

ANÁLISE DAS CONSEQUÊNCIAS DA DEPRESSÃO NO DESENVOLVIMENTO DA PRÁTICA PEDAGÓGICA DE PROFESSORES NAS ESCOLAS DE SANTOS

ANALYSIS OF THE CONSEQUENCES OF DEPRESSION IN THE DEVELOPMENT OF THE PEDAGOGICAL PRACTICE OF TEACHERS IN THE SCHOOLS OF SANTOS

Luiz Henrique de Paula ¹, Luis Ortíz Jiménez²

Resumo: Essa pesquisa se desenvolve dentro de uma proposta de saúde e educação tendo como seu objetivo geral, “Analisar os efeitos da depressão no desenvolvimento da prática pedagógica de professores nas escolas de Santos, São Paulo”. Considerando que o adoecimento mental dos professores é um caso antigo que hoje tem se tornado uma epidemia emocional, e agora com agravantes como no caso do COVID19, as mudanças tecnológicas, a reinvenção para o ensino híbrido, todos esses pontos tem minado a saúde do professor e todo o seu potencial pedagógico em seu ambiente de trabalho. O problema da pesquisa foi: Quais as consequências da depressão no desenvolvimento da prática pedagógica de professores nas escolas da Cidade de Santos? Essa investigação pretende chegar aos suas conclusões com os objetivos específicos: Descrever os ambientes escolares que podem desencadear a depressão dos professores; Conhecer os sintomas da depressão de professores ativos e afastados; Identificar as consequências que a depressão exerce sobre os professores e as causas em suas práticas pedagógicas; Propor ações de prevenção da depressão de professores ativos. O enfoque misto será a melhor abordagem por se desenvolver na união dos enfoques qualitativo e quantitativo. Utilizaremos o método descritivo de tipologia não experimental onde será possível pesquisar, observar, registrar e analisar dados com mais precisão, proporcionando maior compreensão sobre o tema estudado. Os instrumentos usados foram, a entrevista, e o questionário para os níveis de depressão do Inventário de Beck. A pesquisa foi realizada com professores das escolas municipais de Santos, São Paulo, Brasil. Todos os professores que participaram da pesquisa estavam em algum nível de depressão. Também temos nessa pesquisa uma

¹Doctorado en Ciencias de la Educación - Facultad de Ciencias de la Educación y la Comunicación - Universidad Autónoma de Asunción E-mail: drluizhp@hotmail.com

²Orientador: Prof. Dr. Luis Ortiz Jiménez –Universidad Autónoma de Asunción, Paraguay Email: lortiz@uaa.edu.py

análise, interpretação e comparação com as conclusões de uma tese anterior feito pelo mesmo autor. Os resultados ao final da pesquisa nos levaram a presenciar que os professores estão em um processo de adoecimento crescente, e cada vez mais a depressão agrava o desempenho pedagógico do professor.

Palavras chave: Professor, depressão, prática pedagógica, saúde psíquica, tecnologia.

***Abstract:** This research is developed within a health and education proposal having as its general objective, "To analyze the effects of depression on the development of the pedagogical practice of teachers in schools in Santos, São Paulo". Considering that the mental illness of teachers is an old case that today has become an emotional epidemic, and now with aggravations as in the case of COVID19, technological changes, the reinvention of hybrid teaching, all these points have undermined teacher health and all its pedagogical potential in your work environment. The problem the research was: What are the consequences of depression on the development of the pedagogical practice of teachers in schools in the City of Santos? This investigation intends to reach its conclusions with the specific objectives: Describe the school environments that can trigger depression in teachers; Know the symptoms of depression in active and on leave teachers; Identify the consequences that depression has on teachers and the causes in their teaching practices; Propose depression prevention actions for active teachers. The mixed approach will be the best approach as it is developed in the union of qualitative and quantitative approaches. We will use the descriptive method of non-experimental typology where it will be possible to research, observe, record and analyze data more accurately, providing greater understanding of the studied topic. The instruments used were the interview and the questionnaire for depression levels from the Beck Inventory. The research was carried out with teachers from municipal schools in Santos, São Paulo, Brazil. All teachers who participated in the survey were at some level of depression. We also have in this research an analysis, interpretation and comparison with the conclusions of a previous thesis made by the same author. The results at the end of the research led us to witness that teachers are in a process of growing illness, and depression increasingly worsens the teacher's pedagogical performance.*

Keywords: Teacher, depression, pedagogical practice, mental health, technology.

INTRODUÇÃO

O grande desafio de nosso tempo é a palavra mudança, e talvez a segunda seguida dessa mudança é a palavra velocidade. Em nome do avanço do ser humano e suas conquistas tecnológicas parece que estamos perdendo a capacidade de “ser humanos”, tamanho as exigências de pensamento que temos vivenciado.

A pandemia de Covid-19 é um exemplo dessa realidade apresentada, chegou em março de 2020 e tem avançado, um mal que acelerou os propósitos e com certeza podemos dizer que nunca voltaremos a viver o que vivíamos antes da pandemia. Diferentes setores aproveitaram para fazer um balanço de suas respectivas áreas. Na saúde mental, por exemplo, é possível perceber um aumento considerável nos casos de ansiedade, depressão e burnout – especialmente entre profissionais da linha de frente.

