

DOI: 10.46943/XI.CONEDU.2025.GT04.002

CUIDAR DE QUEM EDUCA: POSSIBILIDADES DE ATUAÇÃO MULTIPROFISSIONAL EM AMBIENTES EDUCACIONAIS

Louis Gustave José Nunes Hissette¹
Stefânio Ramalho do Amaral²

RESUMO

Este capítulo tem como objetivo discorrer sobre propostas decorrentes de minha experiência no estágio de planejamento de intervenção no campo da psicologia escolar, com o objetivo de traçar estratégias para melhoria da qualidade da saúde das educadoras, – professoras e auxiliares de sala –, por vezes idosas, visando preveni-las da síndrome do esgotamento profissional (*burnout*). Este estágio fez parte do componente curricular Estágio de Planejamento de Intervenção (EPI), ocorrido numa instituição de ensino, especificamente no setor da educação infantil, no turno da tarde, entre fevereiro de 2022 e maio de 2022. As intervenções propostas têm como base três áreas da psicologia: escolar; organizacional e do trabalho; e ambiental. Este capítulo abordará possibilidades de atuação da psicologia escolar em problemas que não necessariamente são deste campo, mas que se relacionam fortemente com o processo de adoecimento psíquico, como arquitetura, ciências da saúde, ergonomia etc. Discute-se neste capítulo um modelo de educação que, além de focar nos estudantes, foca em quem os educa. Assim

1 Graduando em Psicologia pela Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), lgjnh7@hotmail.com

2 Doutor em Psicologia Cognitiva pela Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), amaral941@gmail.com

como se pode intervir na educação dos estudantes, buscando melhor qualidade de vida para estes; também é possível intervir na saúde física e mental de profissionais da educação, buscando melhor qualidade de vida para estes.

Palavras-chave: Envelhecimento, *Burnout*, Psicologia Organizacional e do Trabalho, Psicologia Ambiental; Psicologia Escolar,

1 INTRODUÇÃO

Este capítulo tem como objetivos descrever uma proposta de intervenção intitulada “Cuidar de quem educa: possibilidades de atuação multiprofissional em ambientes educacionais”, decorrente de minha experiência vivenciada no estágio de planejamento de intervenção, ocorrido no campo da psicologia escolar. A importância dessa intervenção é, principalmente, discorrer acerca de estratégias para melhoria da qualidade da saúde das educadoras – professoras e auxiliares de sala, visando preveni-las contra a síndrome do esgotamento profissional (*burnout*). Este estágio fez parte do componente curricular de Estágio de Planejamento de Intervenção (EPI), ocorrido numa instituição de ensino sem fins lucrativos, especificamente na educação infantil, no turno da tarde, entre fevereiro de 2022 e maio de 2022. A visita ao local de estágio ocorreu semanalmente, exceto feriados ou imprevistos, com duração de 5 horas por visita, totalizando 40 horas-aula de atividades práticas. Excepcionalmente, em algumas semanas, as visitas ao local de estágio ocorreram duas vezes em uma semana.

As intervenções propostas a seguir têm como base três áreas da psicologia: escolar; organizacional e do trabalho; e ambiental. Para que isso fosse possível, outras experiências ocorridas previamente e durante a realização do estágio foram essenciais para me possibilitar a construção da presente proposta de intervenção, as quais julgo pertinente descrevê-las, para melhor compreensão do meu percurso de elaboração da presente proposta.

Primeiramente, a proposta de intervenção focada neste relatório remonta aos conhecimentos construídos nos componentes curriculares Psicologia e Trabalho e Trabalho e Saúde, por mim cursadas em 2021. Especificamente, permitiram-me focar nas relações entre trabalho, o ambiente de trabalho e as implicações para a saúde das trabalhadoras, com ênfase na síndrome do esgotamento profissional, também chamada

de *burnout*, recentemente adicionada ao recém-lançado CID-11. Esses aspectos constituem o cerne das intervenções propostas neste relatório.

Ademais, participei de dois grupos de estudos sobre psicologia ambiental (PA) em 2021 e 2022, respectivamente ofertados, remotamente, pelo Núcleo de Pesquisa e Intervenção em Psicologia Ambiental (NPPA) vinculado à Universidade Federal de Sergipe (UFS); e pelo Laboratório de Estudo das Relações Humano-Ambientais (LERHA) vinculado ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade de Fortaleza (UNIFOR). Tais experiências me introduziram ao campo da psicologia ambiental (PA), que será utilizado como base para a proposta de intervenção, dentre os quais se incluem o conceito de ambiente restaurador e a influência do ambiente sobre processos cognitivos, somados às reflexões sobre os impactos da pandemia para a inter-relação pessoa-ambiente, com ênfase no ambiente escolar.

