológico.

No intuito de preservar a sua saúde mental, o uso de *hobbies*, será de grande efeito, ou também, durante um tratamento.

Atividades em grupos, ajuda melhorar a condição emocional do professor. Atividades como pinturas e desenho, até um simples passatempo. Ou caça-palavras ajuda aliviar do estresse eminente do dia-a-dia.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Finalmente, podemos entender que precisa de uma inovação no ensino e na implementação parte da Administração, sindicatos, organizações, etc., de uma campanha publicitária que promove a valorização e o respeito profissionais de ensino, e isso poderia aumentar o reconhecimento professores e tomar consciência da importância do seu trabalho. Para implementar o ensino participativo e motivador nas escolas, onde as novas tecnologias têm um espaço relevante aumentar o interesse de nossos alunos e, como consequência a mudança de atitudes. Mesmo que as políticas públicas, não dão a mínima atenção. Sabendo que a infraestrutura (escolas públicas), não vão se tornar melhores de hora para outra.

Mas é preciso mudar a atitude dos estudantes e da família em relação à educação, seria o mais próximo da realidade, os alunos podem se comunicar e contribuir para melhorar as tensões dentro da sala de aula. Para melhorar este problema, é claro que é necessário que a gestão e a própria secretária de educação mudem-se a sua maneira de pensar e não considera a educação como uma despesa, mas como um investimento no futuro, que é o que outros países europeus fazem.

7. REFERÊNCIAS

CAMANA, Christiane. **O Sofrimento “Externo” do Professor**. In: POURTOIS, J.P., MOSCONI, Nicole (Orgs.) Prazer, Sofrimento, Indiferença na Educação. São Paulo: Edições Loyola, 2007.

CEBALLOS, Albanita Gomes da Costa de et al. **Avaliação perceptivo-auditiva e fatores associados à alteração vocal em professores**. Revista Brasileira de Epidemiologia. 14(2): 285-95, 2011..

DALVI, A.P. **Avaliação da qualidade de vida do profissional docente.** InterSciencePlace Junior revista de iniciação científica internacional. Nº 1 Páginas 01-08, 2010.

ESTEVE, J. M. **Mudanças Sociais e Função Docente.** In: NÓVOA, António (Org.). Profissão Professor. Liboa: Porto Editora, 1991.

GASPARINI, Sandra Maria Gasparini, BARRETO, Sandhi Maria Sandhi; ASSUNÇÃO, Ada Ávila. Universidade Federal de Minas Gerais. **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 Disponível em, <<http://www.scielo.br/pdf/ep/v31n2/a03v31n2>>- Acesso em 20 de mar. 2018.

MARTINS, Mara Lúcia. **O que o professor deve fazer para se prevenir de doenças causadas pelo exercício da profissão?**2013 Disponível em <<http://www.educacaopublica.rj.gov.br/biblioteca/educacao/0082.html>>- Acesso em 20 de mar. 2018.

MENDES, Maria Luiza Maciel. **Condições de trabalho e saúde docente.** VI seminário da redestrado- Regulação Educacional e Trabalho Docente 06 e 07 de novembro de 2006.

NORONHA, M. M. B. **Condições do exercício profissional da professora e dos possíveis efeitos sobre a saúde: Condições do exercício profissional da professora e dos possíveis efeitos sobre a saúde estudo de casos das professoras do ensino fundamental em uma escola pública de Montes Claros, Minas Gerais.** Dissertação (Mestrado) Faculdade de Medicina da UFMG. Belo Horizonte, 2001. 157p.

SILVA, Maria João; MOURISCO Salomé; SILVA, Suzana & MOTA, Alfredo. Revista Portuguesa de Educação, 2006, 19(1). **Problemas e desafios no exercício da actividade docente: Um estudo sobre o stress e, "burnout", saúde física e satisfação profissional em professores do 3º ciclo e ensino secundário.** pp. 67-93, 2006. Disponível em <<http://www.redalyc.org/html/374/37419104/>>- Acesso em 20 de mar. 2018.

SILVA, Maurina Passos Goulart Oliveira da. **A silenciosa doença do professor: Burnout, ou mal estar.** 2011. Disponível em <www.unaerp.br/documentos/1464-161-454-1-sm >- Acesso em 20 de mar. 2018

ZARAGOZA, J. M. Esteve. **O Mal-estar Docente: a sala de aula e a saúde dos professores.** Bauru: EDUSC, 1999.