

EDUCAÇÃO

A saúde mental nas escolas públicas

Não faltam desafios que levam um elevado número de professores ao afastamento por questões emocionais. Gestores e especialistas comentam ações para combater os efeitos do adoecimento, inclusive, entre alunos

» LETÍCIA MOUHAMAD
» MARIANA SARAIVA

O Correio publicou, no último domingo, uma reportagem que alertava para os problemas em saúde mental enfrentados pela Polícia Civil do Distrito Federal (PCDF). A sobrecarga de trabalho, causada pelo baixo efetivo, foi apontada como um dos principais motivos para o adoecimento. Nas aulas de aula, os desafios não são diferentes. Prova disso é que 3.568 professores da rede pública do DF foram afastados por transtornos mentais e comportamentais, em 2022, segundo informações da Subsecretaria de Segurança e Saúde no Trabalho (SubSaúde), vinculada ao Governo do Distrito Federal (GDF). Em 2023, até o mês de novembro, 3.158 educadores apresentaram atestado por problemas psicológicos, ainda que nem sempre relacionados ao exercício do magistério.

A subsecretária de Gestão de Pessoas, Ana Paula Aguiar, da Secretaria de Educação (SEEDF), destaca que o professor, quando lida com o estudante, lida também com a sociedade. “O aluno leva a realidade da família e da sua comunidade para a sala de aula e o professor vive junto com aquelas vidas. Não é um profissional que analisa um processo e despacha: ele vê a evolução de uma vida, e isso pode gerar satisfação de impulsionar alguém, mas, em alguns casos, resulta em insatisfação”, analisa. Entre os transtornos mais comuns estão a depressão e a ansiedade.

No entanto, a gestora pondera que o adoecimento mental não se restringe ao exercício da docência, dado que toda a sociedade tem manifestado problemas desse tipo, em vista, por exemplo, das consequências do pós-pandemia. “Se houvesse relação apenas com a docência, não estaríamos assistindo ao adoecimento grave dos profissionais da segurança e da saúde. Não é justo imputar à Educação um problema que está na sociedade”, reforçou, frisando que o número de profissionais afastados por questões emocionais não chega a 10% do efetivo total da pasta — cerca de 50 mil servidores ativos. Esses atestados podem ir de três dias ao processo de readaptação, quando o professor é afastado definitivamente da sala de aula e passa a exercer outra atividade pedagógica.

Relatos

No caso de Inês (nome fictício), 54 anos, o adoecimento resultou uma crise de pânico. Ela, que dedicou 24 anos à educação, garante que as primeiras vivências como professora foram de muita realização profissional. Porém, há uma década, as dificuldades começaram a ser transferidas para uma escola tida como “difícil”, em uma região periférica do DF. “Tínhamos muitos problemas comportamentais. Alguns alunos têm histórico de violência na comunidade e isso se refletia em sala de aula. Certa vez, ao entregar as notas, um deles ficou insatisfeito. Na saída, o pneu do meu carro estava rasgado e, pelas imagens da rua, deu para identificá-lo”, relatou.

O tráfico de drogas ao redor da instituição de ensino é outro problema grave. “Alguns dos nossos alunos eram conhecidos por traficar. Muitas vezes, entravam armados. O clima era sempre de tensão. Com o tempo, fui adoecendo. Até ter uma crise de pânico”, lembrou. A professora passou a tomar medicamentos para ansiedade e para dormir. Não tinha vontade de sair de casa e perdeu o gosto pelo trabalho. Foram dois anos de tratamento psiquiátrico e de terapia. “Dei a volta por cima. Mas não consegui voltar para a sala de aula. Pedi exoneração e estou terminando a graduação em direito. Recomecei aos 52 anos”, resumiu.

De forma semelhante, Goreth (nome fictício) ficou afastada da sala de aula por três meses por conta de uma crise de pânico. Entre as diversas causas, ela elenca

as classes superlotadas. “Há turnos em que a gente mal consegue andar pela sala e, com isso, também precisamos lidar com a indisciplina. Com essa onda da internet, a gente não consegue prender a atenção dos alunos por muito tempo”, relatou. Atualmente, ela precisa tomar ansiolítico e faz tratamento com terapeuta há mais de um ano.

Élbia Pires, diretora do Sindicato dos Professores (Sinpro-DF) cita, entre as possíveis razões do adoecimento mental, a superlotação de salas de aulas, a ausência de monitores para acompanhamento de alunos diagnosticados e a falta de recursos pedagógicos para o desenvolvimento adequado das atividades pedagógicas. “Soma-se a isso o sucateamento das estruturas físicas das escolas e a desvalorização salarial”, frisou.