Concomitantemente à participação do grupo de estudos do LERHA, cursei a disciplina Psicologia Escolar e Educacional, além do Estágio de Planejamento de Intervenção, durante este semestre letivo. A referida disciplina me trouxe bases para compreender o campo da Psicologia Escolar, focando no papel do psicólogo escolar e a possibilidade de atuação.

Em conjunto, essas experiências me trouxeram inquietações e acuraram meu olhar durante minha vivência de estágio, transformando-se nesta proposta de intervenção.

2 CARACTERIZAÇÃO DA INSTITUIÇÃO

É importante para a compreensão das propostas de intervenção, primeiramente, situar o leitor acerca do espaço de acontecimentos, ou seja, o ambiente em que o estágio foi realizado e para o qual as propostas se destinam, tanto compreender a filosofia fundante quanto os aspectos físicos deste.

Desde sua fundação até os dias atuais, a instituição opera sem fins lucrativos, mantendo-se a partir das mensalidades pagas pelos respon-

sáveis dos estudantes. A instituição mantém como cerne a pedagogia da autonomia de Paulo Freire, modelo que buscou romper com o paradigma de educação tradicional, acrítica e que coloca o estudante como um sujeito ativamente participativo no seu processo de aprendizagem. Em relação à proposta de pedagógica da instituição, o sistema de avaliação se trata de um processo contínuo e qualitativo, abrangendo todas as aprendizagens do estudante. Além disso, há também o momento de formação, que ocorre semanalmente, ao menos duas vezes ao mês, destinado para abordar questões dos estudantes, conselho de classe, temas, aprofundamentos, estudo avaliativo, retorno sobre as demandas das professoras.

Importante ressaltar que podemos compreender esta instituição como uma organização pensante, crítica, preocupada com o ensino e as etapas que constituem tal processo e, principalmente, visando em um modelo pedagógico mais humanizado para os estudantes. Isto é de suma importância para a execução das propostas de intervenção do presente trabalho.

Antes de adentrarmos na caracterização do ambiente, necessário ressaltar que o conceito de ambiente é compreendido a partir da definição da psicologia ambiental, que diz respeito a (Campos-De-Carvalho; Cavalcante; Nóbrega, 2011, p. 28):

[...] um conceito multidimensional, compreendendo o meio físico concreto em que se vive, natural ou construído, o qual é indissociável das condições sociais, econômicas, políticas, culturais e psicológicas daquele contexto específico. Tudo o que estiver presente em um determinado ambiente – inclusive as pessoas – é parte que o constitui.

Tal definição se faz necessária, pois, no presente capítulo, trabalha-se partindo de tal conceito, pois compreende, principalmente, as educadoras como parte importante da constituição do espaço.

Continuando a caracterização do ambiente da instituição, trata-se de uma instituição de ensino, localizada em Recife – Pernambuco, direcionada ao Ensino Infantil e Ensino Fundamental – anos iniciais e finais, os quais operam em turno único. O espaço da educação infantil é consti-

tuído por dois pátios, um grande com brinquedos e outro pequeno sem. As turmas contêm em média de 15 a 20 alunos, possuindo, no máximo, com 25 alunos por turma. A educação infantil é composta também por uma psicóloga e uma coordenadora pedagógica. Os alunos possuem idade entre 2 e 7 anos.

Como uma das intervenções proposta neste relatório é voltada para mudanças no espaço, é necessário caracterizar melhor o ambiente da sala de aula e sala das professoras. As salas de aula possuem pouca troca de ar, pois apenas a sala do maternal e do infantil I possuem janela. Nenhuma sala em utilização possui cobogós. Ainda que as portas de todas as salas sempre permaneçam abertas, o que favorece essa troca de ar, é insuficiente, principalmente nos momentos em que os ventiladores precisam ser desligados para a realização de alguma atividade curricular ou lanche, acarretando no desconforto térmico. Ainda em relação às salas, um fator importante a considerar é a iluminação. Todas as salas possuem vários ventiladores e luzes que são utilizadas principalmente no período vespertino, porém, constatei que em todas as salas as lâmpadas sofrem interferência variando a intensidade continuamente, o que pode causar impactos cognitivos.