Em outubro de 2020, ainda antes da segunda onda, a Organização Mundial da Saúde (OMS) publicou um estudo indicando que a pandemia havia abalado os serviços de saúde mental em 93% dos países – ao mesmo tempo em que a demanda por atendimentos crescia significativamente. Um exemplo disso está na comercialização de antidepressivos e estabilizadores de humor, que só no Brasil aumentou 14% em 2020 – saindo de 56,3 milhões de unidades vendidas em 2019 para 64,1 milhões.

Segundo pesquisa realizada entre junho e julho de 2020 por cientistas da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), 80% da população brasileira apresentou sintomas de ansiedade depois do início da pandemia. Os dados evidenciam a enorme lacuna aberta entre a demanda e o acesso a serviços de saúde mental.

De maneira geral o olhar dos profissionais e posicionamentos teóricos em relação a depressão tem mudado, exatamente por causa das transformações que a vida atual exige para sermos competitivos profissionalmente. Nesse caso da pesquisa podemos afirmar que toda mudança exige tempo e estrutura, o que não acontece quando pensamos no professor, ele acaba não tendo tempo, estrutura e formação para atuar, produzindo assim dificuldades profissionais e mais adoecimento.

Na América Latina, 22,4% da população acaba sofrendo com distúrbios mentais como depressão ou ansiedade generalizada. No Brasil, cerca de 10% dos anos vividos com incapacidade estão causalmente associados a essas doenças, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS).

O processo online, tanto de formação quanto de ensino aprendizagem feito à distância tem demonstrado resultados crescentes de transtornos na área da saúde emocional, principalmente tratando da saúde de professores, e percebemos a necessidade de grandes adaptações devido a demanda atual pensando nessa nova maneira de atuação, principalmente um cuidado que o professor deve buscar, adquirindo recursos sociais e principalmente emocionais para seguir em sua vocação. A ausência dos recursos educacionais e emocionais, ou a realização do ensino fragmentado exercido à distância, sem primeiro planejar e organizar, pode se formar um fator de risco ao processo de desenvolvimento do ensino aprendizagem que merece ter os seus efeitos adequadamente investigados. (HOLMES 2020).

As práticas do dia a dia dos professores, segundo pesquisas anteriores, tem sido marcadas por pesadas cargas horarias de trabalho, o que pode aumentar o estresse promovendo cada vez mais pressão interna e externa. A constante exposição à um elevado nível de estresse pode transformar de maneira conflitiva, o trabalho em sofrimento que pode leva-lo ao adoecimento precoce.

Além disso temos que apresentar a chegada e o estabelecimento da tecnologia dentro das escolas em tempo recorde devido a COVID19, se fez necessário o uso de recursos facilitadores para que o processo de educação aconteça de maneira satisfatório cumprindo sua totalidade dentro do contexto de uma sociedade cada vez mais exigente.

O trabalho do professor se torna em muitas situações, o ambiente onde esse sujeito vai desenvolver a depressão, de acordo com Duarte (2010), a depressão está associada a não conseguir a produzir no ambiente de trabalho. Estudos têm confirmado a depressão como um dos principais fatores que envolvem a saúde e desempenho do trabalhador (Fonseca e Carlotto, 2011 e Pereira e Morgado, 2012).

Dentro desse contexto propõe-se o problema da pesquisa: Quais as consequências da depressão no desenvolvimento da prática pedagógica de professores nas escolas da Cidade de Santos?

Essa investigação pretende chegar aos suas conclusões com o Objetivo geral Analisar os efeitos da depressão no desenvolvimento da prática pedagógica de professores nas escolas de Santos, São Paulo”. E os objetivos específicos: Descrever os ambientes escolares que podem desencadear a depressão dos professores; Conhecer os sintomas da depressão de professores ativos e afastados; Identificar as consequências que a depressão exerce sobre os professores e as causas em suas práticas pedagógicas; Propor ações de prevenção da depressão de professores ativos.

Essa investigação pretende trazer uma discussão voltada a depressão dos docentes pois a mesma vem sendo tema em muitos países sendo um dos grandes desafios de especialistas e pesquisadores. Além disso essa pesquisa se faz comparar com a tese de mestrado deste autor comparando com essa tese doutoral. Entendemos não esgotar o tema nessa pesquisa e sim prover contribuições para que novos estudos.

Essa pesquisa se justifica devido as demandas do trabalho do professor pois as pesquisas demonstram que em toda América do Sul não tem sido dada a devida atenção para a saúde do professor que desenvolve suas funções sem preparo emocional, sem formação para as novas demandas, sem estrutura tecnológica, e em ambientes de risco.

Ao termino dessa investigação fizemos uma comparação com a pesquisa da tese de mestrado do mesmo autor: “A influência da depressão dos docentes em sua prática pedagógica no ensino fundamental de duas escolas municipais da cidade de Santos”. realizada em 2018, percebendo se houve ou não, nesses anos mudanças em relação ao saúde do professor e as políticas publicas.

