

ADOECIMENTO E SAÚDE MENTAL NO CONTEXTO DA GESTÃO ESCOLAR

AUTORA:

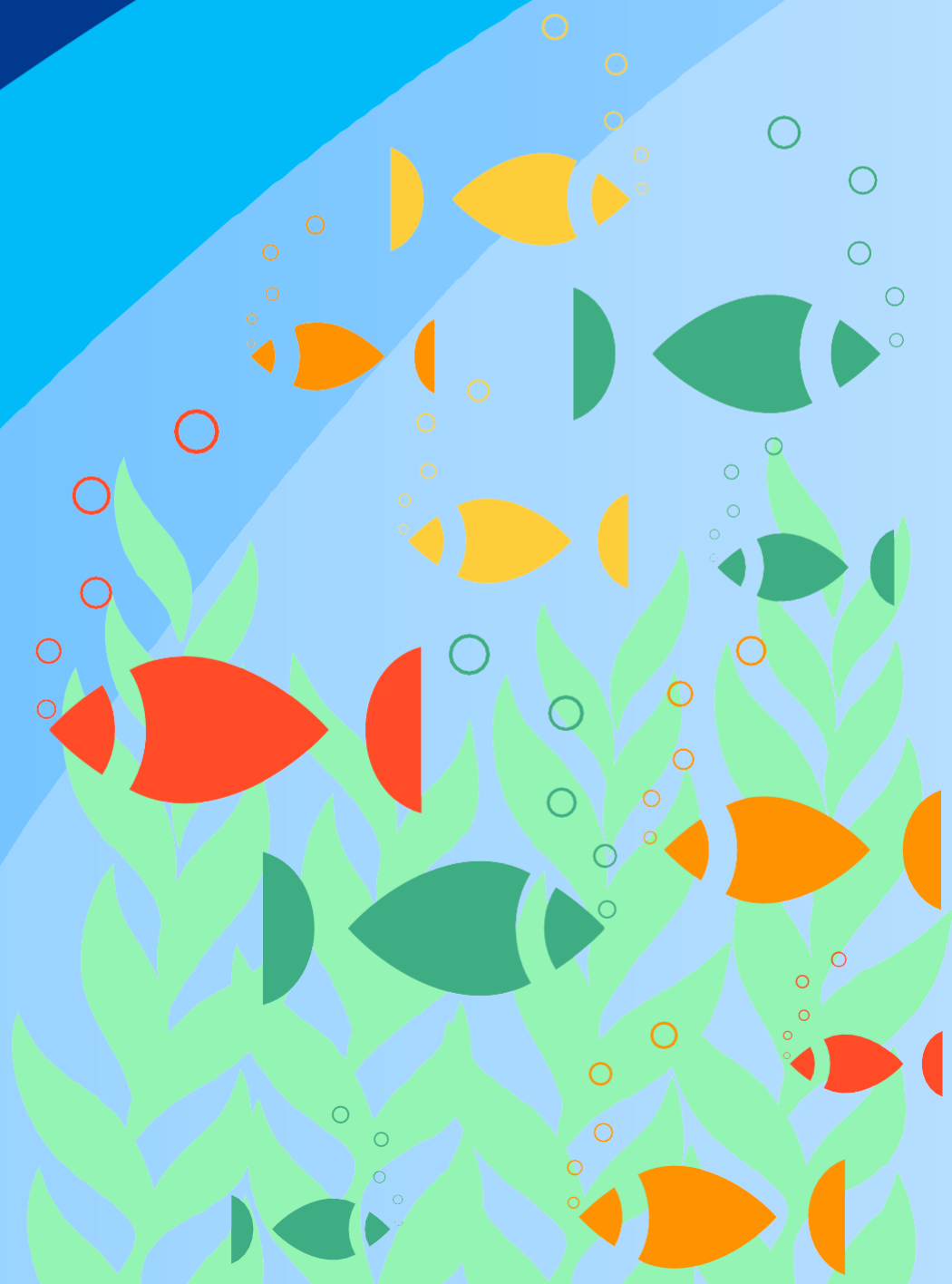
Maria Luiza Zerbini

Psicóloga - Consultora do Instituto Cultiva



instituto
cultiva

CIDADANIA E PARTICIPAÇÃO SOCIAL



SINESP e INSTITUTO CULTIVA



DIRIGENTES DO SINESP - MANDATO 2021-2024

Presidente

Norma Lúcia Andrade dos Santos

Vice-Presidente

João Alberto Rodrigues de Souza

Secretário Geral

Rosana Capputi Borges

Vice-Secretária Geral

Denise Regina da Costa Aguiar

Diretora de Administração Financeira

Dalva de Oliveira Limite

Vice-Diretor de Administração Financeira

Douglas Eduardo Rosa

Diretora para Assuntos de Legislação e Defesa dos Direitos dos Filiados

Egle Prescher Iaconelli

Vice-Diretor para Assuntos de Legislação e Defesa dos Direitos dos Filiados

Emilio Celso de Oliveira

Diretora de Eventos Educacionais

Rosa Maria Pereira de Araújo Correa

Vice-Diretora de Eventos Educacionais

Rui Ferreira da Silva Junior

Diretora Cultural

Alcina Carvalho Hatzlhoffer

Vice-Diretora Cultural

Flordelice Magna Ferreira

Diretor de Imprensa

Christian Silva Martins de Mello Sznick

Vice-Diretora de Imprensa

Márcia Fonseca Simões

Diretora de Políticas Sociais

Maura Maria da Silva

Vice-Diretor de Políticas Sociais

Getúlio Marcio Soares

Diretora de Organização Sindical

Letícia Grisólio Dias

Vice-Diretor de Organização Sindical

Janete Silva de Oliveira

Adoecimento e Saúde Mental

Conselho Fiscal - Titular

Edilene De Fátima Clemente
Patrícia Andreotti Giroldo
Thellma Figueiredo De Souza