A sala das professoras fica fora do espaço da educação infantil. Possui uma mesa grande com cadeiras de madeira, duas estantes, das quais uma para armazenar material de professores e outra para materiais esquecidos de alunos. Possui também um assento fixo acolchoado com duas almofadas, encostado na parede, que não é ergonômico, pois é estreito e não há encosto confortável, além das cadeiras do espaço que são de madeira e não propiciam conforto. Como sugestão, o nome da sala poderia ser modificado para sala de descanso, pois poderia ser utilizado tanto pelas professoras, quanto pelas educadoras, além da substituição dos assentos por novos mais confortáveis e ergonômicos. A localização desta sala fora do espaço da educação infantil é ótima e deveria ser mantido, por proporcionar menos interferências de estudantes, tornando-se um espaço mais calmo, tranquilo e menos barulhento; além de servir como uma barreira

para que o tempo de descanso seja respeitado. Em conjunto, isto poderia proporcionar descanso de maior qualidade às usuárias.

3 JUSTIFICATIVA

Primeiramente, vale ressaltar que as propostas de intervenção descritas no presente trabalho partem da minha experiência e observações realizadas no estágio, porém, serão retratadas medidas para que possam ser – ou não – averiguadas a partir outros métodos científicos que não puderam ser realizadas devido ao caráter de estágio ser voltado para a observação e planejamento de intervenção.

Durante minha experiência de estágio observei e vivenciei, em certa medida, parte da rotina das educadoras e percebi como é uma função cansativa, devido ao alto teor de demandas que surgem no ambiente escolar da educação infantil, decorrentes das próprias demandas como professoras e auxiliares; da estruturação pedagógica da necessidade de acompanhamento integral e da individualizado da turma; de questões ergonômicas relacionadas ao mobiliário; de limitações decorrentes dos impactos de medidas sanitárias contra a disseminação da COVID-19. Além disto, há também o momento histórico ao qual estamos inseridos, de saída da pandemia da COVID-19, que trouxe um agravamento no número de adoecimento mental e de exaustão de trabalho.

Dessa forma, comecei a me questionar em como essa vivência poderia ser para as educadoras, correlacionando com meus conhecimentos prévios sobre *burnout*. Constatei, então, que algumas profissionais possuíam o hábito de ir ao banheiro apenas ao final do expediente, ou seja, após quase cinco horas de trabalho; tratando-se de comportamento de risco para infecção urinária (Fujita Jr, s/d). Ouvei também relatos de fadiga, sobrecarga e estresse. Também vivenciei e escutei problemas de dores musculares, que poderiam estar sendo causados e/ou agravados por questões ergonômicas do mobiliário, em especial as cadeiras que são adequadas para crianças da educação infantil, porém não para pessoas

adultas. Além disso, foi possível observar que o uso de máscaras, que apesar de ser uma medida contra o avanço da disseminação da COVID-19 (Gameiro, 2020), acabava, também, por ser uma barreira vocal, fazendo com que as educadoras tivessem que utilizar um timbre mais elevado de fala para se comunicar com as crianças – o que poderia causar ou agravar problemas vocais (Silva, 2010), sendo mais um possível fator de adoecimento, que também justifica as intervenções propostas a seguir, que têm um cunho de prevenção. Além destas questões, há também o problema anteriormente citado da falta de conforto térmico decorrente da pouca circulação de ar. Por fim, observei a falta de tempo para descanso ou pausa, visto que as educadoras precisam acompanhar integralmente suas turmas e, quando conseguiam um momento livre, estavam realizando outras atividades, como orientação, confecção de relatórios individuais de cada aluno da sua turma, planejamento de aula ou preparação de outras atividades educacionais, fazendo com que as profissionais não tivessem tempo adequado para descansar, ir ao banheiro, hidratar-se e lanchar.

Ampliando essa investigação, comecei a analisar também como o ambiente físico poderia refletir na saúde das educadoras, partindo do meu interesse e conhecimento da psicologia ambiental (PA). Além da questão do mobiliário, outros aspectos que me chamaram a atenção foram a iluminação e a ventilação. Constatei que em todas as salas de aulas em utilização há um problema de luz intermitente decorrente da rotação do ventilador de teto, que pode causar impactos em aspectos cognitivos e ser mais um motivo de fadiga nas educadoras (Villarouco; Ferrer; Paiva; Fonseca; Guedes, 2021; Moser, 2018)

A partir dos problemas observados, comecei a refletir sobre o papel da psicologia escolar nas intervenções, tendo em vista que questões como problemas vocais, infecção urinária, mudanças no ambiente físico, mudanças do mobiliário e problemas musculares não são de escopo da psicologia solucionar, apesar de impactarem no psiquismo das profissionais. Dessa forma, busquei bases que pudessem me guiar sobre tal prática e passei a compreender a psicologia como um instrumento de diálogo, ou seja,

fazendo uma metáfora com outros estudos vistos na graduação, é possível entender que em determinadas situações o que nos cabe é encaminhar para profissionais de outras áreas, como a psiquiatria, terapia ocupacional, nutrição, fisioterapia, educação física etc. Da mesma forma, passei a compreender que a intervenção desses problemas não é do meu escopo de atuação, mas, compreendendo que estes problemas, em uma visão psicossomática, são geradores e/ou agravadores do processo de adoecimento mental, posso abarcar tais demandas na minha proposta de intervenção.