Metodologia

Com o objetivo de alcançar com efetividade os resultados propostos nos objetivos percebemos que o enfoque misto será a melhor abordagem por se

desenvolver na união dos enfoques qualitativo e quantitativo. Utilizaremos o método descritivo de tipologia não experimental onde será possível pesquisar, observar, registrar e analisar dados com mais precisão, proporcionando maior compreensão sobre o tema estudado.

A pesquisa poderá se desenvolver em uma população amostral ou em um subconjunto definido previamente. Esse estudo também pode ser conhecido como estudo de prevalência.

Os dados coletados e analisados no estudo transversal são de pessoas parecidas em todas as variáveis. Exceto na variável que está sendo estudada. Essa variável é a que permanece constante durante todo o estudo transversal.

Ao escolher o enfoque misto necessitamos apresentar os enfoques qualitativo e quantitativo. Segundo Biklen e Bogdan (1994) a pesquisa qualitativa nos proporciona saber que os dados obtidos são importantes do ponto de vista descritivo, além de constatar que a investigação na pesquisa qualitativa se apresenta com a visão teórica que amplia sua visão a partir de uma história, uma cultura dentro da realidade social.

Para Minayo (2012) o ponto principal levantado é que a pesquisa qualitativa se adequa a aprofundar a complexidade de fatos e processos particulares. O destaque aqui também, demonstra que o enfoque qualitativo contribui de forma determinante em aclarar os processos sociais.

Podemos afirmar que no desenvolvimento da pesquisa se torna mais fácil dividi-la em três partes de técnicas existentes: as quantitativas, as qualitativas e os mistos. No método misto a pesquisa se desenvolve em resposta a necessidade de se aclarar o objetivo e de juntar dados quantitativos e qualitativos em um único estudo. Incluindo os métodos múltiplos de dados e formas múltiplas de análise, o aprofundamento desses projetos exige atitudes mais explícitas.

De acordo com Gil (2008, p. 55), “as pesquisas descritivas possuem como objetivo a descrição das características de uma população, fenômeno ou de uma

experiência. Por exemplo, demonstrar os reais aspectos de um determinado grupo em relação a sexo, faixa etária, renda familiar, nível de escolaridade etc”.

Nesse realidade abordada por Gil, esse tipo de pesquisa nos permite aprofundar mais as reais situações que se encontram os docentes das escolas municipais da cidade de Santos, para isso utilizaremos técnicas instrumentais que levarão a alcançar os dados, ou seja, para explicar melhor a utilização dessas técnicas, Gil (2008, p. 56), diz que o investigador pode desfrutar das “técnicas padronizadas de coleta de dados tais como: entrevistas, questionários e a observação sistemática”.

População

Para caracterizar os indivíduos da pesquisa, este estudo utilizou-se da definição dada por Furasté (2007, p. 55) para o termo população que é compreendida através do público alvo da pesquisa, ou seja, um numero determinado de pessoas que apresentam características próprias, que estão dispostos a disponibilizar seus dados.

As informações depois da coleta serão analisados conforme a definição estabelecida pela pesquisa e para o termo amostra que é definido pelo mesmo autor como sendo “o estudo de um pequeno grupo de elementos retirado de uma dada população que se pretende estudar”, normalmente com objetivo de representar um universo e população a ser estudado, nesse caso os professores da cidade de Santos.

A população será representada por professores de instituições escolares municipais, ativos e afastados que serão escolhidos para participar da pesquisa voluntariamente, os critérios da pesquisa serão: experiencia docente de mais de 5 anos, e mais de 1 ano de depressão, e profissionais que tiveram ou estão atualmente com depressão.

POPULAÇÃO	Nm. DE DOCENTESNA CIDADE	PARTICIPANTES DA PESQUISA
Professores Efetivos	1511 Professores	20
Professores Adjuntos	1717 Professores.	8
Supervisor de Ensino	39	2
Diretor de Escola	85	3
Assistente de diretor	80	4
Coordenador pedagógico	85	3
Total participantes da pesquisa		40

TABELA Nº 1 - Relação da população total e participantes

Fonte: Elaboração própria

1- O PROFESSOR E A RELAÇÃO TRABALHO, SAÚDE MENTAL

Pensar na saúde mental do ser humano, é também pensar sobre debilidades, perda de potencial, principalmente quando estamos falando de depressão, a depressão está associada à cansaço, que leva qualquer profissional a baixa produtividade, o profissional não consegue desenvolver qualquer atividade, além de limitar o pensamento a uma condição derreistas, fazendo com que esse profissional não produza dentro da sociedade a qual ele está inserido. Alguns estudos específicos da área da saúde mental têm trazido provas de que a depressão é um dos principais fatores que envolvem a saúde do trabalhador e o absenteísmo (Fonseca e Carlotto, 2011 e Pereira e Morgado, 2012).

No decorrer dessa obra olhamos para as carências do professor em seu ambiente de trabalho, isso por causa do fato de a saúde mental do professor estar crescendo devido a pandemia, e ser o foco de vários estudos, atrai nossa atenção sobre o quanto a depressão tem contribuído para o afastamento do professor de suas atividades profissionais, e as consequências em seu trabalho de escolarizar. “A saúde e as patologias estão tão presentes no dia a dia de qualquer ser humano, e que muitas vezes não nos damos conta de como se processa essa relação dinâmica entre uma e outra” (Mariano e Muniz, 2006, p. 5).