Conselho Fiscal - Suplente

Marcia Gargiulo Krause
Regina Cleia Almeida
Sonia Maria Ferrarez Rodrigues

Consultoria: Instituto Cultiva

Presidente: Rudá Ricci
Coordenação EaD: Rita de Cássia Chagas Henriques
www.institutocultiva.com.br



ADOECCIMENTO E SAÚDE MENTAL

ÍNDICE

Introdução	5
O que é Saúde Mental?	6
Saúde do Trabalhador	8
Síndrome de Burnout	10
O Retrato da Rede	11
Considerações Finais	16
Questão se ser respondida pelos cursistas:	16
Referências Bibliográficas	17
Midiateca	18

INTRODUÇÃO

O adoecimento e as questões de saúde mental têm ganhado destaque crescente na sociedade contemporânea, sendo influenciado por diversos fatores, como mudanças socioeconômicas, avanços tecnológicos e eventos globais. Exemplo desses eventos foi a pandemia do COVID-19, que acarretou profundas consequências nas rotinas de trabalho, na saúde e em diversos outros âmbitos na sociedade atual.

O aumento da prevalência de transtornos mentais na sociedade contemporânea é um fenômeno complexo e multifacetado, conforme apontado pelo Ministério da Saúde do Brasil, que destaca que o "conceito de saúde mental transcende o âmbito individual e abrange uma rede de fatores interconectados"¹. Nesse contexto, torna-se crucial compreender algumas dessas facetas desse equilíbrio, explorando desde os fatores que contribuem para a saúde mental até os desafios enfrentados no cenário atual.

A reforma psiquiátrica, implementada a partir da década de 1980, desempenhou um papel fundamental na reconfiguração do tratamento das questões relacionadas à saúde mental no Brasil. Essa transformação propôs substituir o modelo hospitalocêntrico por uma abordagem mais humanizada e integral. Essa reconfiguração visava não apenas tratar os sintomas, mas promover a saúde mental por meio de estratégias que envolvessem atenção básica e a inclusão social dos pacientes.

Uma das mudanças fundamentais foi a ampliação do conceito de saúde, indo além da simples ausência de sintomas físicos para abranger aspectos psicossociais e a qualidade do ambiente de trabalho. A saúde mental não se restringiu mais à abordagem clínica isolada, mas passou a ser entendida como resultado da interação complexa entre o indivíduo e seu contexto, incluindo as condições do ambiente laboral.

Aqui o que se propõe é explorar aspectos cruciais desse cenário, visando destacar a importância da saúde do trabalhador, principalmente dos agentes atuantes na educação. Inicialmente será abordada a definição de saúde mental e o seu vínculo de importância da saúde no ambiente de trabalho e em como o contexto influencia. Além disso, será explorado como a pandemia de COVID-19 influenciou esse cenário e contribuiu para o aumento de doenças relacionadas ao ambiente de trabalho. Com base nessas análises, serão apresentados dados pertinentes ao panorama atual, buscando apresentar aos profissionais de educação a universalidade da vulnerabilidade nesse contexto.

¹ <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-mental>. Acesso: 24/01/2024

Introdução

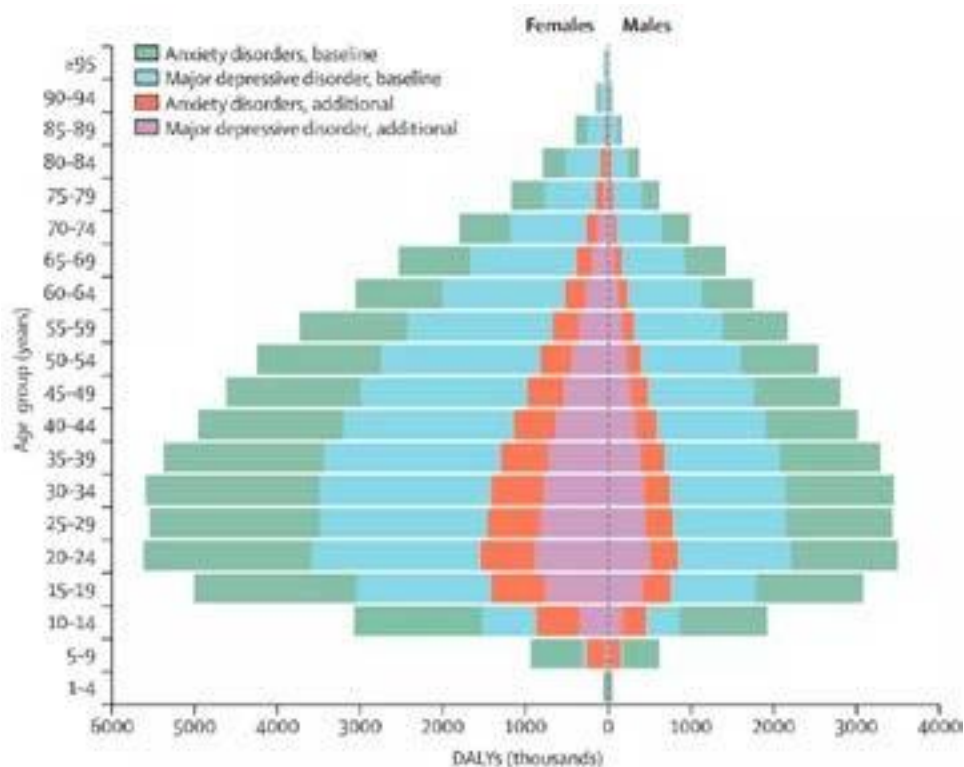
O QUE É SAÚDE MENTAL?