Dessa forma, as intervenções propostas a seguir se justificam a partir das questões referentes à: fadiga; cansaço; estresse; sobrecarga; adoecimento psicossomático; questões ergonômicas; desconforto térmico etc., tendo como principal medida, a orientação das profissionais sobre tais demandas, visando, principalmente, a prevenção do adoecimento de todas as educadoras, compreendendo que é mais viável, menos custoso e mais eficaz que os problemas sejam prevenidos, do que remediados.

4 OBJETIVOS

Este capítulo tem como objetivo geral propor intervenções buscando melhoria da qualidade da saúde física e mental das profissionais de educação, a partir de mudanças nas condições do ambiente de trabalho.

Especificamente, buscou-se: a) observar e relatar condições de funcionamento da instituição, para propor intervenções; b) propor intervenções buscando melhoria da qualidade do serviço das profissionais de educação; c) propor um instrumento para avaliação docente das condições de trabalho e d) propor estratégias buscando prevenção de problemas de saúde que tendem a causar absenteísmo no trabalho.

5 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Apenas em 2019 a OMS definiu o *burnout* – também chamado de ‘síndrome do novo milênio’ – como uma síndrome decorrente do estresse

crônico, relacionado à atividade ocupacional, intensamente e por longo período de tempo – e.g.: atividade laboral e estudo. Possui um caráter depressivo e de extremo cansaço físico e mental, decorrente da relação sujeito-trabalho (Mente Curiosa, 2021; Mendanha, 2021; Sineduc, 2008). Em consequência de ser uma patologia recente na literatura, ainda não é classificada no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5), entretanto é abarcada na Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde (CID-11) da OMS, que entrou em vigor em 1º de janeiro de 2022.

O burnout se caracteriza em três dimensões, para fins de critérios diagnósticos: (i) sensação de esgotamento ou esgotamento de energia; (ii) aumento da distância mental do trabalho ou sentimentos de negativismo ou cinismo relacionados ao labor; e (iii) redução da eficácia profissional. É definido como uma síndrome ocupacional crônica, ligada à ocupação do indivíduo, decorrente ‘de um ambiente que não foi gerenciado com sucesso’, ou seja, um ambiente causador de estresse prolongadamente, causando no sujeito um conflito ao tentar se adaptar (Sineduc, 2008; Neves, 2019; Pontes, S/d), ocorrendo lenta e cumulativamente, e na qual a pessoa pode não ter consciência do adoecimento (Sineduc, 2008).

É importante diferenciar estresse e burnout: o estresse ocupacional pode apresentar fatores positivos e negativos; enquanto a ‘nova síndrome do milênio’, apresenta apenas aspectos negativos. Ressalte-se que o segundo é a cronificação do primeiro. Dentre os sintomas físicos e psicossomáticos, incluem-se: enjoo, variação de humor, ansiedade excessiva, crises de choro, inchaço na região abdominal, taquicardia, queda de cabelo (Pontes, s/d), palpitações, cefaleias frequentes, cansaço crônico, crises de asma, distúrbios gastrointestinais ou úlceras, dores cervicais, insônias, alergias e alterações menstruais (Sineduc, 2008).

Ainda de acordo com SINEDUC (2008), no âmbito comportamental, é possível identificar a falta de assiduidade ao trabalho, isolamento, abuso de álcool e/ou drogas, incapacidade de relaxar, comportamento violento e de alto risco (e.g.: jogos perigosos, suicídio). Além do sentimento de alie-

nação e ímpetos de abandonar o trabalho, há o sentimento de solidão, de impotência e depressão.

De acordo com um estudo realizado pela International Stress Management Association (Isma-BR) em 2018, estima-se que um terço da população brasileira é acometida pela síndrome de burnout. Num ranking de oito países, o Brasil fica em segundo lugar, atrás do Japão, o qual possui 70% da população atingida (Neves, 2019). Nas profissões mais afetadas com o burnout, estão em prevalência aquelas que lidam com outras pessoas e com o cuidado (CONEDUC, 2018), como professores (Pontes, s/d). De acordo com a cartilha do SINEDUC (2008), a alta incidência em profissões de cuidado ocorre devido às repercussões do envolvimento afetivo entre cuidador e cuidado. Uma das formas de cuidar da saúde mental e física e mental é através de mudanças no ambiente, foco da psicologia ambiental.