Hoje podemos perceber que existem várias pesquisas onde se apresenta a saúde emocional do professor sendo prejudicada dentro do seu ambiente de trabalho, ou mesmo nas relações com outros profissionais, com os alunos e com os familiares. A violência escolar como gatilho para a depressão também é outro tema que precisamos ter um olhar mais assertivo pois também está em crescimento.

Perante tantos desafios da vida moderna, sejam eles internos ou externos, nos levam a pensar na necessidade de aprofundamento no tema do adoecimento do trabalhador.

As grande mudanças tem trazido consigo grandes avanços, mais devemos pensar que paralelamente esse profissional dedicado precisa olhar para a história e aprender com ela, para não errar de novo em suas escolhas e principalmente na sua saúde emocional.

O Trabalho do professor em nossos dias é considerada uma das mais estressantes, uma profissão de risco, segundo a Organização Internacional do Trabalho (OIT). Como a grande maioria da categoria é do sexo feminino, devem ser ressaltados, em particular, os efeitos desse estresse na saúde das mulheres, como amenorreia, tensão pré-menstrual, cefaleia, melancolia climatérica, frigidez, anorexia, bulimia, neurose de ansiedade e psicose depressiva. O autor refere-se também a presença da síndrome de *burnout* entre os professores.

Além desses processos, temos agora mais um agravante desenvolvido pelo COVID 19, que já tem provocado transtornos emocionais, pois professores e alunos têm apresentado limitações em ensinar e aprender, essa situação tem causado vários bloqueios desenvolvidos pela ansiedade e estresse, chegando em alguns casos a depressão. (Maia 2020).

O docente precisa compreender que sua vida emocional é parte essencial de seu desempenho pedagógico, principalmente diante dessa realidade de inovações em um mundo globalizado. (De Paula 2019)

Hoje o papel do professor extrapolou a mediação do processo de conhecimento do aluno, o que era comumente esperado. Aumentou a missão do profissional para além da sala de aula, a fim de garantir uma articulação entre a escola e a comunidade. O professor, além de ensinar, deve participar da gestão e do planejamento escolar, o que significa uma dedicação mais ampla, a qual se estende às famílias e à comunidade. Todo esse trabalho deve ser realizado em um ambiente profissional, muitas vezes sem o apoio devido, mas pelo contrário em condições precárias e com baixa possibilidade de desenvolvimento, sem contar que não podemos ter a parceria dos familiares. Como ter sucesso no processo educacional, se tudo acaba dependendo do professor, mas não o currículo?

Para que haja sucesso dentro do ambiente escolar precisamos de ingredientes essenciais que proporcione ao professor condições de desenvolvimento do processo ensino aprendizagem, como:

- Formação continuada do professor. - Melhores salários. - Mais apoio para que o professor consiga desenvolver sua atividade. - Mais valorização da atividade e do professor. - Priorizar a vida emocional do professor. - Ambientes de socialização. Leis que apoiam a profissão do professor. - Segurança no contexto de trabalho. - Autonomia.
- Investimento na estrutura para que haja aulas presenciais e remotas.- Entre outras.

A gestão escolar precisa ser reestruturada, pois não fornece os meios pedagógicos necessários à realização das tarefas, cada vez mais exigentes em nosso mundo globalizado e de grandes transformações cada vez mais rápidas. É exigido dos professores resultados, e eles são obrigados a buscar os meios de requalificação que se traduzem em aumento de cargas de trabalho não reconhecido e não remunerado.

Segundo aos dados fornecidos pela prefeitura municipal de Santos podemos observar que as doenças que mais afastaram os servidores no ano de 2019 foram as doenças do sistema osteomuscular e do tecido conjuntivo, onde 56,85% são por problemas relacionados a coluna vertebral. Em segundo aparecem os transtornos mentais e comportamentais, onde os transtornos de humor representam 49,27%

(depressão, transtorno bipolar, transtorno depressivo recorrente) e os transtornos ansiosos com 47,60%, seguidas das doenças do aparelho respiratório, onde 73,28% são referentes a infecções agudas das vias aéreas superiores (nasofaringite aguda, sinusite aguda, faringite aguda, amigdalite aguda, laringite e traqueíte agudas, gripe e pneumonia).

No ano de 2020 os transtornos mentais e comportamentais aparecem em primeiro lugar (depressão, transtorno bipolar, transtorno depressivo recorrente, transtornos ansiosos) seguidas das doenças osteomuscular e do tecido conjuntivo (dorsalgias) e das doenças do aparelho respiratório, chamando a atenção o Capítulo XXII relacionado a COVID19.

No primeiro semestre de 2021 a doença que mais afastou os servidores foi a COVID19 com 371 casos, seguidas dos transtornos mentais e comportamentais e das doenças infecciosas e parasitárias onde o maior número de casos ocorreu devido a Dengue e Chikungunya.

Diante do exposto podemos perceber que os índices demonstram que a saúde mental pode ser um problema para qualquer município, e que se faz necessário ações para ajudar o professor a desenvolver sua vida emocional, mesmo diante desses novos desafios. No entanto, o trabalho do professor não deve ser levado como fator essencial para o adoecimento, mas sim um fator que pode contribuir para aparecimento ou mesmo agravamento de doenças.