Atitudes preventivas

A psicóloga e doutora em educação Simone Lavorato afirma que, para minimizar o número de afastamentos e transtornos mentais, deve-se considerar

3.158
É o número de professores afastados por transtornos mentais e comportamentais de janeiro a novembro de 2023

Fonte: Secretaria de Educação do DF (SEEDF)

atitudes preventivas, em vez de intervenções. “Se for feito um trabalho anterior ao afastamento com esse profissional, a gente vai conseguir evitar muitos desses afastamentos, porque depois que o transtorno já se instaurou não tem mais o que fazer a não ser afastar esse profissional e fazer um tratamento”, alerta. Como alternativa, ela elenca reuniões mensais com psicólogos para discutir e poder desabafar.

Para Simone, um dos transtornos mais recorrentes é a síndrome de Burnout. “Ela não acontece do dia para noite, é gradativa, a pessoa vai

adormecendo aos poucos ao ponto de chegar à exaustão emocional. Conseguir ser funcional demanda um trabalho preventivo, visando evitar que o adoecimento aconteça”, detalha a doutora. “Claro que tem aspectos pessoais e econômicos, mas aqueles relacionados à profissão podem ser minimizados pelo trabalho preventivo”, afirma.

A subsecretária Ana Paula Aguiar cita que, entre as ações que a pasta oferta para os professores, estão educação financeira — uma vez que questões econômicas também causam instabilidade emocional —, um programa de administração de estresse e práticas para um sono saudável. “A secretaria possibilita, ainda, que os professores escolham anualmente um local próximo de casa para trabalhar”, acrescentou, reforçando que o longo trajeto da casa para escola pode ser um fator de estresse.

A gestora de recursos humanos celebra a criação, em fevereiro de 2023, de um projeto-piloto, o Programa de Acolhimento Psicológico Individual (PAPSI), que atualmente fica na sede da

secretaria, mas deve ser levado para as regionais de ensino. “A pessoa tem sinais de esgotamento e, às vezes, recua em procurar ajuda. Então, criamos um espaço sigiloso para que o servidor tenha esse primeiro atendimento e conversa. Lá, identificamos e fazemos encaminhamento para a Secretaria de Saúde”, descreve Ana Paula. Até agora, 104 servidores da Educação foram atendidos. “Percebemos que, desde o primeiro mês, já tivemos bons efeitos”, defendeu.

A Assessoria Especial pela Paz nas Escolas da SEE-DF é responsável por fazer a interlocução com órgãos como a SEEDF, o Ministério Público (MPDFT) e o grupo de apoio à segurança escolar, visando apresentar ferramentas que possam atender ao estudante e ao profissional de educação que se sentem fragilizados. Nas instituições de ensino, são trabalhadas a mediação de conflitos e feitas rodas de conversas, oficinas e cursos sobre comunicação não violenta e cultura da paz.

Estudantes sadios

Os estudantes também precisam de um olhar cuidadoso quando se trata de saúde mental. De acordo com a SEEDF, existe uma série de ações desenvolvidas pela pasta para garantir o bem-estar psicológico dos alunos da rede pública de ensino. Entre elas, atividades desenvolvidas junto aos professores, como: oficinas, palestras e formações para o trabalho preventivo, ao mesmo tempo em que prepara esses profissionais para o entendimento dos aspectos que envolvem os casos de automutilação, bullying etc.

O Guia de Valorização da Vida visa promover debates e reflexões com os profissionais da Educação acerca de questões emergentes e que têm íntima relação com a escola. “A ideia do documento é orientar os profissionais para além de uma ótica remediativa e punitiva, visando refletir de que forma é possível trabalhar no cotidiano da escola de maneira preventiva, alinhando propostas de ações que contribuam para a formação e para o desenvolvimento integral dos estudantes, famílias e comunidade escolar”, explicou a pasta, em nota. O documento encontra-se disponível no site da SEEDF.

Como braço de apoio importante, há, ainda, o “Fluxo de encaminhamento de estudantes com demandas de saúde mental ou dificuldades no desenvolvimento e aprendizagem”, que é uma parceria da pasta da educação com a da saúde. O objetivo é que o atendimento seja integrado, garantindo a troca de informações entre as pastas. Por meio dessas informações, orientadores educacionais, em parceria com pedagogos e psicólogos escolares do Serviço Especializado de Apoio à Aprendizagem (SEAA), atuam na prevenção, acolhimento, intervenção educacional e acompanhamento das situações relacionadas às violências múltiplas. Nesse sentido, as equipes de apoio favorecem a promoção do desenvolvimento integral dos estudantes, bem como da promoção da cultura de paz junto à comunidade escolar.

A duração do afastamento das salas de aula depende da perícia médica, de forma que, a partir desse atendimento, a escola faz um encaminhamento para o sistema de saúde. No caso dos estudantes, a instituição, muitas vezes, aciona o Conselho Tutelar e a Secretaria de Saúde, visto que há uma interligação entre esses órgãos. “A educação não possui psicólogo clínico, apenas psicólogo para fazer atendimento pedagógico. Por isso, há o encaminhamento”, explicou a chefe da Assessoria Especial pela Paz nas Escolas da SEEDF, Ana Beatriz Goldstein.

*Colaborou Patrick Selvatti



G O M E Z