A psicologia ambiental (PA) é a área de estudo da inter-relação pessoa-ambiente, ou seja, que tanto as pessoas causam influência no ambiente quanto vice-versa. De acordo com Cavalcante e Elali (2011, p.14):

[...] [a] meta é compreender a construção de significados e os comportamentos relativos aos diversos espaços da vida, bem como as modificações e influências suscitadas por nossa subjetividade nestes ambientes. Ao buscar compreender as motivações que levam as pessoas a adotarem determinada conduta espacial, benéfica ou não para o meio ambiente, a PA enfocada as relações entre os comportamentos socioespaciais humanos (de territorialidade, privacidade, apropriação, aglomeração etc.) e os diversos processos psicossociais (percepção, cognição, representações e simbolizações) nos quais se baseiam nosso comportamento.

Dessa forma, a partir desta compreensão da PA, este trabalho abordará questões relativas à influência do ambiente em aspectos cognitivos, como aprendizagem, atenção, memória, consciência e emoção (Villarouco et al., 2021), a partir de uma análise da sala de aula e sala das professoras, tendo que vista que “muitos conhecimentos sobre as habilidades cognitivas conhecidas pela neurociência podem ser um ponto rico de trocas para a criação de projetos arquitetônicos” (Villarouco et al., 2021, p. 46-47) e

que as condições ambientais do trabalho impactam na produtividade e satisfação de quem atua (Moser, 2018).

Importante ressaltar que nossa cognição possui intrínseca relação com nossos sentidos: visão, audição, tato, olfato, paladar, interocepção (sentido que fornece informações sobre o estado interno das vísceras do corpo) e propriocepção (sentido que fornece informações sobre o posicionamento do corpo no ambiente, advindo principalmente dos músculos) (Villarouco et al., 2021). Somos bombardeados constantemente com diversos estímulos de tal forma que nossa “experiência mental reflete uma parte ínfima de informações” que nos chegam. Para isso, há, em um primeiro momento, uma triagem de informações, realizada pela nossa atenção, dividida entre atenção focalizada e dividida (Eysenck; Keane, 2017 *apud* Villarouco et. Al., 2021).

A atenção focalizada, também chamada de seletiva, refere-se a eventos em que tendemos a prestar atenção em apenas uma fonte de informação como a leitura, na qual podemos ficar tão imersos que a área cerebral responsável por tal função irá ignorar outros estímulos ambientais. Já a atenção dividida, refere-se a ocorrências na qual lidamos com duas ou mais tarefas paralelamente, por exemplo, ministrar aula e observar os alunos. Ainda de acordo com Villarouco et al.. (2021, p. 48-49):

Uns parênteses importantes aqui: por mais que possamos monitorar dois eventos ou duas tarefas ao mesmo tempo, nossa atenção é muito mais limitada do que gostaríamos de acreditar. A atenção dividida permite que não entremos num estado de foco e concentração tão profundos para que possamos transitar entre dois ou mais elementos ambientais. Mas isso significa um custo maior de energia para o cérebro, com uma qualidade menor de eficiência. E essa perda de qualidade é proporcionalmente menor quando aumentamos o número de tarefas e quando envolvemos tarefas que não são automatizadas em nossa vida. [...] Uma tarefa a mais pode ser o elemento que torne sua resposta às suas prioridades lentas e com menos qualidade.

Sabendo disso, é importante ressaltar que a constância de iluminação e posição de objetos, além de pistas perceptuais (conhecimento dos obje-

tos) “são ferramentas que economizam muita energia cerebral e guiam a experiência perceptual” (Villarouco *et al.*, 2021, p.53-54).

Outro conceito importante é o conforto, especificamente, o conforto sensorial, que diz respeito à relação das qualidades ambientais direcionadas aos sentidos, como: luz, ar [conforto térmico], qualidade dos materiais, sonoridade; pois os objetos que fazem parte do ambiente também devem satisfazer demandas relacionadas às características psicossociológicas das pessoas (*ibid.*). Relacionando a definição de conforto com o ambiente de trabalho, “os estudos nesta área têm se centrado essencialmente nas propriedades ambientais mensuráveis e seus efeitos nos desempenhos” (Fischer, 1997 *apud*, 2018, p. 124), ou seja, como o conforto pode impactar no desempenho. Além disto:

[...] de uma perspectiva mais ergonômica, o espaço representa um recurso, um potencial para o funcionamento de uma arrumação determinada. Do mesmo modo, o conforto tem sido amplamente estudado de um ponto de vista ergonômico e físico, isto é, com base em critérios objetivos, sem levar em conta fatores mais subjetivos, estéticos e emocionais, conectados às necessidades individuais ou aos aspectos contextuais e sociais. Estes parecem, contudo, essenciais. (Marchand; Weiss, 2004, *apud* Moser, 2018, p. 124).