2- A DEPRESSÃO E A EDUCAÇÃO TECNOLÓGICA.

As mudanças mundiais tem trazido a ampliação do papel do professor e a diminuição da responsabilidade familiar sobre a educação dos jovens e crianças; a revolução tecnológica, o intenso desenvolvimento dos meios de comunicação como instrumentos também pedagógicos (cujos impactos no alunado se dão de forma muito significativa); o desenvolvimento de valores como, a competitividade, o individualismo a rentabilidade e a obsessão pela eficiência são elementos que contribuem para a configuração desta perplexidade docente, frente a uma sociedade que se transforma quase que diariamente.

As redes facilitam e seguem facilitando muito a vida da sociedade, oportunizando uma alternativa nova de acesso a informações e conhecimentos, para que se cumpra o direito a educação. O crescimento da inclusão digital e das redes, o ensino-aprendizagem já se tornaram a ferramenta do momento, havendo assim, uma tentativa de rompimento de barreiras relacionada ao tempo e espaço por um momento, mais trazendo a necessidade do professor se reinventar. Pensando um pouco mais nessa questão, podemos experienciar que a tecnologia da informação e comunicação, é o campo de pesquisa e atuação que utiliza ferramentas tecnológicas com o objetivo de facilitar a comunicação e o alcance de um alvo comum”. Para BARROS, (2015) a entrada e permanência das tecnologias vão se expandindo mais e mais, possibilitando a criação de mais cursos, muitos deles na modalidade ensino a distância (EaD), garantindo formação para um maior número de pessoas que não tem como conciliar estudos, família e trabalho. Além de poder capacitar os professores que estão vivenciando no seu dia a dia uma grande dificuldade de ministrar as aulas por falta de formação, recursos tecnológicos entre outros, provocando assim o descontrole emocional, gerando ansiedade e possivelmente depressão. Por isso necessitamos de alternativas efetivas para esse professor dentro de uma formação continuada.

Além dos problemas normais enfrentados temos mais um agravante, a pandemia, que tem trazido uma grande desigualdade educacional e um grande prejuízo para a aprendizagem. Não cabe nesse momento fechar os olhos diante de tamanho acontecimento, mas sermos realistas diante do atraso e da possível evasão escolar. Outro ponto a ser levantado é a educação básica e o ensino à distância pois a prática tem demonstrado pouca eficiência no processo de ensino-aprendizagem. Pensando nessa realidade podemos perceber que a proposta de retorno imediato não soluciona o caos educacional, pelo contrário, o aumenta. No governo de São Paulo, a medida para a retomada na escola, deve receber no máximo 35% dos alunos em cada turno, na forma de revezamento. Então podemos entender que uma turma de 30 alunos (em geral, nas escolas públicas as turmas chegam a 40 ou mais alunos), na primeira semana irão os alunos de 1 a 10; na segunda semana irão os alunos de 11 a 20; na terceira semana irão os alunos de 21 a 30. Isso significa que os alunos que estiveram presentes nas aulas da semana 1 só retornarão a aula presencial depois de 3 semanas, e durante o período que não terão aula presencial continuarão tendo

aula online. Essa medida fará com que os professores que já estavam com dificuldade de dar aula presencial, agora também terão que acompanhar os alunos on-line ao mesmo tempo, sem formação ou qualquer possibilidade de ganhar a mais trabalhando em duas modalidades.

3- INVESTIR NA PREVENÇÃO OU NA PATOLOGIA.

Podemos verificar que a maneira de vida e de relacionamento mudou entre as pessoas, principalmente quando pensamos nas últimas transformações de nossa sociedade.

O ambiente em casa e no trabalho tem sido visto como preocupante principalmente por causa do COVID19, pois essa pandemia tem produzido transtornos em professores, pais e alunos, além de prejudicar diretamente o processo de ensino aprendizagem, o que tem feito indivíduos desenvolverem a depressão motivado pelo estresse, medo, e sentimento de incapacidade de aprender. (MAIA 2020).

A depressão acaba trazendo limitações ao desempenho profissional em todos os níveis, iniciando com sintomas leves devido ao sentimento de incapacidade, partindo logo em seguida para um estado de depressão severa da parte do professor e do aluno por não conseguir ensinar e aprender. (De Paula, 2019).

Aqui surge a grande pergunta, se investe mais na prevenção ou na patologia?

Várias pesquisas tem comprovado que a depressão é acionada pelo desânimo contínuo, onde o indivíduo é submetido a um stress diário e a decepções em seu lugar de trabalho que acaba levando essa pessoa a perder suas habilidades chegando até a ser encostado por falta de capacidade de desenvolver suas atividades por causa da depressão., diante disso podemos perceber o quanto se gasta na patologia, por outro lado presenciamos a cada dia um gasto cada vez menor na prevenção. (De Paula, 2019).

Olhar e pensar no professor tendo uma proposta interpretativa leva-nos a ter

a visão de ensinar conceitos e determinar a necessidade urgente de se ter investimentos em sua própria vida, estabelecendo limites, sabendo dizer a palavra não, mudar hábitos, pois isso será um potencializador de uma vida saudável e equilibrada nas áreas: pessoal, familiar e profissional.