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS) a Saúde Mental pode ser considerada um estado de bem-estar vivido pelo indivíduo, que possibilita o desenvolvimento de suas habilidades pessoais para responder aos desafios da vida e contribuir com a comunidade. É importante ressaltar que saúde mental não se refere apenas à ausência de doenças mentais, mas envolve todo um estado de bem-estar psicológico e social. Inclui a capacidade de lidar com o estresse, de manter relações saudáveis e de realizar atividades cotidianas de forma produtiva e satisfatória.

O equilíbrio pessoal está intimamente conectado a uma variedade de condições essenciais que ultrapassam o âmbito exclusivamente psicológico. Além dos elementos individuais, a saúde mental é influenciada de maneira significativa pelo contexto social. Portanto, é crucial reconhecer que a saúde mental é resultado da interação entre aspectos biológicos, psicológicos e sociais. O acesso aos serviços de saúde mental desempenha um papel fundamental na preservação desse equilíbrio.

A pandemia de COVID-19 trouxe uma série de desafios para a saúde mental mundial, impactando profundamente a população. O isolamento social, a incerteza econômica e a preocupação com a saúde própria e dos entes queridos resultaram em um expressivo aumento nos casos de ansiedade e depressão. Como é possível ver no gráfico abaixo, de um estudo liderado por Damian Santomauro, e publicado no periódico The Lancet, revelou um aumento significativo nos casos de depressão e ansiedade, estimando um crescimento de 28% nos casos de depressão e 26% nos casos de ansiedade em escala global.

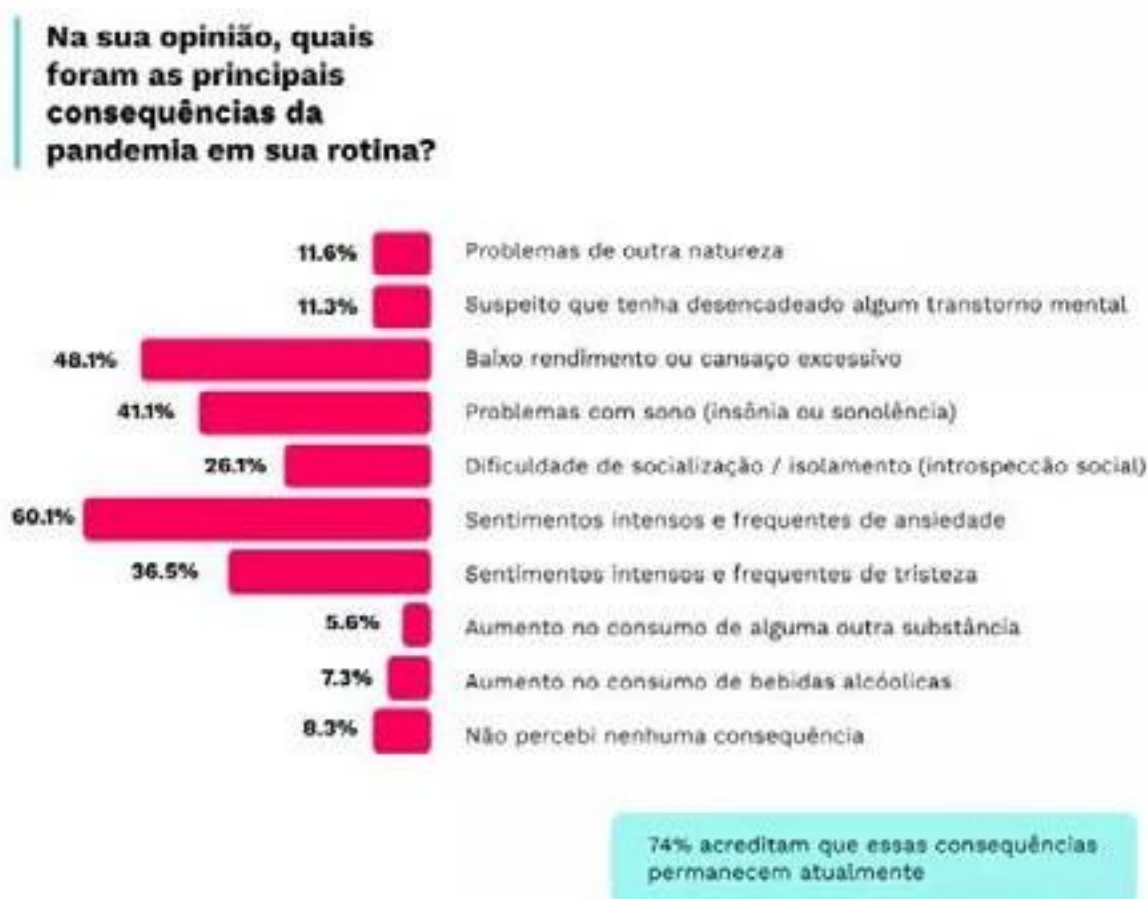
a



SINESP e INSTITUTO CULTIVA

Neste gráfico, as barras em verde e azul representam os dados de ansiedade e depressão, respectivamente, em um contexto sem pandemia, categorizados por faixa etária. Por outro lado, as barras em laranja e roxo indicam o aumento percentual da ansiedade e depressão, respectivamente, em um contexto pandêmico. Observa-se que em todas as faixas etárias, houve um aumento notável nos índices de transtornos mentais durante o período da pandemia. Além disso, a pesquisa identificou que os países mais impactados pela pandemia em 2020 experimentaram os maiores aumentos nos índices de transtornos mentais.

