



Depressão em professores do Ensino Fundamental: fatores de adoecimento e estratégias de enfrentamento¹

Marcelo Pedro Marinho

Universidade Católica de Brasília – UCB, Brasil

Alessandra Rocha de Albuquerque

Universidade Católica de Brasília – UCB, Brasil

RESUMO

Objetivo: Descrever os fatores relacionados ao trabalho que professores, com depressão, atribuem ao seu processo de adoecimento e estratégias de enfrentamento adotadas. **Método:** 12 professores do Ensino Fundamental de escolas públicas do município de Vilhena, com a história de afastamento do trabalho por diagnóstico de depressão, responderam um questionário online. Foi realizada, também, a análise de dados históricos de afastamento de professores no banco de dados da Secretária Municipal de Educação. **Resultados:** Houve o aumento de 75% no número de afastamentos por depressão de 2020 para 2021. Os principais fatores relacionados ao adoecimento foram: falta de equipamentos e recursos pedagógicos (58,3%) e excesso de carga de trabalho (41,7%). A psicoterapia foi a estratégia de enfrentamento mais utilizada pelos participantes (91,7%). **Conclusão:** O aumento nos afastamentos por depressão em 2021 pode estar relacionado ao agravamento da pandemia da Covid 19 e o uso prolongado do ensino remoto e desafios inerentes a este cenário.

PALAVRAS-CHAVE: comportamento depressivo; análise do comportamento; professor; enfrentamento da depressão.

DEPRESSION IN ELEMENTARY SCHOOL TEACHERS: DISEASE FACTORS AND COPING STRATEGIES

ABSTRACT

Objective: To describe the work-related factors that teachers with depression attribute to their illness process and the coping strategies adopted. **Method:** Twelve elementary school teachers from public schools in the city of Vilhena, with a history of absence from work due to a diagnosis of depression, answered an online questionnaire. Historical data on teacher absences in the database of the Municipal Department of Education was also analyzed. **Results:** There was a 75% increase in the number of absences due to depression from 2020 to 2021. The main factors related to illness were: lack of equipment and pedagogical resources (58.3%) and excessive workload (41.7%). **Psychotherapy** was the most used coping strategy by the

¹ Este artigo é derivado da dissertação de mestrado: MARINHO, M. P. **Depressão em professores: um estudo sobre fatores de adoecimento e estratégias de enfrentamento.** 2022. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Psicologia, Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2022.

participants (91.7%). Conclusion: The increase in absences due to depression in 2021 may be related to the worsening of the Covid-19 pandemic and the prolonged use of remote teaching and challenges inherent to this scenario.

KEY WORDS: depressive behavior; behavior analysis; teacher; coping with depression.

DEPRESIÓN EN PROFESORES DE ESCUELA PRIMARIA: FACTORES DE ENFERMEDAD Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

RESUMEN

Objetivo: Describir los factores laborales que los docentes con depresión atribuyen a su proceso de enfermedad y adoptaron estrategias de afrontamiento. Método: 12 profesores de educación básica de escuelas públicas de la ciudad de Vilhena, con antecedentes de ausentismo laboral por diagnóstico de depresión, respondieron un cuestionario en línea. También se realizó un análisis de datos históricos de ausencias docentes en la base de datos del Departamento Municipal de Educación. Resultados: Hubo un aumento del 75% en el número de bajas laborales por depresión de 2020 a 2021. Los principales factores relacionados con la enfermedad fueron: falta de equipamiento y recursos docentes (58,3%) y carga de trabajo excesiva (41,7%). La psicoterapia fue la estrategia de afrontamiento más utilizada por los participantes (91,7%). Conclusión: El aumento de las ausencias por depresión en 2021 puede estar relacionado con el agravamiento de la pandemia de Covid 19 y el uso prolongado de la enseñanza remota y los desafíos inherentes a este escenario.

PALABRAS-CLAVE: Comportamiento Depresivo. Análisis de conducta. Maestro. Cómo afrontar la depresión.