Quando não nos preocupamos em mudar de vida, estamos investindo nas possíveis causas da patologia, aqui conhecida e pesquisada como a depressão. O Psiquiatra Edson Hirata do Hospital Santa Cruz, nos afirma que pessoas com alteração nas taxas de determinados Neurotransmissores, (Neurotransmissores são como mensageiros químicos que transportam, estimulam e equilibram os sinais entre os neurônios, ou células nervosas e outras células do corpo) podem desenvolver depressão ou outras patologias.

O que pode-se perceber na vida e carreira do docente é que apesar da experiência vivenciada com a saúde fragilizada o professor parece não fazer-lo mudar seus comportamentos agravando mais sua condição mental, principalmente porque a depressão acaba sendo mais decorrente em mulheres, e por termos um quadro maior de professoras acabamos chegando a reflexão de que os sintomas da depressão e o diagnóstica apresentado a saída da sala de aula é real, acaba sendo uma perda para esse docente, agora seus saberes são resignificados, o que demonstra a grandeza do problema da depressão docente.

Nosso desafio é deixar de tratar tanta patologia, e focar na prevenção, pois quem não investe em prevenção vai gastar muito em tratamento, e no caso da depressão estamos falando não só da saúde, mais também de prejuízos irreparáveis na formação e desenvolvimento dos alunos, e posteriormente de toda uma sociedade.

Resultado

O Objetivo do uso do Inventário de Depressão de Beck (BDI) (Cunha, 2001) (em anexo), foi para medir a intensidade da depressão dos professores, sendo este instrumento reconhecido e aprovado para a área clínica, como também na pesquisa.

O BDI se utiliza de uma escala de auto-relato composta por 21 itens utilizados

nessa pesquisa de maneira clara informando sempre a importância e o sigilo. Cada auto relato tem quatro alternativas, nos trazendo um entendimento crescente da gravidade da depressão, com escores de 0 a 3.

Com base em observações e relatos de pacientes com transtornos depressivos, usamos o BDI, com o intuito de medir o nível de depressão do professor.

Os itens apresentados aqui pelo BDI são : tristeza, pessimismo, sentimento de fracasso, insatisfação, punição, autoaversão, ideias suicidas, choro, irritabilidade, retraimento social, indecisão, mudança na autoimagem, dificuldade de trabalhar, insônia, fadigabilidade, perda de apetite e peso, preocupações somáticas e perda de libido.

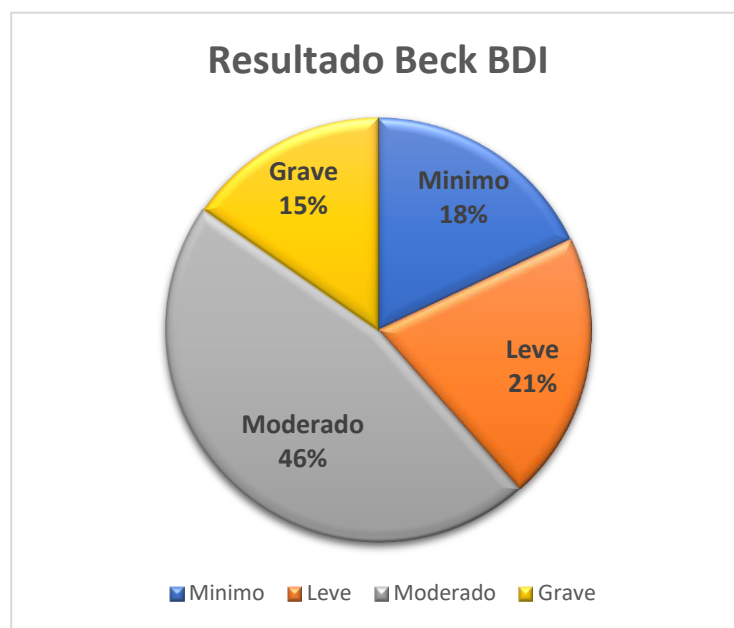


Gráfico 3 – Inventário de Beck (BDI) - Depressão

Fonte: Próprio Autor.

Segundo a análise dos dados podemos perceber que dos 40 professores pesquisados, 18% apresentou o nível Mínimo de depressão com sintomas recorrentes, 21% apresentou o nível Leve de depressão, 46% apresentou o nível Moderado sendo essa a maior incidência entre os professores, e 15% apresentou o nível Grave.

Os dados acima citados tem como confirmação a Organização Internacional

do Trabalho (OIT) que nos apresenta, que a profissão docente é tida como uma das mais estressantes, com forte incidência de elementos que conduzem ao adoecimento mental. (Gil-Monte, 2007).

A psicóloga da cidade de Santos Luciana França, da sessão de Assistência psicológica e social ao Servidor, e da coordenadoria de medicina do trabalho identificou muitas pessoas durante a pandemia que passaram por perdas de entes queridos, ou mesmo o fim de um casamento ou adoecimento. “Essas pessoas acabaram desenvolvendo ou até agravando sua saúde mental, muitas chegaram até a um estado depressivo”.