No Brasil, foi realizada a pesquisa “Saúde Mental dos Educadores 2022”², realizada pela Nova Escola em parceria com o Instituto Ame Sua Mente. A pesquisa contou com a participação de mais de 5 mil profissionais entre professores e gestores de todos os estados do país, sendo que mais de 80% profissionais do ensino público. É possível ver no gráfico a seguir as principais consequências da pandemia na saúde do trabalhador.



Esses resultados destacam o impacto substancial da crise de saúde global não apenas na saúde física, mas também na saúde mental da população. E ressaltando a saúde mental do educador no Brasil. Ademais, as restrições implementadas para conter a propagação do vírus alteraram drasticamente as rotinas diárias, alterando principalmente as formas de trabalho e impactando diretamente a estabilidade emocional das pessoas.

² <https://novaescola.org.br/conteudo/21359/pesquisa-revela-que-saude-mental-dos-professores-piorou-em-2022>. Acesso em: 24/01/2024

SAÚDE DO TRABALHADOR

A saúde do trabalhador no Brasil surgiu como uma resposta às transformações sociais e econômicas do país, especialmente durante o período de industrialização no século XX.

Antes desse período as preocupações com a saúde dos trabalhadores estavam, em grande parte, centradas em exames médicos admissionais e demissionais, negligenciando questões mais amplas relacionadas às condições de trabalho e aos impactos na saúde. No entanto, ao longo das últimas décadas, tornou-se evidente a necessidade de uma abordagem mais abrangente que considerasse não apenas as condições de trabalho, mas também os fatores socioeconômicos e psicossociais envolvidos.

A saúde do trabalhador e a saúde mental no Brasil são áreas interconectadas que refletem a complexidade e os desafios enfrentados pelos trabalhadores no contexto do trabalho. A compreensão desses aspectos tem evoluído ao longo do tempo, e torna-se cada vez mais evidente à medida que a sociedade passa por transformações. É notável o aumento do estresse no ambiente de trabalho, pressão por produtividade, as mudanças nas relações de trabalho através das tecnologias disponíveis e, mais recentemente, os desafios impostos pela pandemia do COVID-19.

O Ministério da Saúde, em conjunto com o Sistema Único de Saúde (SUS), tem buscado fortalecer a atenção integral à saúde mental, promovendo ações que vão desde a prevenção até o tratamento especializado. Essas ações visam também integrar a saúde mental nas políticas de saúde do trabalhador. A criação de Centros de Referência em Saúde do Trabalhador (CEREST) no Brasil foi um passo importante nessa direção, oferecendo atendimento especializado que inclui não apenas aspectos físicos, mas também psicossociais relacionados ao trabalho.

Contudo, desafios persistem. Ainda é comum encontrar ambientes de trabalho que não proporcionam condições adequadas para preservar a saúde mental dos trabalhadores. O estigma em torno das questões de saúde mental muitas vezes impede a busca por ajuda, e a falta de conscientização pode contribuir para a persistência de condições prejudiciais ao bem-estar psicológico no ambiente profissional.

As doenças relacionadas à saúde do trabalhador abrangem um amplo espectro de condições que podem ser influenciadas, desencadeadas ou agravadas pelas atividades laborais. Essas enfermidades resultam frequentemente das condições de trabalho, exposição a agentes nocivos e fatores ambientais presentes nos diversos setores profissionais. Dentre as doenças mais comuns e associadas à saúde do trabalhador, destacam-se: Lesões por Esforço Repetitivo (LER) e Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT); Doenças Respiratórias Ocupacionais; Doenças Relacionadas à Exposição a Agentes

SINESP e INSTITUTO CULTIVA

Químicos; Acidentes de Trabalho; e, Distúrbios Psicossociais e Transtornos Mentais; dentre outras.

Ao abordar as doenças laborais relacionadas aos distúrbios psicossociais e mentais é essencial reconhecer a conexão entre as condições de trabalho e a saúde mental dos profissionais. As principais doenças psicossociais associadas ao ambiente de trabalho incluem a Síndrome de Burnout, Depressão, Ansiedade Generalizada, Síndrome do Pânico e Estresse Pós-Traumático. Contudo, é importante notar que, diferentemente da Síndrome de Burnout, essas condições podem manifestar-se fora do contexto laboral. Elas não são exclusivamente vinculadas ao trabalho, destacando a necessidade de diagnóstico por profissionais especializados que compreendam o ambiente e as circunstâncias específicas em que a pessoa está inserida. Essa abordagem mais abrangente é crucial para uma compreensão precisa e eficaz, permitindo intervenções personalizadas e adequadas a cada situação.

Se faz necessário destacar os números anteriormente apresentados que evidenciam o aumento de casos de ansiedade e depressão na população em geral, além do quadro de saúde mental dos educadores no Brasil. Essa análise servirá como uma base para a compreensão mais aprofundada da Síndrome de Burnout, que será discutido detalhadamente nas próximas seções. O objetivo não é apenas contextualizar o ambiente de trabalho como um contribuinte potencial para tais transtornos, mas também destacar a importância de se pensar em estratégias eficazes de intervenção e prevenção diante desse cenário desafiador.

