

SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO EM VITÓRIA DA CONQUISTA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA EM PROMOÇÃO DE SAÚDE

Ana Cláudia Rodrigues Pina

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

Hortência Pessoa Pereira

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

Carmem Virgínia Moraes da Silva

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

Resumo: Refletir sobre atenção à promoção de saúde, especialmente no meio escolar/educacional, engloba discutir estratégias que potencializem a qualidade de vida dos sujeitos e do coletivo social, dando margem à participação ativa destes atores nesta construção. Com isso, o presente trabalho busca retratar a rica e frutífera experiência de um processo de construção coletiva de um material no formato de cartilha informativa-explicativa, designada aos profissionais da Educação que compõem a rede pública de ensino básico do município de Vitória da Conquista – BA. Teve como objetivo provocar reflexões e contribuições efetivas acerca da promoção em saúde mental dos profissionais atuantes no contexto educacional do município, tecendo discussões a respeito da amplitude do conceito de saúde, bem como sobre a promoção de saúde no ambiente escolar. Utilizou-se como procedimentos metodológicos a pesquisa bibliográfica sobre os temas abarcados, afim de fundamentar a construção do material. Durante nossa revisão de literaturas tivemos como espaço de interações e debates o componente curricular Psicologia, Saúde e Ambiente Escolar, do curso de Psicologia da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB). Assim sendo, tal produto se configura quanto elemento potencial para que os profissionais atuantes na educação possam repercutir e, conseqüentemente, alargar seus conceitos de saúde, articulando com os princípios da Escola Promotora de Saúde, na elaboração de estratégias em prol da qualidade de vida e saúde mental no ambiente escolar.

Palavras chave: Cartilha. Escolas Promotoras de Saúde. Profissionais da Educação. Saúde Mental.

PALAVRAS INICIAIS

O intento deste relato de experiência é apresentar o processo de construção, assim como o resultado final de um material informativo-explicativo, designado aos profissionais da Educação da rede pública de ensino básico do município de Vitória da Conquista – BA com a pretensão de tecer reflexões acerca da promoção em saúde mental e reflexos do contexto institucional na vida dos profissionais atuantes na educação, o qual foi construído por um

grupo de quatro discentes da ênfase Psicologia e Contextos Institucionais, do curso de graduação em Psicologia da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia – UESB. Teve-se ainda, os objetivos específicos de tecer discussões a respeito da temática escola como promotora de saúde; promover reflexões sobre a amplitude do conceito de saúde; elencar fatores protetores para a saúde mental dos profissionais de educação e dar-se ênfase à importância da Psicologia em instituições escolares.

Este material, no formato de cartilha, intitulado de *“Escolas Promotoras de Saúde: Saúde Mental das/os Profissionais em Educação”* se constitui como produto acadêmico do componente curricular Psicologia, Saúde e Ambiente Escolar e teve como objetivo provocar reflexões e contribuições efetivas acerca da promoção em saúde mental e bem-estar emocional das/os profissionais atuantes no contexto educacional do município, tecendo discussões a respeito da temática espaço escolar como promotor de saúde e saúde mental com foco na/o profissional da educação.

Destarte, sabe-se que o dia-a-dia das instituições, em seu âmbito relacional de trabalho, acaba sendo atravessado por diversos aspectos de cunho emocional e isso pode acarretar em situações conflituosas quando não trabalhadas corretamente. Igualmente, entende-se que diversos fatores relacionados aos modos de vida dos trabalhadores poderão contribuir para possibilidades de uma vida saudável ou não. Sabendo que estes fatores também podem estar ligados às instituições de trabalho e os seus modos de operar, percebe-se que a sobrecarga trabalhista somada a desatenção diante de certos sinais e sintomas apresentados pelos indivíduos, em função das atividades laborais, podem se tornar, muitas vezes, fatores de risco para sua saúde. Diante disso, ressalta-se a importância de se pensar nestes espaços como instrumentos efetivos de saúde, haja vista que podem somar positivamente para o bem-estar e a saúde mental dos indivíduos.