Os pacientes com nível grave apresentaram mais incidência no número 3 do questionário, nas perguntas de tristeza, desânimo, fracasso, falta de prazer, decepção, choro, comparação, irritabilidade, falta de interesse, dificuldades em trabalhar, não dormir, muito cansaço, falta de apetite e não se preocupar com a saúde, interesse por sexo, confirmando assim os sintomas da depressão.

Em março de 2020 tivemos o advento do COVID19, agravando ainda mais a condição de todos, mais principalmente do professor que teve que apresentar resultados onde não tinha nenhum conhecimento (ensino remoto) trazendo assim mais possibilidades de adoecimento emocional e físico.

Um outro instrumento usado nessa pesquisa foi a entrevista com as seguintes categorias e resultados:

- A. Descontrole emocional** - Diante desse primeiro tema levantado pela entrevista, pudemos perceber que realmente existe um profundo e constante Descontrole Emocional antes e durante a pandemia, existe muita injustiça com o aluno e com o professor o que podemos chamar de violência emocional, diretamente o professor não consegue desenvolver o melhor de seu potencial dando uma aula abaixo do esperado, e do que é cobrado.
- B. Conhecimento dos Sintomas da Depressão** - Os professores estão ficando doentes sem conhecer os sintomas da depressão, acreditam que a depressão é real, mais não com eles, sendo que alguns deles estavam em depressão por causa dos sintomas apresentados. A maioria dos professores tem um necessidade

muito grande de cuidar, mais não permitem serem cuidados, principalmente por causa do tempo, e de que ministrar as aulas é o seu sustento, não podendo se afastar por causa da responsabilidade financeira com a família.

- C. Ambiente profissional causador da depressão** – O ambiente atual contribui para o desencadeamento da depressão atrapalhando o processo ensino aprendizagem. Os professores terão que se adaptar ao novo modelo em tempo recorde. Portanto, podemos percebermos a necessidade de repensar a educação brasileira quanto ao processo das tecnologias educacionais disponíveis, para aprimorar e associar o ensino presencial com a modalidade online no sentido de contemplar o ensino remoto (Fiori; Goi, 2020).
- D. A influência Familiar no profissional** - A família ainda é essencial na vida dos professores, e que tem um lugar determinante que reflete em todo o restante da vida, quando algo acontece em suas vidas familiares eles acabam tendo um déficit em sua vida profissional, e em alguns casos, como no processo de divórcio, os professores perdem seu potencial querendo por um momento desistir de tudo.
- E. Ansiedade como agravante para a depressão** - A ansiedade pode atrapalhar diretamente o desenvolvimento da prática pedagógica do professor, e que a ansiedade, pode até levar a fobias, transtorno obsessivo compulsivo, a síndrome do pânico, e consequentemente a depressão.
- F. Apoio profissional** - Os professores relataram que não se sentem apoiados dentro da escola, e algumas vezes também não apoiado por familiares em casos extra classe. Os professores demonstraram que se sentem inseguros até em dizer algo que possa ser benéfico para a escola e ser interpretado de maneira errada.
- G. Saúde e prática pedagógica** - Os professores não alcançam a excelência em sua prática pedagógica pelo fato de entrarem em um processo de adoecimento emocional. As influências externas e internas acabam minando esses professores que em muitos casos já vem vulnerável pela sua história de vida. Outro ponto são os problemas antigos da educação somado com a questão do COVID19, e os desafios tecnológicos, com várias propostas de inovação, os professores estão doentes, mais procurando se reinventar diante de tantos desafios novos.
- H. Qualidade de vida** – Percebemos que de maneira geral os docentes não investem muito na qualidade de vida, até entendem a importância, mais mesmo assim não são preventivos trazendo uma grande possibilidade para o processo

de adoecimento. Os professores que apresentam uma qualidade de vida ruim diminuíram seu potencial profissional.

- I. Sugestões para uma vida saudável** - Nessa categoria identificamos a urgência de mudança das práticas pessoais e pedagógicas exercida dentro da sala de aula, por professores, pela coordenação e direção se quisermos melhoras no campo da educação.

Análise, interpretação e comparação com as conclusões da tese 2018.

“Com a nova pesquisa podemos perceber que não houve mudanças nas práticas tanto de professores quando do município, pois ambos continuam sem ações necessárias para uma mudança efetiva, e também podemos afirmar que a situação piorou, crescendo o número de docentes em depressão. O município continua sem políticas de enfrentamento a depressão, mas com crescimento da ansiedade, e com a situação de agravamento do COVID19”.

“Como análise, interpretação e comparação podemos perceber também que a qualidade de vida do docente não mudou, o professor continua em dobrados horários e agora com a mudança para o ensino híbrido tornou a saúde ainda mais sensível levando muitos professores a não suportar as condições de trabalho, e a falta de possibilidades da ensino aprendizagem, afetando diretamente seu olhar e seus pensamentos provocando desânimo, sentimento de incapacidade, frustração e medo, aumentando os afastamentos em todo o ano de 2020 e início de 2021”.

Como conclusão desse ponto percebemos que, fazendo as mesmas coisas, elas terão a tendência de piorar, principalmente se isso forem problemas que causam o adoecimento mental. Se queremos mudanças primeiro precisamos mudar de maneira efetiva. Entendemos que essa mudança não pode ser só do governo, ou secretarias, ou mesmo professores, alunos e familiares, pelo contrário entendemos que todos podem contribuir para que haja mudanças nessa realidade da saúde daquele que faz acontecer a educação, pois assim teremos uma nação de cidadãos melhores.