Por fim, outro termo essencial para compreender as intervenções aqui propostas é o conceito de ambiente restaurador da psicologia ambiental, caracterizado por Alves (2011, p. 44), como:

aqueles que permitem a renovação da atenção direcionada [dividida] e, conseqüentemente, a redução da fadiga mental. Isso implica, necessariamente, uma condição de diminuição – nesse caso, de atenção – e requisita um meio pelo qual a atenção chegue a um estado de equilíbrio para reduzir a fadiga mental.

Um ambiente restaurador precisa ter quatro características principais (*id.*): (i) Escape: refere-se à distância física – e.g.: fazer uma viagem, sair do ambiente; e à distância cognitiva – e.g.: olhar paisagem, vista da janela; (ii) Escopo: refere-se à percepção de se sentir ligado aos elementos ambientais percebidos e vê-lo constantemente, como um todo, tal qual

o conhecimento de que esse ambiente é rico e possibilita futura exploração; (iii) Fascinação: um estímulo fascinante tem como característica despertar a atenção involuntária ou não requerer esforço em demasia pelo indivíduo ao captar e usar informações. Essa “despreocupação” possibilita o funcionamento humano sem uso da atenção dividida; (iv) Compatibilidade: denota o nível de congruência ou incongruência que há entre o que o ambiente possibilita e o que o indivíduo deseja realizar naquele ambiente (e.g.: lanchar e descansar pode não ser restaurador se houver diversas outras demandas). Os estudos abordam que as áreas naturais, em comparação com ambientes construídos, possuem maior possibilidade de causar um efeito restaurador no indivíduo.

6 MÉTODO

O público-alvo desta proposta de intervenção é composto de educadoras – professoras e auxiliares de sala – da educação infantil.

Para melhor organização e compreensão, as propostas de intervenção serão apresentadas em três tipos, conforme a possibilidade temporal até a aplicação, isto é, não se refere a duração da intervenção em si; a saber: curto, médio e longo prazo.

6.1 PROPOSTAS DE INTERVENÇÃO DE CURTO PRAZO

a. Roda de Conversa

Durante uma reunião pedagógica, seria feito um diálogo entre a equipe pedagógica e as educadoras, para fazer oferecer espaço livre para estas relatarem questões de saúde física e mental, com o objetivo de a equipe pedagógica sondar as demandas das professoras e estabelecerem diálogo com elas sobre as futuras intervenções. É preciso que quem sofre dos problemas tenha a voz sobre eles, ou seja, que o sofrimento possa ser autorreferido, e não somente heterorreferido.

b. Aplicação diária do Instrumento de Avaliação de trabalho Diário (IATD):

O objetivo deste questionário (apêndice A) é coletar dados sobre a saúde e autocuidado – como hidratação, descanso, dor, lanche, necessidades fisiológicas – das profissionais no período de trabalho para que a psicóloga possa intervir a partir de dados concretos. Seria realizada durante cinco dias de trabalho das profissionais de educação. Ressalte-se que o IATD é uma versão experimental e foi construída pelo autor deste capítulo para fins acadêmicos e de pesquisa.

c. Aplicação da Maslach Burnout Inventory (MBI):

Este instrumento tem o objetivo de diagnosticar e/ou avaliar a predisposição dos indivíduos à síndrome de burnout. A versão atual possui 22 perguntas fechadas, relacionadas à frequência com que as pessoas vivenciam determinadas situações em seu ambiente de trabalho. Apresenta escala do tipo Likert, com escala ordinal variando de 1 a 7, sendo 1-nunca, 2-algumas vezes por ano, 3-uma vez por mês, 4-algumas vezes por mês, 5-uma vez por semana, 6-algumas vezes por semanas e 7-todos os dias (Lima *et al.*, 2009)

d. Levantamento de dados a partir do IATD, MBI e dos dados da própria instituição:

Partindo da roda de conversa, da aplicação do IATD e do MBI, este levantamento de dados tem como objetivo de mapear os problemas constatados por estes instrumentos, conhecer os principais problemas, dificuldades etc. O levantamento seguinte consiste em a instituição mapear as faltas das educadoras, os motivos, o ônus destas faltas à instituição, para que, conhecendo as causas, possa-se intervir de modo a investir mais na prevenção e menos na remediação.