SÍNDROME DE BURNOUT

Em janeiro de 2022 a OMS, por meio da Classificação Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde, em sua 11^a edição (também conhecida como Classificação Internacional de Doenças - CID 11) passou a reconhecer o *burnout* como uma síndrome relacionada ao esgotamento profissional devido ao estresse crônico não administrado adequadamente.

A Síndrome de Burnout, também conhecida por Síndrome do Esgotamento Profissional, é uma manifestação crítica do impacto do trabalho na saúde mental. De acordo com o Ministério da Saúde, é um distúrbio emocional caracterizado por sintomas de exaustão extrema, tanto física quanto mental, decorrentes de ambientes de trabalho desafiadores, marcados por ambientes competitivos ou de responsabilidades intensas. O excesso de carga de trabalho é identificado como a principal causa, mas também é comum em profissionais que lidam com pressão e responsabilidades constantes.

Os sintomas podem iniciar de forma mais leve e podem ser confundidos com outras doenças, como um transtorno de ansiedade, dificultando que as pessoas busquem a ajuda necessária. Quando não identificada e/ou não tratada, esta síndrome pode evoluir para um estado de depressão profunda, por isso se faz necessário buscar suporte profissional assim que identificar alguns sintomas.

De acordo com o Ministério da Saúde, os principais sinais e sintomas são:

Cansaço excessivo, físico e mental; Dor de cabeça frequente; Alterações no apetite; Insônia; Dificuldades de concentração; Sentimentos de fracasso e insegurança; Negatividade constante; Sentimentos de derrota e desesperança; Sentimentos de incompetência; Alterações repentinas de humor; Isolamento; Fadiga; Pressão alta; Dores musculares; Problemas gastrointestinais; Alteração nos batimentos cardíacos;

O diagnóstico da Síndrome de Burnout é realizado por um profissional especializado após uma análise clínica abrangente do paciente. Psiquiatras e psicólogos são os profissionais de saúde mais indicados para identificar esse problema e orientar quanto ao tratamento adequado, personalizado para cada caso. A avaliação clínica inclui a análise de sintomas específicos relacionados ao esgotamento profissional, bem como a consideração de fatores contextuais e ocupacionais que podem contribuir para o desenvolvimento da síndrome. A abordagem interdisciplinar permite uma compreensão mais completa da situação, possibilitando a implementação de estratégias eficazes para lidar com a Síndrome de Burnout.

O RETRATO DA REDE

Após todas as informações sobre saúde mental, saúde do trabalhador e outras consequências relevantes, é crucial direcionar nossa atenção para o Retrato da Rede³, conforme delineado pelo SINESP com assessoria técnica do Instituto Cultiva no ano de 2020. Este retrato foi construído a partir da pesquisa anual na qual 461 Gestores Educacionais da Rede Municipal de Ensino compartilharam suas percepções e experiências. Este olhar mais específico permitirá uma análise mais detalhada das condições e desafios enfrentados na Rede, destacando a importância de considerar as perspectivas dos profissionais envolvidos para uma compreensão mais completa da situação. A análise desses números revela de forma impactante a correlação entre o trabalho e seus efeitos na saúde mental dos trabalhadores.

Nas imagens a seguir, será apresentado o ISEM, Índice SINESP da Educação Municipal, que já constitui uma série histórica de 9 anos. Este indicador compila dados padronizados, variando de 0 a 1, onde zero indica a situação mais desfavorável e um representa a situação mais favorável. A margem de erro da amostra permaneceu consistentemente entre 3% e 5% ao longo de todos esses anos, sendo considerada internacionalmente confiável.



³ <https://www.sinesp.org.br/multimidia/publicacoes-sinesp/category/4-retratos-da-rede>.

Acessado: 24/01/2024

Adoecimento e Saúde Mental

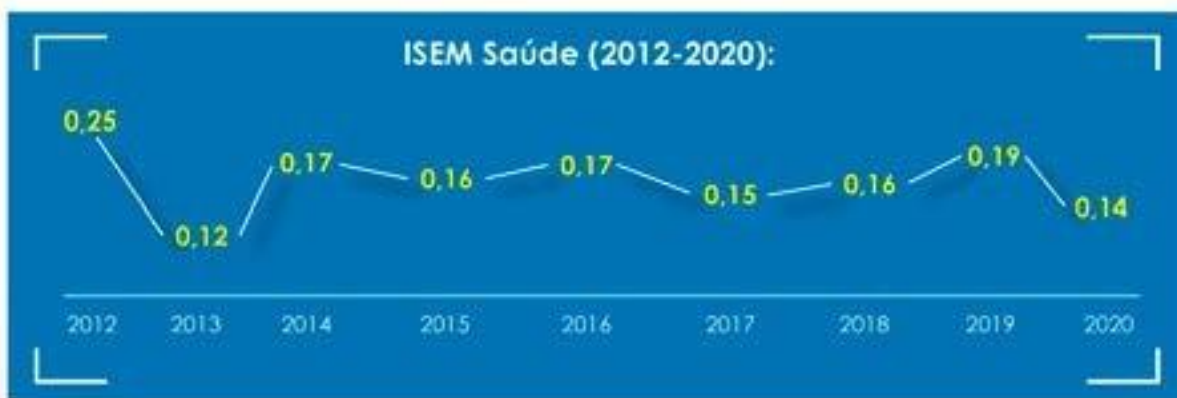
Os mesmos quesitos utilizados para construção do ISEM, vistos por Diretoria Regional de Educação.