Conclusão

Essa pesquisa nos permitiu alcançar informações essenciais sobre a análise da depressão em professores com depressão na cidade de Santos, São Paulo, que além de nos apresentar diversas riquezas de conhecimento nos possibilitou ter um olhar para o futuro de maneira pragmática e objetiva, também nos trouxe várias possibilidades de falarmos sobre a qualidade de vida do professor, e propormos ações efetivas para melhorar esse ponto de necessidade na cidade de Santos.

Nesta obra apontamos para as carências que o professor tem enfrentado no seu dia a dia quando se vê no meio de um processo depressivo. Nessa avaliação foi possível ter um olhar analítico diante das reais situações que o ambiente e as práticas desequilibradas acabam gerando na vida do docente, e principalmente em suas práticas pedagógicas dentro dessa cidade.

Diante da análise do material pesquisado, podemos concluir que a depressão tem efeitos desastrosos, no desenvolvimento da prática pedagógica de professores nas escolas de Santos SP. Que o processo ensino aprendizagem, tanto na vida do professor como no aluno, passam por um estado de descontrole, impedindo com que esses atores da educação consigam alcançar seus objetivos. Além disso tivemos no ano de 2020 a pandemia do COVID19, agravando ainda os níveis de ansiedade e depressão, por causa de mudanças emergenciais do presencial para o online sem qualquer condição de estrutura e formação dos professores.

Diante de tamanho desafio e transformações precisamos entender que o retorno das aulas será algo dentro de um processo, pois a estrutura precisa ser desenvolvida de maneira integral tanto para o professor quanto para o aluno.

As vacinas são um proposta preventiva que tem gerado um certa segurança para a saúde, principalmente emocional, mais nosso desafio é achar um equilíbrio para a saúde da educação, dentro de um processo efetivo do ensino aprendido, onde os professores, alunos e familiares possam se desenvolver de maneira saudável e satisfatória.

No fechamento desta investigação pudemos analisar com mais propriedade e aprofundamento a realidade da depressão do docente em suas práticas pedagógicas, comparar e interpretar a tese de 2018 com essa pesquisa e entender que somente houve um agravamento da condição de saúde do professor e que as ações foram tímidas ou inexistentes diante de tamanho desafio.

Quero ainda propôs mais pesquisas para perceber como se pode ajudar o docente a se comprometer com sua saúde, os governos e secretárias a criarem políticas de proteção emocional ao professor, mais o pior é propor saídas do caos social que se encontram as famílias e as próximas gerações.

Referências

- Barros, A. D. S. X. (2015). Expansão da educação superior no Brasil: limites e possibilidades. *Educação & Sociedade*, 36, 361-390.
- Bogdan, R., & Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação: uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto editora.
- Cunha, J. A. (2001). Inventário Beck de Depressão (BDI). *Manual da versão em português das escalas Beck*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- De Paula, L. H. (2019). *A influência da depressão dos docentes em sua prática pedagógica no ensino fundamental de duas escolas municipais da cidade de Santos-são Paulo, Brasil*. Repositorio de Tesis y Trabajos Finales UAA.
- Fonseca, R. M. C. e Carlotto, M. S. (2011). *Saúde mental e afastamento do trabalho em servidores do Judiciário do Estado do Rio Grande do Sul*. *Psicologia e Pesquisa*, 5(2), 117-125.
- Furasté, P. A. (2007). *Normas Técnicas para o Trabalho Científico: Elaboração e Formatação. Explicação das Normas da ABNT*. Porto Alegre: s.n. 14. Ed.

- Gil, A. C. (2008). *Métodos e técnicas de pesquisa social*. São Paulo. Atlas.
- Gil-Monte, P. R. (2007). El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout) como fenómeno transcultural. *Informació psicológica*, (91-92), 4-11.
- Holmes, Emily A. et al. (2020) Prioridades de pesquisa multidisciplinar para a pandemia COVID-19: um chamado para ação para as ciências da saúde mental. *The Lancet Psychiatry*. Jayet, C. (1994). *Psychodynamique du travail au quotidien*. Paris: Adolescência Latinoamericana, 2(2), 67-79.
- Minayo, S. M. C. (2001). *Pesquisa social: teoria, método e criatividade*. Editora Vozes Limitada.
- Mariano M. S. S. e Muniz H.P. (2006). *Trabalho docente e saúde: o caso dos professores da segunda fase do ensino fundamental*. Estudos e Pesquisas em Psicologia, 6(1), 76-88.
- Maia, Berta Rodrigues; Dias, Paulo César. (2020) Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. *Estudos de Psicologia* (Campinas), v. 37.
- OIT. (2013). *Organização Internacional do Trabalho. Domestic workers across the world: global and regional statistics and the extent legal protection*. Genebra: OIT.
- Pereira, M. M. e Morgado, M. A. (2012). *A saúde do trabalhador em registros do INSS de Mato Grosso: processos de adoecimento psíquico por motivo de trabalho*. Revista Anagrama, 5(4), 22-29.