Posto isto, considera-se relevante pensar a escola como um espaço de promoção em saúde quando fomenta o diálogo entre ensino, saúde e educação, assim como, quando possibilita um trabalho intersetorial que resulte na construção de uma atmosfera segura, que conte com a participação efetiva dos atores que a constitui.

Neste sentido, Cardoso; Reis e Iervolino (2008) ressaltam que uma escola promotora de saúde é aquela que visa facilitar um ambiente e ações saudáveis. Nela, os atores se reconhecem como co-responsáveis pelo andamento dos processos que acontecem na instituição e os seus membros precisam ser impelidos a ampliar a compreensão acerca do conceito de saúde, integrando os temas que sejam importantes para a comunidade escolar.

Sendo assim, percebe-se que a escola, atuando sob essa perspectiva, passa a se constituir como um espaço capaz de possibilitar mudanças de conceitos e metodologias, passando a agregar-se no conceito de promoção de saúde no âmbito da saúde coletiva.

Por conseguinte, ressalta-se a importância da contribuição do profissional de Psicologia nestes locais, tendo em vista que poderá resgatar subjetividades e criar espaços que propiciem qualidade de vida ao trabalhador, possibilitando, então, mecanismos que possam romper com comportamentos cristalizados; fazendo com que os sujeitos tenham um melhor entendimento das suas ações e dos impactos destas na instituição, de modo que atuem de forma essencial para a construção de campos comuns nos quais os diálogos se encontram e promovam saúde (CONTINI, 2012).

Ademais, pensando na importância de dar destaque à escola como instrumento de promoção de saúde, haja vista que poucos a olham sob esta perspectiva, e entendendo o seu papel ativo na vida dos atores sociais deste meio, fez-se relevante pensar na construção de um material que a aborde como uma instituição multidisciplinar que dialoga com seus diversos componentes. Igualmente, é asseverada a relevância de dar ênfase aos impactos da vida institucional perante o sujeito, principalmente no que tange algumas patologias e psicopatologias ocupacionais. Com isso, pretende-se ampliar o nível de conhecimento do leitor sobre a inter-relação entre o tripé *Promoção de Saúde-Escolas-Profissionais* na construção da vivência institucional no campo educacional, bem como levá-los a um maior entendimento sobre a interface entre o conceito “escolas promotoras de saúde” e “saúde mental”.

SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO: ALGUNS APONTAMENTOS

Conforme Pereira, Santos e Manenti (2020) nas últimas décadas a esfera do trabalho tem sido impactada por diversas modificações, como a fragilização dos vínculos empregatícios, a flexibilização dos contratos de trabalho e o favorecimento aos empregadores nos acordos trabalhistas, entre outras. Esses elementos causam repercussões, direta ou indiretamente, em toda a organização social e geram abalos significativos na saúde do trabalhador.

Em consonância com o que nos apontam Tostes et al. (2018), é observado que a conjuntura social educativa é pressionada à uma reforma em decorrência das diversas



alterações no campo do trabalho, provocadas pelas crises na esfera econômica. Segundo os autores, a educação à mercê da nova ordem econômica e social impõe um redirecionamento da escola para alinhar-se a esse contexto, formulando um movimento educativo para a exigência de um novo trabalhador flexível, proativo, competitivo e apto a se aperfeiçoar rapidamente.

Conforme Moreira e Rodrigues (2018), alguns transtornos e doenças relacionadas ao contexto trabalhista possuem determinações diretas advindas dos novos formatos e constituições do mundo do trabalho, marcadas por modelos de gestão que solicitam mudanças e acarretam pressões constantes por padrões de eficiência na atuação dos profissionais da educação.

Deste modo, a literatura acerca da relação entre o meio do trabalho e os impactos na saúde mental do colaborador ressaltam que a conjuntura de exploração e precariedade das condições de trabalho têm resultado em prejuízos preocupantes à saúde de professores e demais trabalhadores da educação. Assim, é possível notar um indicador ascendente no processo de adoecimento entre os docentes nas últimas décadas, denotando o sofrimento mental como uma das formas mais preponderantes deste adoecimento, ligado às novas condições de trabalho (PEREIRA; SANTOS; MANENTI, 2020).