ISEM por DRE	2015	2016	2017	2018	2019	2020
BUTANTÃ	0,49	0,47	0,32	0,23	0,24	0,26
CAMPO LIMPO	0,44	0,48	0,24	0,20	0,20	0,19
CAPELA DO SOCORRO	0,42	0,38	0,27	0,20	0,22	0,22
FREGUESIA/BRASILÂNDIA	0,40	0,44	0,25	0,24	0,25	0,25
GUAIANASES	0,33	0,37	0,26	0,23	0,21	0,22
IPIRANGA	0,38	0,45	0,28	0,23	0,24	0,24
ITAQUERA	0,34	0,51	0,29	0,23	0,26	0,22
JAÇANÃ/TREMembÉ	0,40	0,47	0,28	0,26	0,23	0,22
PENHA	0,46	0,43	0,26	0,26	0,25	0,28
PIRITUBA	0,41	0,42	0,29	0,24	0,27	0,23
SANTO AMARO	0,33	0,48	0,25	0,21	0,21	0,21
SÃO MATEUS	0,38	0,47	0,25	0,23	0,25	0,25
SÃO MIGUEL	0,32	0,48	0,28	0,23	0,23	0,26

Nas duas tabelas fornecidas, observa-se que o ISEM atingiu seu ponto mais alto nos últimos 9 anos em 2012, alcançando o valor de 0,33. A partir desse ano, a variação do ISEM tem sido de 0,22 a 0,27, indicando que o quadro se agrava, pois quanto mais próximo de zero, mais desfavorável é a situação.

Na segunda tabela, que detalha os dados por regiões de São Paulo, nota-se uma relativa uniformidade nos números ao longo dos anos, sem grandes variações entre as regiões. Em 2020, a região com o menor índice (0,19) é o Campo Limpo, enquanto a maior (0,28) é a Penha. Importante ressaltar que mesmo o valor mais alto ainda é considerado baixo, indicando uma consistência na rede.

Outro ponto relevante é a subdivisão do ISEM em categorias, tais como Gestão de pessoas, Apoio técnico da SME, Capacitação, Ambiente físico e equipamentos, Saúde e Violência. Entre essas categorias, destaca-se que, em todos os anos analisados, a nota referente à Saúde é consistentemente baixa. A seguir, será apresentada uma análise mais detalhada do segmento do ISEM relacionado à saúde, evidenciando números persistentemente baixos desde 2013.



SINESP e INSTITUTO CULTIVA

Durante esses 9 anos, o índice da Saúde atingiu seu ponto mais alto em 2012, alcançando 0,25, em uma escala de 0 a 1, onde valores próximos a 0 indicam uma situação desfavorável. Esse cenário suscita reflexões sobre as razões por trás desses números persistentemente baixos e a ausência de evolução ao longo do tempo. Vale destacar que os índices de 2019 e 2020 permanecem bastante próximos (0,19 e 0,14, respectivamente), mesmo considerando o início da pandemia do COVID-19 em 2020.

Ao analisar esses baixos índices de Saúde, é possível observar na imagem abaixo a porcentagem de pessoas que declararam ter trabalhado enquanto possuíam sintomas de adoecimento, revelando um crescimento nos últimos quatro anos, conforme apontado pela pesquisa "Retrato da Rede" conduzida pelo SINESP no início de cada ano. Novamente, chama a atenção que não houve uma grande diferença entre os anos de 2019 e 2020, com um aumento de apenas 1,5%. Em 2020, 94,7% dos entrevistados relataram ter trabalhado com febre ou dor, enquanto em 2019 93,2% relataram o mesmo. Esse cenário levanta questionamentos sobre os fatores contidos que podem estar contribuindo para a manutenção desses indicadores e a necessidade de abordagens mais eficazes para promover a saúde no ambiente de trabalho.



No contexto do "Retrato da Rede", destaca-se que 90,24% dos entrevistados expressaram que suas condições de trabalho tiveram um impacto negativo em sua saúde (pg. 11). Como evidenciado no gráfico abaixo, os principais fatores negativos mencionados foram: RH incompleto (17%), Acúmulo de funções (16%) e Burocracia (14%). Esses dados evidenciam que há uma percepção generalizada entre os profissionais de como certos aspectos adversos no ambiente de trabalho podem contribuir de maneira negativa para a saúde.

Adoecimento e Saúde Mental

Gráfico 3 - Fatores negativos na condição de trabalho



RH incompleto (17%)	Espaço inadequado (8%)
Acumulo de funções (16%)	Equipamento insuficientes (6%)
Internet/informática (8%)	Barulho (6%)
Burocracia (14%)	Apoio da SME (10%)
Insegurança (11%)	Outros (4%)

O “Retrato da Rede” destaca a necessidade de atenção não apenas à saúde do trabalhador, mas também ao contexto em que o trabalho está inserido, reconhecendo sua influência significativa na saúde mental. Além disso, o relatório apresenta dados relevantes sobre a infraestrutura e as condições de trabalho dos gestores educacionais, conforme descrito a seguir:

•precisam levar serviço para casa devido à precariedade dos equipamentos de informática	87%
•o apoio da SME e órgãos centrais e intermediários é insatisfatório	88%
•lutam com recorrente falta de recursos humanos nas Unidades Educacionais, principalmente docentes	87%
•os recursos do PTRF recebidos são insuficientes	84%

Os dados apresentados nesta tabela, 87% dos entrevistados relataram a **necessidade** de levar o trabalho para a casa devido à falta de infraestrutura no ambiente de trabalho. Além disso, foram destacados a falta de recursos humanos (87%), a insatisfação com o apoio da Secretaria Municipal de Educação (87%) e a insuficiência de recursos (84%). Essas informações ressaltam desafios significativos enfrentados pelos profissionais, evidenciando a importância de abordagens que visem melhorar as condições de trabalho e promover um ambiente mais favorável à saúde e ao bem-estar.