1 INTRODUÇÃO

Muito se tem discutido a respeito dos fatores relacionados ao aumento da depressão em diversos grupos sociais na atualidade. Segundo os dados da Organização Mundial de Saúde (OMS, 2000), o número de casos de depressão entre 2005 e 2015 aumentou em 18%, alcançando um patamar de 322 milhões de pessoas na esfera global. De acordo com dados da Organização Pan-Americana da Saúde/OMS (OPAS/OMS, 2018), estima-se que o número de pessoas com depressão também supere o de pessoas com outros transtornos mentais, sendo que a estimativa de desordens mentais não fatais registradas na esfera global é de 30%. Neste cenário, o transtorno depressivo apresenta 17% de prevalência na população mundial. Estudos recentes indicam, ainda, a prevalência entre 10 e 25% de transtorno depressivo maior em mulheres e entre 5 e 12% nos homens (Gonçalves *et al.*, 2018). Estes números posicionam a depressão como a segunda doença mais incapacitante para o trabalho em todo o mundo no ano de 2020, atrás apenas da doença de coronária isquêmica (Lima; Leite, 2017; OMS, 2000).

No Brasil, a depressão lidera o *ranking* dos transtornos mentais acometendo 5,8% da população (Gonçalves *et al.*, 2018). Dentre os grupos sociais acometidos pela depressão no

país, encontra-se o dos profissionais da educação (Carlotto *et al.*, 2019), público-alvo do estudo. Estes profissionais interagem com um grande e diverso número de pessoas e prestam serviços a uma vasta parcela da sociedade, desde os estágios iniciais do ensino, na educação infantil, até os estágios finais, na pós-graduação. Deste modo, recai sobre estes profissionais responsabilidade social na formação básica, técnica e/ou científica de estudantes.

A vida diária com públicos diversos e suas demandas, a expectativa por resultados educacionais e os desafios sociais (por exemplo, alunos em situação de vulnerabilidade e com déficits educacionais) e econômicos (por exemplo, baixa remuneração, estudantes em situação de vulnerabilidade econômica) com os quais os professores se deparam podem impactar na saúde mental destes profissionais. Tal impacto pode se manifestar de diversas formas, tais como: absenteísmo, presenteísmo, irritabilidade, desmotivação, déficits de memória, fadiga crônica, isolamento social, queda no desempenho profissional, dificuldades de adaptação, ideiação de abandono da carreira e sintomas físicos (por exemplo, cefaleias, distúrbios gastrointestinais, alterações no padrão de sono) que interferem diretamente no exercício de suas funções (Diehl; Marin, 2016; Silva *et al.*, 2017).

Da Silva e de Carvalho (2016) apontam que a profissão docente tem sofrido alterações que resultam na precarização das condições de trabalho e relacionam estas alterações à ocorrência de distúrbios emocionais, incluindo a depressão, entre esses profissionais. Esse fenômeno se manifesta mediante diversos fatores interconectados (por exemplo, transformações nas demandas profissionais, deterioração das relações laborais, ambiente de trabalho coercitivo, sobrecarga de atividades). Tais elementos contribuem para a criação de um cenário propício ao desenvolvimento de transtornos mentais, resultando em um aumento nos casos de incapacitação para o trabalho e diagnósticos de depressão entre os docentes (por exemplo, aumento de licenças médicas por razões psiquiátricas, crescimento nas prescrições de antidepressivos, aposentadorias precoces devido a problemas de saúde mental).

Análises semelhantes são apresentadas por Costa e Silva (2019); em um estudo com professores do Ensino Infantil e Fundamental foi evidenciada a relação de diversos fatores relacionados a mudanças nas condições de trabalho (por exemplo, sobrecarga de atividades, falta de autonomia no trabalho, condições laborais inadequadas, baixa percepção de bem-estar no trabalho) e o adoecimento mental de professores. Com base nestes resultados, os autores apontaram a docência como “uma profissão de risco e, em decorrência, com maior probabilidade de adoecimento e afastamento” (Costa; Silva, 2019, p. 3).

Em outro estudo sobre sofrimento psíquico no contexto da docência, realizado com professores do Ensino Fundamental em Fortaleza (Ceará), foram identificados três conjuntos de fatores laborais relacionados ao adoecimento destes profissionais: ambientais, institucionais

e sociais/interpessoais. Nestes três conjuntos de fatores, as principais variáveis apontadas pelos professores foram: extensas jornadas de trabalho, ambientes inadequados, agressividade dos alunos, individualismo entre os próprios professores, precariedade estrutural nas escolas e cobranças abusivas das instituições (Brasil *et al.*, 2016).