Quando se fala em condições de trabalho, destaca-se aqui a ambiência, questões fisiológicas, segurança e adaptação física, organização de tarefas, responsabilidades, valorização social, interrelações, entre outros, como fatores protetores ou fatores de risco para a saúde do trabalhador. Portanto, entendê-las e discuti-las é de fundamental importância para a construção de formas efetivas de funcionamento laboral e valorização das subjetividades.

CAMINHOS METODOLÓGICOS

O método adotado se caracteriza pela produção conjunta de material impresso informativo-explicativo, em formato de cartilha. A abordagem utilizada foi a qualitativa, visto que ela é fundamental para compreendermos os processos sociais que segundo Minayo (2013, p. 21), “responde por questões muito particulares. [...], com um nível de realidade que não pode ou não deveria ser quantificado. [...], ela trabalha com o universo dos significados, dos motivos, das aspirações, das crenças, dos valores e das atitudes”.

Com isso, a construção do material buscou apresentar conteúdos críticos e orientações claras sobre o tema abordado, de modo didático e elucidativo, em consonância com a revisão bibliográfica de artigos que contemplasse as temáticas sobre escolas promotoras de saúde e saúde mental dos profissionais da Educação. Deste modo, a pesquisa bibliográfica como técnica de coleta dos dados, também denominada de fontes secundárias, segundo Lakatos e Marconi (2015, p. 57), “abrange toda bibliografia já tornada pública em relação ao tema de estudo”, e as fontes foram os livros ora publicados, com atividades de fichamentos, socializações e discussões das produções dos conhecimentos adquiridos”.

Assim, a produção se deu de forma gradual e compartilhada, abarcando contribuições de todos os discentes envolvidos no projeto, destacando que o movimento de pesquisa e escrita do material também contou com o aporte da articulação com as discussões teóricas promovidas por intermédio do componente curricular Psicologia, Saúde e Ambiente Escolar.

O processo de criação da cartilha em questão prezou pela utilização de uma linguagem embasada teoricamente, criativa e acessível ao público pretendido, pelo uso de imagens e elementos gráficos ilustrativos e pela sistematização de informações, orientações e sugestões pertinentes ao tema discutido, se adequando às especificidades do público-alvo da intervenção composto por trabalhadores(as) da Educação da rede pública municipal de Vitória da Conquista, Bahia.

Quanto aos recursos requeridos, após a esquematização do projeto teórico da cartilha, o mesmo foi encaminhado para a realização e adequação do projeto gráfico-artístico para a Assessoria de Comunicação – ASCOM da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia – UESB, e posteriormente, para a impressão destinada ao setor da Gráfica – UESB, mediada pela Pró-Reitoria de Graduação – PROGRAD, que autorizou a produção de 500 exemplares¹. Neste sentido, diante da necessária tramitação do projeto da cartilha, que exigia um período específico de processamento conforme as diretrizes dos setores envolvidos da Universidade, foi excedido o prazo de semestralidade do componente curricular, o que gerou impedimentos quanto a sua distribuição naquele momento, com previsão de compor, em semestre subsequente, a prática do mesmo componente curricular.

¹ O formato da cartilha pode ser acessado na página online: http://www.uesb.br/wp-content/uploads/2020/01/Cartilha_Escolas-Promotoras-de-Sa%C3%BAde-para-an%C3%A1lise-PROGRAD.pdf.

O PERCURSO INICIAL E OS RESULTADOS INAUGURAIS...

A construção da cartilha surgiu como uma possibilidade de produção que alcançasse o público de educadores da rede municipal de forma a suscitar atenção, mas que tivesse uma linguagem clara, objetiva, marcante e leve, que não fosse um material denso e pesado quanto ao acesso. Para atingir esses objetivos, foi necessário fazer leituras sobre os temas que envolvessem a saúde no ambiente escolar, as doenças laborais que mais atingem esse público e sobre a escola como promotora de saúde, além de um debate profícuo em sala de aula acerca de outras práticas concomitantes voltadas para os(as) educadores da rede municipal. Após esses estudos realizamos uma seleção dos tópicos que deveríamos abordar na cartilha, afinal não seria interessante que ela se alongasse demais nos conteúdos. O nosso foco, portanto, consistiu em levar informação ao público alvo de forma clara e coesa, como demonstrado na imagem a seguir, referente a organização do sumário e da apresentação da cartilha:

Figura 01: Sumário e Apresentação da Cartilha

<p>SUMÁRIO</p> <p>APRESENTAÇÃO ————— 04</p> <p>O CONCEITO DE SAÚDE: O QUE É? ————— 05</p> <p>ESCOLA COMO PROMOTORA DE SAÚDE ————— 06</p> <p>SAÚDE MENTAL NO AMBIENTE ESCOLAR ————— 07</p> <p>A SAÚDE MENTAL DA O PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO ————— 08</p> <p>DEPRESSÃO ————— 09</p> <p>ANSIEDADE ————— 10</p> <p>SÍNDROME DE BURNOUT ————— 10</p> <p>É TEMPO DE CUIDAR DA SAÚDE MENTAL! ————— 12</p> <p>A/O PSICÓLOGA/O COMO INSTRUMENTO DA PROMOÇÃO DE SAÚDE EM ESPAÇO EDUCACIONAL ————— 13</p> <p>POSSIBILIDADES PARA ATENDIMENTO PSICOLÓGICO E/OU ACOMPANHAMENTO PSIQUIÁTRICO NA CIDADE DE VITÓRIA DA CONQUISTA - BAHIA ————— 14</p> <p>REFERÊNCIAS ————— 17</p>	<p>Apresentação</p> <p>Designada às/os profissionais da Educação da rede pública de ensino básico do município de Vitória da Conquista - BA, a cartilha "Escolas Promotoras de Saúde: Saúde Mental das/os Profissionais em Educação" trata-se de um material informativo-explicativo de iniciativa das/os discentes da ênfase Psicologia e Contextos Institucionais do 10º semestre do curso de Psicologia da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia – UESB. Este material se constitui como produto acadêmico do componente curricular Psicologia, Saúde e Ambiente Escolar ministrado pela Profª Drª Carmem Virgínia Moraes da Silva e tem como objetivo provocar reflexões e contribuições efetivas acerca da promoção em saúde mental e bem-estar emocional das/os profissionais atuantes no contexto educacional do município, tecendo discussões a respeito da temática escola como promotora de saúde e saúde mental no ambiente escolar com foco na/o profissional.</p> <p>Esperemos que essa seja uma leitura significativa e potencializadora. Avante!!</p>
---	---

Fonte: Cartilha Escolas Promotoras de Saúde: Saúde Mental das/os Profissionais em Educação, UESB, 2019.

Ademais, as discussões em sala de aula acerca do conceito de escolas promotoras de saúde nos imbuíram para a escolha da temática a ser abordada na cartilha, haja vista que nos

levou a reflexões importantes a respeito de se pensar na escola como um espaço multifacetado, do qual se tem também a produção e promoção de saúde inseridas em seu cotidiano, para todos os seus atores. Acreditamos na necessidade de discutir este conceito pelo fato de ser algo ainda pouco explorado dentro dos espaços educacionais, bem como pelo fato de que muitos sujeitos, mesmo quando têm o entendimento da questão, não sabem como articulá-lo com a prática. Além do que, a saúde mental do docente também deve ser colocada em pauta, porque ele tem um papel fundamental no processo de escolarização.

Todo o processo de produção da cartilha foi compartilhado, cada membro do grupo escolheu um assunto com que tivesse mais facilidade para realizar a escrita, assim como os elementos visuais; outros quesitos, como a arte da capa e a paleta de cores utilizada, eram avaliados e aceito por todos, cada adição de elementos na cartilha foi compartilhada para que houvesse análise e correção, como podemos visualizar abaixo na figura 02:

Figura 02: Capa da Cartilha

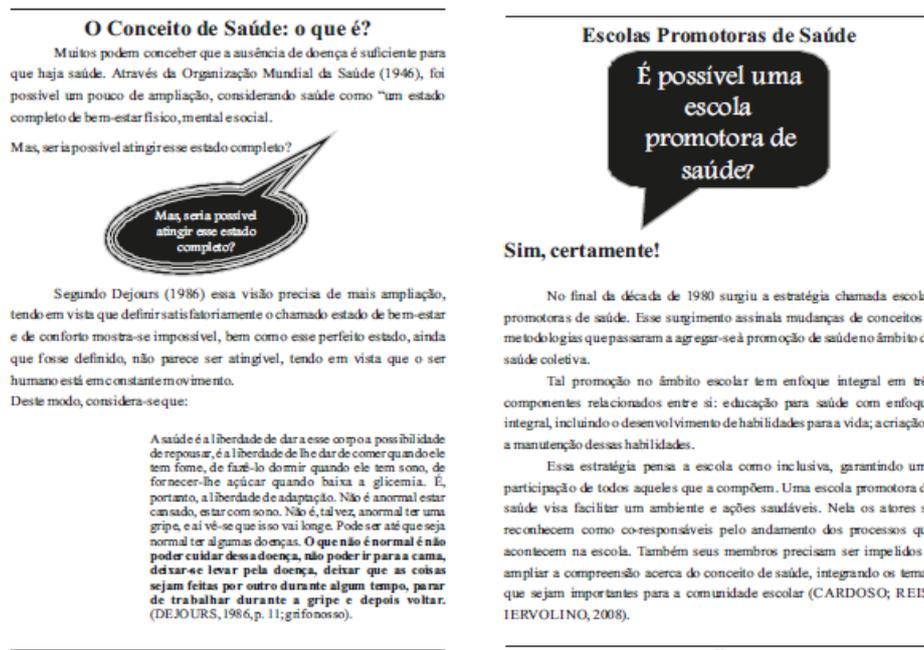


Fonte: Cartilha Escolas Promotoras de Saúde: Saúde Mental das/os Profissionais em Educação, UESB, 2019.

Porquanto, vale aqui explicar a respeito do conteúdo abordado na cartilha, dando ênfase ao nosso eixo de destaque: Escolas Promotoras de Saúde. Esta terminologia surgiu na década de 80 e veio assinalar mudanças de conceitos e metodologias no âmbito da saúde coletiva, buscando trazer ferramentas para que trabalhadores da saúde e da educação atuassem conjuntamente para melhorar a qualidade de vida de alunos, professores, direção, funcionários e famílias e, com isso, diminuir as violências e modos de exclusões dentro e

fora do ambiente escolar. Essa estratégia pensa a escola como inclusiva, garantindo uma participação de todos aqueles que a compõem (CARDOSO, REIS e IERVOLINO, 2008). Segue abaixo imagem das paginações da cartilha que contemplam tal temática:

Figura 03: O conceito de saúde e Escolas Promotoras de Saúde na cartilha



Fonte: Cartilha Escolas Promotoras de Saúde: Saúde Mental das/os Profissionais em Educação, UESB, 2019.

O conceito de saúde é abordado de forma ampliada, de modo que tem uma visão holística dos seus atores e tem o entendimento de que saúde é algo intersetorial, da qual deve ser construída por todos. Também, busca formar uma consciência crítica para o sujeito ter sobre si e o mundo, tornando-o responsável pela manutenção da sua própria saúde. Outrossim, visa desenvolver as habilidades dos docentes, através de formação continuada, para o aprimoramento das suas competências socioemocionais. Com isso, demonstra preocupação com a saúde mental dos seus colaboradores ao passo que viabiliza fatores protetores de bem-estar.

Então, entendendo que o docente merece ter destaque dentro dos espaços educacionais, especialmente, pelo grau de vulnerabilidade que os mesmos se encontram, dedicamos algumas linhas da cartilha para abordar a saúde mental do profissional de educação, trazendo explicações acerca de doenças ocupacionais, tais como: ansiedade, depressão, estresse e *Burnout*. Neste ponto, ancoramos nossa discussão no pensamento de Dejours

(1988), que mostra os caminhos que uma doença mental relacionada ao trabalho se manifesta, bem como reflete acerca dos mal-estares presentes no dia a dia e, como isso, pode desencadear psicopatologias.