6.2.2 PROPOSTAS DE INTERVENÇÃO DE MÉDIO PRAZO

a. Contratação de Estagiárias(os) de Psicologia e Pedagogia

A maior parte das intervenções propostas necessitam que as educadoras tenham tempo livre durante o período de trabalho. Tendo em vista que na etapa de ensino da educação infantil são crianças de 2 a 7 anos de idade, elas não poderiam ficar sem a supervisão de um adulto responsável. Através da contratação de dois auxiliares, alguns momentos poderiam ser delegados aos estagiários, como: acompanhamento das crianças nas atividades extraclasse, no intervalo e no lanche. Desta forma, as educadoras poderiam usar esses momentos para atividades de autocuidado, como descansar, hidratar-se, fazer necessidades fisiológicas, lanchar, alongar.

b. Aula com Professor de Educação Física

Esta intervenção parte da premissa de que há necessidade na melhoria da postura e ergonomia das professoras. Estes dados podem ser obtidos com o IATD. Caso sejam constatados problemas posturais e musculares, uma intervenção cabível seria ofertar aula para ensinar as educadoras técnicas de alongamento, feitas com o próprio profissional de educação física da instituição.

c. Palestra com Fisioterapeuta

Partindo da mesma premissa da intervenção anterior, ou seja, a possibilidade existência de dores e problemas ergonômicos advindos do mobiliário, outra intervenção possível é o convite a um profissional de fisioterapia para trazer intervenções para estes problemas cabíveis à sua especialidade, além de esclarecer possíveis dúvidas das profissionais, educá-las para o trabalho com questões referentes à dor e má postura decorrentes do processo de trabalho.

d. Palestra com Fonoaudiologia

Apesar de a questão de possíveis problemas vocais não estar abarcado no IATD, esta proposta de intervenção parte de minha observação na instituição, de que houve uma professora que fez cirurgia nas cordas vocais, além de relatos de outras profissionais sobre problemas neste âmbito. Isto pode ser um indicativo do que consta na literatura, de que profissionais da educação estão mais propensos a problemas vocais (Silva, 2010). Como instrução de intervenção, necessário que haja uma constatação mais concreta por parte da coordenação pedagógica sobre este problema, para que seja possível intervir e orientar de forma adequada. De toda forma, caso constatado o problema, esta intervenção deve ser orientada por um profissional especializado.

e. Palestra com Psicóloga

Caberia à própria psicóloga da instituição realizar uma palestra sobre o tema “saúde mental e autocuidado” com o intuito de promover estratégias de auto-observação em questões relativas à sua condição psíquica e, caso surjam demandas que necessitem de intervenção, fazer o encaminhamento para profissionais de saúde mental – psicólogas e psiquiatras.

6.2.3 PROPOSTAS DE INTERVENÇÃO A LONGO PRAZO

a. Consultoria com profissional de arquitetura

Partindo do referencial teórico relacionado aos impactos do ambiente nos processos cognitivos, as mudanças no ambiente físico da instituição devem ser planejadas, assim como as demais intervenções, por um profissional especializado. A psicologia, neste âmbito, teria a função de repassar as demandas a serem trabalhadas (iluminação, ventilação, conforto tér-

mico, ergonomia) e verificar se as propostas de adequação no ambiente estão de acordo.

7 AVALIAÇÃO DAS INTERVENÇÕES

Durante os momentos que já ocorrem na instituição, poderia ser abarcado também para que para as educadoras trazerem devolutivas, seja sobre sua saúde, como se sentem ou comentarem se houve algum impacto, além de trazerem comentários, propostas, críticas, e/ou questões afins sobre as intervenções realizadas ou outras mudanças que estas idealizem para ter um impacto na sua saúde. Isto deverá ocorrer após, pelo menos, a aplicação das intervenções de curto e médio prazo. Estes momentos que já ocorrem foram descritos na caracterização do ambiente da instituição, que relata que já há reuniões semanais entre as professoras e a equipe pedagógica, no qual se destina para avaliações de cunho pedagógico, relacional/emocional, de cuidado, com fins para os estudantes e as profissionais. A cada dois meses, há o momento de avaliações individuais e com a dupla de docentes; como também, das auxiliares, nessa mesma perspectiva - individual e em grupo, a fim de refletir as relações, com as parcerias, com os estudantes.