Os estudos descritos, que abordaram a depressão entre professores relacionando-a às condições de trabalho e mudanças constantes das exigências que recaem sobre o professor, foram realizados em período anterior à pandemia. É sabido que os anos de 2020 e 2021, que correspondem ao período crítico da pandemia por Covid-19 no mundo, foram marcados por mudanças abruptas na rotina das pessoas em geral e nas exigências que recaíram sobre diferentes categorias profissionais. Acredita-se, contudo, que profissionais das áreas de saúde e educação, áreas consideradas essenciais, tiveram que se readaptar prontamente às exigências impostas pela pandemia, o que gerou sobrecarga e, possivelmente, adoecimento.

A definição de depressão do Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais - DSM-V (APA, 2014) e da Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde - CID-10 (OPAS/OMS, 2011) baseia-se no modelo médico de doença mental e, como tal, é nomotética. Conforme o DSM-V, a depressão é um transtorno do humor com características de diversas categorias diagnósticas, como, por exemplo, a alteração do humor ou do afeto e o desânimo acentuado. Outra definição utilizada na literatura médica é a da CID-10 onde, com base no número e na gravidade dos sintomas, o episódio depressivo é classificado em três graus: leve, moderado ou grave.

Na psicologia, a depressão pode ser explicada de diferentes formas a partir de diferentes perspectivas teóricas. A abordagem psicológica da Análise do Comportamento define depressão como um repertório comportamental que deve ser compreendido a partir de uma perspectiva biopsicossocial (Borges; Cassas, 2012). Deste modo, o conjunto de comportamentos típicos da depressão deve ser funcionalmente analisado, buscando identificar eventos antecedentes e consequentes que o mantém (Sdoukos; Kirchner; Cavalheiro, 2019).

Nesta perspectiva, a depressão é compreendida como um “fenômeno comportamental (...) selecionado ao longo da história de interação entre as respostas emitidas pelo indivíduo e os efeitos ambientais delas decorrentes” (Borges; Cassas, 2012, p. 99); este processo envolve três níveis de seleção: filogenético (compreendendo a história da espécie); ontogenético (contexto histórico do indivíduo) e cultural (historicidade das relações socioculturais) (Bolsoni-Silva; Bitondi; Marturano, 2008). Decorre desta premissa que para compreender o comportamento depressivo e as variáveis que o afetam, deve-se identificar a função deste comportamento, de maneira idiossincrática, dentro do contexto no qual o indivíduo está inserido. Dessa forma, o modelo diagnóstico da Análise do Comportamento é ideográfico e

pressupõe a análise da depressão como um repertório comportamental, que está inserido em um contexto e produz consequências que o afetam.

Ao analisar a depressão a partir desta perspectiva, Dougher e Hackbert (2003) identificam princípios comportamentais relacionando-os aos comportamentos que caracterizam o quadro. Deste modo, déficits comportamentais, afetivos e cognitivos, comuns na depressão, são explicados a partir da: baixa densidade de reforço, particularmente social; ausência de reforço (exposição a ambientes sociais não-responsivos); exposição a ambientes punitivos, especialmente aqueles com pouca possibilidade de se escapar da punição e reforço de comportamentos frequentes na depressão, como choro e lamúria. Apesar de destacarem princípios gerais relacionados à depressão, os autores enfatizam que “qualquer tentativa de explicação do comportamento depressivo de um indivíduo em particular, obviamente, requer uma análise funcional do comportamento desse indivíduo em relação com os contextos específicos nos quais ele ocorre” (Dougher; Hackbert, 2003, p. 169).

Ao se investigar a depressão em professores com base nesta perspectiva teórica, portanto, deve-se considerar as particularidades do contexto laboral deste profissional que podem contribuir para a instalação e manutenção deste quadro. O presente estudo tem por objetivo descrever os índices de afastamento por depressão entre professores da rede municipal de ensino do município de Vilhena/RO e os fatores relacionados ao trabalho que professores, afastados com diagnóstico clínico de depressão, atribuem ao seu processo de adoecimento, além de apontar as estratégias de enfrentamento da depressão utilizadas por estes professores.