Figura 04: Depressão, ansiedade e Burnout na cartilha



Depressão

Os episódios depressivos (F32) e os transtornos depressivos recorrentes (F33) estão relacionados com as causas que geram o maior número de afastamento de professoras/es do trabalho. A causa do afastamento e dos episódios depressivos, no entanto, pode ter origens múltiplas, bio-psico-sócio-históricas.

Os sintomas que caracterizam o diagnóstico do Transtorno Depressivo Maior incluem a presença de humor deprimido quase todos os dias e durante a maior parte do dia, acarretando em choro, sentimento de vazio, agitação e/ou diminuição da energia e pensamento, além de ideação suicida. Alta irritabilidade, insônia, fadiga e tristeza profunda são comumente associadas ao quadro depressivo.

Outra característica é o sentimento de culpa exagerado e a desvalia que podem vir acompanhados de sofrimento e/ou prejuízo nas relações sociais e profissionais (APA, 2014).

Ansiedade

Os transtornos de ansiedade se diferenciam do medo e da ansiedade adaptativos por serem excessivos e pelo caráter repetitivo e desproporcional que ocorre na maioria dos dias, diante de diversas atividades presentes e futuras. O medo é associado a pensamentos de perigo imediato e comportamentos de fuga.

Já a ansiedade é frequentemente associada à vigilância em preparação à ameaça futura (APA, 2014). Os indivíduos com Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) apresentam preocupações persistentes e excessivas acerca de vários domínios, incluindo o desempenho no trabalho. E comumente encontram dificuldade em controlar a preocupação e a ansiedade, que estão associadas com alguns dos sintomas como: sensação de estar com os nervos à flor da pele, cansaço, dificuldade de concentrar-se, irritabilidade, tensão muscular e perturbação do sono (APA, 2014).

Síndrome de Burnout

É caracterizada por um estresse crônico em decorrência de um contexto de trabalho com grande carga tensional.

Segundo Carlotto (2002) os sintomas estão relacionados à exaustão emocional, despersonalização e baixa realização no trabalho que acomete profissionais envolvidos com qualquer tipo de cuidado e numa relação de atenção direta, contínua.

As frustrações emocionais decorrentes da Síndrome de Burnout podem levar a sintomas psicossomáticos como insônias, úlceras, dores de cabeça e hipertensão, além de abuso no uso de álcool e medicamentos, ocasionando a recorrência de problemas familiares e conflitos sociais (CARLOTTO, 2002).

Fonte: Cartilha Escolas Promotoras de Saúde: Saúde Mental das/os Profissionais em Educação, UESB, 2019.

A respeito das vulnerabilidades nas quais o docente se encontra, como já foi supracitado, elencamos o pensamento de Silva, Bernardo e Souza (2016), quando dizem que as condições de precarização no âmbito do trabalho são caracterizadas por ritmos intensos e aumento da competitividade, falta de reconhecimento e valorização social, fragilização dos vínculos, rupturas de trajetórias profissionais, banalização da injustiça social, dentre outros fatores que podem levar o trabalhador ao adoecimento físico e mental.

Após essas discussões e entendendo a importância do Psicólogo dentro dos espaços educacionais, dedicamos um tópico do material para tecer explicações acerca da atuação deste profissional como sendo algo fundamental para a promoção de saúde. Para tal, nos baseamos em Contini (2000) para explicar que atuação do psicólogo nas instituições educativas, na perspectiva de promover saúde, deve ser a de um interlocutor atento, que propicie o conhecimento da dinâmica institucional, por parte da comunidade que a compõe, com o objetivo de favorecer a sua integração e também destacando que este profissional

deve atuar a partir de uma perspectiva multidimensional, entendendo que diversos fatores relacionados ao modo de vida dos trabalhadores poderão contribuir para possibilidades de uma vida saudável ou não, como nos mostra a figura a seguir retirada da cartilha:

Figura 05: Saúde mental no ambiente escolar e o cuidado de si na cartilha

Saúde Mental no Ambiente Escolar

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), saúde mental é o estado de bem-estar qual o indivíduo: "tem a possibilidade de utilizar as suas capacidades, consegue enfrentar o estresse normal da sua vida, pode trabalhar de forma criativa e útil e contribuir para a comunidade em que se insere".

O que é a Saúde Mental?