Esses dados são um alerta aos gestores. Desde 2020, o sindicato já expressava preocupações e iniciava a discussão sobre a Síndrome de Burnout. O gráfico a seguir, ilustra que os sintomas de doença mais relatados pelos entrevistados são os mesmos que o Ministério da Saúde aponta como sinais de alerta para a Síndrome de Burnout. Esses sintomas incluem Fadiga/Cansaço (16%), Dores de Cabeça (15%) e Ansiedade (14%).

Adoecimento e Saúde Mental



Os dados extraídos do “Retrato da Rede” revelam a extrema importância de uma abordagem mais cuidadosa em relação à saúde do trabalhador. Além dos esforços para aprimorar o ambiente e a estrutura de trabalho, buscando não apenas a eficiência na execução das tarefas, mas também o bem-estar dos trabalhadores. Essa perspectiva destaca que, para alcançar uma educação de qualidade, é imprescindível que os profissionais estejam em boa saúde, ressaltando a interdependência entre o ambiente laboral saudável e o desempenho eficaz no campo educacional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A promoção da saúde mental, reconhecida como um componente essencial do bem-estar humano, exige uma abordagem abrangente. A compreensão aprofundada dos desafios específicos em diversos contextos, associada a políticas públicas eficazes, práticas organizacionais inclusivas e à educação da população, desempenha papel fundamental na superação dos dilemas contemporâneos. A necessidade de aprofundar no tópico da saúde do trabalhador, o "cuidar de quem cuida", torna-se evidente. A saúde do trabalhador está intrinsecamente ligada à saúde mental, pois a saúde física não é suficiente se o ambiente laboral não for favorável. Isso pode ser um fator decisivo no desenvolvimento de distúrbios psicossociais, como a Síndrome de Burnout, conforme destacado pelo Ministério da Saúde. As informações fornecidas pelo Retrato da Rede revelam que houve pouca diferença entre 2019 e 2020, evidenciando que a pandemia do COVID-19 apenas acentuou um problema já existente.

Torna-se cada vez mais necessário ampliar e fortalecer as políticas públicas de saúde já existentes, especialmente aquelas direcionadas à saúde do trabalhador. Ao aprofundar na análise de diversos tópicos, desde a definição de saúde mental até a prevenção da síndrome de burnout, é possível desenvolver abordagens mais eficazes. Seguindo a orientação do Ministério da Saúde, a promoção da saúde mental é um compromisso de toda a sociedade, traduzido em políticas públicas e práticas cotidianas.



QUESTÃO A SER RESPONDIDA PELOS CURSISTAS:

Considerando a abordagem do texto sobre saúde mental, adoecimento e a relação com o ambiente de trabalho, além dos dados apresentados sobre adoecimento e condições de trabalho (Retrato da Rede,) como promover a formulação de estratégias mais eficazes para lidar com os impactos na saúde mental dos trabalhadores da educação na rede pública municipal, considerando os desafios revelados pela pesquisa?

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL, 2023. PORTARIA nº 1187, DE 27 DE DEZEMBRO 2023. Define o cadastramento dos Centros de Referência em Saúde do Trabalhador no Cadastro Nacional de Estabelecimentos de Saúde (CNES), inclui e altera procedimentos na Tabela de Procedimentos, Medicamentos, Órteses, Próteses e Materiais Especiais do SUS. Disponível em: <https://www.in.gov.br/web/dou/-/portaria-n-1187-de-27-de-dezembro-de-2023-534986286> Acesso em 24 jan. 2024

Carlotto, M. S. (2002). A Síndrome de Burnout e o Trabalho Docente. Psicologia em Estudo, Maringá, v7(1), 21-29. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/hfg8JKIYFpgCNgqLHS3ppm/?format=pdf&lang=pt> Acesso em 20 jan. 2024

Ministério da Saúde do Brasil. (s.d.). Síndrome de Burnout. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/sindrome-de-burnout> Acesso em 24 jan. 2024

Ministério da Saúde do Brasil. (s.d.). Saúde Mental. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-mental> Acesso em 24 jan. 2024

Ministério da Saúde do Brasil. (s.d.). Saúde do Trabalhador. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/svsa/saude-do-trabalhador> Acesso em 24 jan. 2024

Moreira, D. Z., & Rodrigues, M. B. (2018). Saúde Mental e trabalho docente: uma revisão integrativa. Estud. psicol. (Natal) vol.23 no.3 Natal jul./set. 2018 Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2018000300004 Acesso em 24 jan. 2024

Nova Escola. (s.d.). Pesquisa revela que saúde mental dos professores piorou em 2022. Disponível em: <https://novaescola.org.br/conteudo/21359/pesquisa-revela-que-saude-mental-dos-professores-piorou-em-2022> Acesso em 20 jan. 2024

Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS). (2022). Pandemia COVID-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão. Disponível em: [https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em#:~:text=2%20de%20mar%C3%A7o%20de%202022,Mundial%20da%20Sa%C3%BAde%20\(OMS\)](https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em#:~:text=2%20de%20mar%C3%A7o%20de%202022,Mundial%20da%20Sa%C3%BAde%20(OMS)) Acesso em 24 jan. 2024

Santomauro, D. F., Herrera, A. M. M., Shadid, J., Zheng, P., Ashbaugh, C., Pigott, D. M., & Global Burden of Disease Study 2019 Mental Disorders Collaborators. (2021). Global prevalence and burden of depressive and anxiety disorders in 204 countries and territories in 2020 due to the COVID-19 pandemic. *The Lancet*, 398(10312), 1700–1712. Disponível em: [https://www.thelancet.com/article/S0140-6736\(21\)02143-7/fulltext](https://www.thelancet.com/article/S0140-6736(21)02143-7/fulltext) Acesso em 24 jan. 2024

Tostes, M. V., Albuquerque, G. S. C. de ., Silva, M. J. de S. e ., & Petterle, R. R.. (2018). Sofrimento mental de professores do ensino público. *Saúde Em Debate*, 42(116), 87-99. <https://doi.org/10.1590/0103-1104201811607> Acesso em 20 jan. 2024

Vasconcelos, Amanda de e Faria, José Henrique de. Saúde mental no trabalho: contradições e limites. *Psicologia & Sociedade* [online]. 2008, v. 20, n. 3 [Acessado 18 Janeiro 2024], pp. 453-464. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0102-71822008000300016>>. Epub 17 Fev 2009. ISSN 1807-0310. <https://doi.org/10.1590/S0102-71822008000300016>. Acesso em 18 jan 2024

MIDIATECA

Artigos/ textos / Periódicos on line

MATÉRIAS:

1- “Por que a pandemia afeta mais profissionais de saúde negras” <https://www.nexojornal.com.br/expresso/2020/12/20/Por-que-a-pandemia-afeta-mais-profissionais-de-sa%C3%BAde-negras> Acesso 26 Jan 2024

2- “Sofrimento psíquico no ambiente de trabalho: pesquisadoras apontam situação epidêmica na Saúde Mental no Brasil” <https://conselho.saude.gov.br/ultimas-noticias-cns/3001-sofrimento-psiquico-no-ambiente-de-trabalho-pesquisadoras-apontam-situacao-epidmica-na-saude-mental-no-brasil> Acesso 26 Jan 2024

3- <https://outraspalavras.net/outrasaude/depressao-e-ansiedade-no-declinio-da-pandemia/> Acesso 26 Jan 2024

4- “Síndrome de Burnout: aprenda a preveni-la no ambiente de trabalho” <https://online.pucrs.br/blog/sindrome-burnout> Acesso 26 Jan 2024

5- “OMS destaca necessidade urgente de transformar saúde mental” <https://www.paho.org/pt/noticias/17-6-2022-oms-destaca-necessidade-urgente-transformar-saude-mental-e-atencao> Acesso 26 Jan 2024

ARTIGOS:

1- Garrido, R. G., Rodrigues, R. C. (2020). Restrição de contato social e saúde mental na pandemia: possíveis impactos das condicionantes sociais. *Journal of Health & Biological Sciences*, 8(3), 238–245. Disponível em: <https://periodicos.unichristus.edu.br/jhbs/article/view/3325>. Acesso em: 26 jan. 24

2-Barros, J. de O., Daldon, M. T. B., Otsuka, S. T., & Lancman, S.. (2023). Saúde do trabalhador e Atenção Básica à Saúde: interlocuções e perspectivas de cuidado integrado no processo saúde-trabalho-doença. *Interface – Comunicação, Saúde, Educação*, 27, e230195. <https://doi.org/10.1590/interface.230195> Acesso em: 26 jan. 24

3- Garbin, A. D. C., & Pintor, E. A. da S. (2019). Estratégias de intra e intersectorialidade para transversalizar a saúde do trabalhador em todos os níveis de atenção à saúde. *Revista Brasileira De Saúde Ocupacional*, 44, e18. <https://doi.org/10.1590/2317-6369000030118> Acesso em: 26 jan. 24

PODCASTS:

1- “Saúde mental dos professores” – Disponível em: <https://www.amesuamente.org.br/podcasts/episodio-22-saude-mental-dos-professores/> Acesso em: 26 jan 24

2- “O que é ansiedade?” – Disponível em: <https://www.amesuamente.org.br/podcasts/3a-temporada-episodio-26-o-que-e-ansiedade/> Acesso em: 26 jan 24

FILME:

“Nise: O Coração da Loucura”

Sinopse: Ao sair da prisão, a doutora Nise da Silveira volta aos trabalhos num hospital psiquiátrico no subúrbio do Rio de Janeiro e se recusa a empregar o eletrochoque e a lobotomia no tratamento dos esquizofrênicos. Isolada pelos médicos, resta a ela assumir o abandonado Setor de Terapia Ocupacional, onde dá início a uma revolução regida por amor, arte e loucura.

Link: <https://youtu.be/-m4F6HA1gyE?si=jDjiKgFUNDkb8rxb> – Acesso em 26 jan 2024



SINDICATO DOS ESPECIALISTAS DE EDUCAÇÃO
DO ENSINO PÚBLICO MUNICIPAL DE SÃO PAULO
INDEPENDÊNCIA, LUTA E INOVAÇÃO