8 CONSIDERAÇÕES

Este capítulo se propôs a agregar propostas de mudanças no processo educacional, ao trazer, para além das crianças, um foco maior para a importância das educadoras no processo de ensino e aprendizagem. A educação não deve ser um ambiente adoecedor para nenhum dos seus constituintes. Como já compreendido que esse processo é realizado em grupo, é preciso também que a responsabilidade da saúde das trabalhadoras seja compreendida como algo de responsabilidade coletiva, nesse caso, da própria instituição, principalmente por problemas decorrentes da atividade laboral. É preciso “cuidar de quem cuida”, nesse caso, “cuidar

de quem educa”. Da mesma forma que há um olhar atencioso de forma individual para os estudantes, durante o processo de aprendizagem, é preciso haver o mesmo olhar individual com quem possibilita o ato de educar.

Por fim, apesar de o foco do capítulo ser destinado especificamente às educadoras – professoras e educadoras –, é preciso incluir nessa discussão as demais pessoas que fazem parte desse processo como pedagoga, psicóloga, faxineira, porteiro. Se a instituição possui uma estrutura participativa e organizada em conselhos diretor, de sócios colaboradores, de pais e de alunos(as); será que não é a hora de direcionarmos nosso olhar mais atento a todos? caTodas essas atrizes e atores do processo são quem fazem acontecer a qualidade do processo de ensino, que isso é exatamente uma perspectiva pedagógica que a instituição segue de ofertar qualidade em detrimento da quantidade.

REFERÊNCIAS

ALVES, S. M. Ambientes restauradores. In: CAVALCANTE, S.; ELALI, G. A. *Temas básicos de psicologia ambiental*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011.

CAMPOS-DE-CARVALHO, M. I.; CAVALCANTE, S.; NÓBREGA, L. M. A. Ambiente. In: CAVALCANTE, S.; ELALI, G. A. *Temas básicos de psicologia ambiental*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011.

CID-11. *Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde*. [s.n], 2021. Disponível em: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en>. Acesso em: 05 nov. 2021.

DSM-5. *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5*. Porto Alegre: Artmed, 2014. Disponível em: <http://www.niip.com.br/wp-content/uploads/2018/06/Manual-Diagnostico-e-Estatistico-de-Transtornos-Mentais-DSM-5-1-pdf.pdf>. Acesso em: 05 nov. 2021.

FUJITA JR. *Infecção urinária*. Disponível em: <https://drauziovarella.uol.com.br/doencas-e-sintomas/infeccao-urinaria/>. Acesso em: 15/maio/2022.

GAMEIRO, N. *Covid-19: Orientações sobre o uso de máscaras de proteção*.

Disponível em: <https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/covid-19-orientacoes-sobre-o-uso-de-mascaras-de-protecao/>. Acesso em 15/maio/2022.

MENDANHA, 2021. *Onde Burnout estaria se fosse descrita no DSM-5? (Parte 1)*. 26 mar. 2021. Disponível em: <https://www.saudeocupacional.org/2021/03/onde-burnout-estaria-se-fosse-descrita-no-dsm-5-parte-1.html>. Acesso em 05 nov. 2021.

MENTE CURIOSA. *Como lidar com o cansaço mental?* ano 5, n. 107, ago. 2021.

MOSER, G. *Introdução à psicologia ambiental: pessoa e ambiente*. Campinas, Sp: Editora Alínea, 2018.

NEVES, U. *Síndrome de Burnout entra na lista de doenças da OMS*. 9 ago. 2019. Disponível em: <https://pebmed.com.br/sindrome-de-burnout-entra-na-lista-de-doencas-da-oms/>. Acesso em 05 nov. 2021.

PONTES, C. *Síndrome de Burnout: uma doença relacionada ao trabalho*. Disponível em: <https://advocaciapontes.jusbrasil.com.br/artigos/118679303/sindrome-de-burnout-uma-doenca-relacionada-ao-trabalho>. Acesso em 05 nov. 2021.

SILVA, M. G. Seis entre 10 professores têm problemas com a voz. Disponível em: <https://www.gazetadopovo.com.br/educacao/seis-entre-10-professores-tem-problemas-com-a-voz-0shphsvqmchc0da6e49c03sjy/>. Acesso em: 15/maio/2022

SINEDUC. *Assédio moral & Síndrome de Burnout*. Ribeirão Pires, out. de 2008.

VILLAROUCO, V.; FERRER, N.; PAIVA, M. M.; FONSECA, J.; GUEDES, A. P. *Neuroarquitetura - a neurociência do ambiente construído*. Rio de Janeiro, Rio Books, 2021.