Quais aspectos podem ser potenciais do bem-estar e da promoção em saúde mental?

Fortalecimento
de vínculos
Rede de apoio
Sentimento de
pertencença

→

Realização
pessoal
Autonomia
Obtenção de
sentido

→

Reconhecimento
profissional
Condições
trabalhistas
adequadas

Outro aspecto significativo para a promoção de saúde mental é a construção de momentos e espaços coletivos para trocas de experiências, sentimentos, emoções, ansios, preocupações e estratégias frente ao cotidiano e às dificuldades encontradas no contexto de trabalho (MARTINS; MENDES, 2012).

* Bem como o acompanhamento e suporte psicoterapêutico e psiquiátrico, quando necessário.

É TEMPO DE CUIDAR DA SAÚDE MENTAL!

Ninguém está isento de ter sua saúde mental atingida, afinal, a rotina acelerada e as diversas tarefas que são exigidas pela vida profissional fazem com que muitos deixem os cuidados com o emocional e o psíquico em segundo plano. No entanto, já é tempo de desmistificar a ideia de que só é preciso cuidado quando a pessoa se encontra em situações severas.

O corpo humano é uma máquina de engrenagem complexa onde todos os pontos são ligados e, para o seu bom funcionamento, é preciso se atentar não só à promoção, como também à prevenção de sua saúde integrada.



Fonte: Cartilha Escolas Promotoras de Saúde: Saúde Mental das/os Profissionais em Educação, UESB, 2019.

Diante disso, buscamos mostrar que a contribuição do profissional de Psicologia neste processo se faz de fundamental importância, tendo em vista que poderá resgatar subjetividades e criar espaços de promoção de saúde ao trabalhador, possibilitando, então, mecanismos que possam romper com comportamentos cristalizados, fazendo com que os sujeitos tenham um melhor entendimento das suas ações e dos impactos destas na instituição, atuando, assim, de forma essencial para a construção de campos comuns dos quais os diálogos se encontram e promovam saúde (CONTTINI, 2000).

Assim sendo, apesar do planejamento inicial de distribuição do material nas escolas do município de Vitória da Conquista - BA não ter sido possível, é para nós de enorme relevância a sua produção, não só pelo seu resultado final estar dentro das expectativas previstas, como de saber das possibilidades de um uso futuro, tanto de entrega e discussão nas escolas, como em outros espaços laborais desses trabalhadores da educação, acreditamos

que uma cartilha tenha potencial de ser gatilho para uma reflexão sobre autocuidado de si e da saúde mental desses profissionais.

CONCLUINDO SEM CONCLUIR...

Em face do exposto, afirmamos a importância de fomentar o papel social que a universidade tem. É preciso que a comunidade acadêmica pense em formas de democratizar os conteúdos produzidos nestes espaços para torná-los mais acessíveis, haja vista que eles não devem ficar limitados à um público específico e devem também estar à disposição da comunidade como um todo. Pensando nisso, destacamos a relevância da produção da cartilha, ao passo que com ela conseguiríamos levar o conhecimento produzido em sala de aula à uma parte significativa da população, de modo que produzíssemos comunicação e sentido, já que utilizamos de uma linguagem acessível e coesa face aos conteúdos abordados. Essa produção possibilitou-nos ir ao encontro deste lugar social que a universidade precisa ter e foi de suma importância também para a nossa formação e construção de identidade profissional, na medida que nos levou a ter olhares mais horizontalizados diante das nossas práticas.

Também possibilitou ao grupo a construção de aprendizagens ampliadas, pois pudemos refletir o espaço escolar como um lugar de múltiplas facetas. Foi possível conhecer e explorar o conceito de Escolas Promotoras de Saúde, que contribuiu para alargar nossa visão enquanto profissionais de Psicologia em formação que, possivelmente encontrarão direta ou indiretamente com as demandas escolares, sejam na clínica, seja no trabalho in lócus na instituição escolar. Ainda foi possível ampliar o conceito de saúde, o que se percebe de grande valia, considerando que o antagonismo saúde/doença ou os conceitos generalistas de uma saúde como uma plenitude inalcançável, tendem a não colaborar para que o sujeito desenvolva suas próprias maneiras de produzir saúde para si mesmo e para aqueles que convivem com ele.

Outro aspecto fundamentalmente positivo foi o fato do público alvo deste material ter sido os profissionais da educação. Pois é muito comum que as atividades desenvolvidas em ambientes escolares estejam mais direcionadas aos alunos e isso acaba gerando um certo silenciamento de outras demandas, as quais estão cotidianamente emergindo destes locais e podem influenciar diretamente no processo de ensino-aprendizagem, bem como nas subjetividades e bom funcionamento da instituição. Diante disso, destaca-se a relevância do

trabalho realizado pela equipe, ao passo que buscou dar suporte à saúde mental dos profissionais da educação e possibilitou-os ter maior visibilidade diante das questões laborais que atravessam sua saúde e impactam no funcionamento laboral.

À vista disso, é importante trazer o dado da Organização Internacional do Trabalho (OIT), indicando que desde 1983 a classe docente é a segunda categoria profissional, em nível mundial, a portar doenças de caráter ocupacional, incluindo desde reações alérgicas a giz, distúrbios vocais, gastrite e até esquizofrenia (TOSTES et al., 2018 *apud* PEREIRA; SANTOS; MANENTI, 2020). Este dado, assim como as reflexões tecidas no material e em sala de aula, nos mostram o grau de vulnerabilidade que a classe docente se encontra, bem como, evidenciam a necessidade de discutir a saúde mental destes profissionais e dar os devidos suportes. Aqui, a práxis da Psicologia Escolar/Educacional ganha ainda mais força e mostra-se extremamente necessária, pois o profissional de Psicologia poderá resgatar subjetividades e criar espaços de promoção de saúde aos atores educacionais, possibilitando-os construir mecanismos que possam romper com os fatores de risco e potencializar fatores protetores de educação, saúde e bem-estar.

Esperamos, portanto, que este relato, além de mostrar os caminhos que traçamos para a construção de um material informativo, o qual teve e tem um valor afetivo para nós, também possa levar o leitor a refletir acerca da importância de se pensar na saúde mental do docente, bem como na necessidade de fortalecer o lugar do psicólogo dentro dos ambientes escolares.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CARDOSO, V.; REIS A. P. dos; IERVOLINO, S. A. Escolas Promotoras de Saúde. **Ver. Bras. Crescimento Desenvol. Hum.** v. 18, n 2, pp. 107-115, 2008. Disponível em: <https://pdfs.semanticscholar.org/97ff/b45455ed203426c950e058589ae236f9c077.pdf> Acesso em: 18 mar. 2021.

CONTINI, M. L. J. Discutindo o conceito de promoção de saúde no trabalho do psicólogo que atua na educação. **Psicol. Ciênc. Prof.** Brasília, v. 20, n. 2, p. 46-59, 2000. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932000000200008&lng=pt&nrm=iso . Acesso em: 18 mar. 2021.

LAKATOS, E. M. MARCONI, M. de A. **Técnicas de pesquisa:** planejamento e execução de pesquisas, amostragens e técnicas e pesquisa, elaboração, análise e interpretação se dados. 7. ed. 8. São Paulo: Atlas 2015.



MINAYO, M. C. de S. (org.); DESLANDES, S. F.; GOMES, R. **Pesquisa Social**: teoria, método e criatividade. 33. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.

MOREIRA, D. Z.; RODRIGUES, M. B. “Saúde mental e trabalho docente”. **Estudos de Psicologia**, vol. 23, n. 3, 2018.

PEREIRA, H. P.; SANTOS, F. V.; MANENTI, M. A. “Saúde Mental de Docentes em Tempos de Pandemia: os impactos das atividades remotas”. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, vol. 3, n. 9, 2020. Disponível em: [file:///C:/Users/55779/Downloads/6701-25564-1-PB%20\(4\).pdf](file:///C:/Users/55779/Downloads/6701-25564-1-PB%20(4).pdf). Acesso em: 10 mar. 2021.

TOSTES, M. V. et al. “Sofrimento mental de professores do ensino público”. **Saúde em Debate**, vol. 42, n. 116, 2018.