2 MÉTODO

2.1 Participantes

Participaram do estudo 12 professores efetivos da rede municipal de educação de Vilhena, Rondônia, os quais tiveram Licença para Tratamento de Saúde (LTS) concedida por motivo de depressão, entre janeiro de 2016 e dezembro de 2021. Esses docentes poderiam estar afastados ou trabalhando no momento da pesquisa, desde que, nos últimos cinco anos, tivessem se afastado do trabalho, pelo menos uma vez, em decorrência do diagnóstico de depressão.

Os participantes foram incluídos na pesquisa a partir da ampla divulgação e convite nas escolas para participar do estudo. Quando responderam a este convite, aqueles que se comprometeram a participar, autodeclararam as condições dos critérios de inclusão. Dessa forma, este estudo contou com uma amostra de conveniência, composta por professores do quadro efetivo do município ($N = 327$), que se licenciaram por depressão no período citado.

Além de se autodeclararem com depressão, os participantes foram incluídos no estudo a partir dos seguintes critérios: ter sido concursado para o cargo há mais de cinco anos e ter atuado ou estar atuando no ensino fundamental. Os critérios de exclusão foram: professores contratados temporariamente, aposentados, readaptados em período anterior a janeiro de 2016 e profissionais que atuam em creches municipais (educação infantil).

A Tabela 1 sintetiza as características da amostra composta, predominantemente, por pessoas do sexo feminino (91,7%), casadas (75%), brancas (50%), formadas em pedagogia (75%), com jornada semanal de trabalho de 40 horas. Além disso, a idade média era de 42 anos ($DP = 4,24$) e tempo médio de atuação como professor de 17,8 anos ($DP = 6,43$).

Tabela 1 – Perfil da amostra

Variável	Dados	<i>n</i>	%
Sexo	Feminino	11	91,70
	Masculino	1	8,34
Estado Civil	Casado(a)	9	75,00
	Viúvo(a)	1	8,30
	União Estável	2	16,70
Formação Acadêmica	Letras	2	16,70
	Química	1	8,30
	Pedagogia	9	75,00
Jornada semanal de trabalho	40 horas	10	83,30
	60 horas	2	16,70

Fonte: Adaptações descritivas realizadas pelo autor, 2022.

2.2 Contexto

A pesquisa foi desenvolvida na rede municipal de educação de Vilhena, Rondônia, a qual é composta por 59 escolas (Brasil, 2020), sendo uma federal, 15 estaduais, 13 particulares e 30 municipais. Dentre as escolas da rede municipal, 20 atendem ao segmento de interesse do estudo (primeiro segmento do Ensino Fundamental).

2.3 Instrumentos

Foram utilizados dois instrumentos: uma planilha e um questionário. A planilha foi utilizada para sistematizar informações do banco de dados² da Junta médica (Secretaria de

² O pesquisador não teve acesso direto ao banco de dados. Foram fornecidas pela junta médica as informações de saúde e trabalho de todos os professores afastados por depressão no período compreendido entre janeiro de 2016 e dezembro de 2021, excluídas as informações que permitiam a identificação dos professores (por exemplo, nome, endereço, escola de lotação).

Saúde do município de Vilhena), entre os anos de 2020 e 2021. Nesta planilha constavam as seguintes informações: 1. número de professores que tiveram LTS; 2. número de professores afastados por depressão, por segmento educacional do município; 3. total de professores que integravam o quadro de servidores no período de realização do estudo; 4. total de professores efetivos (Brasil, 2020).

O *questionário*, adaptado de um instrumento desenvolvido por Birolim *et al.* (2017), era composto de 29 questões, três abertas e 26 fechadas, organizadas em quatro eixos: perfil sociodemográfico; informações laborais; informações de saúde e estratégias de enfrentamento. No eixo *Perfil Sociodemográfico* foram levantadas informações sobre: sexo, estado civil, faixa etária, formação pedagógica, cor/raça e naturalidade. Nas questões relativas às *Informações Laborais* foram coletadas informações sobre: série de atuação principal (com mais de 2 anos), tempo de atuação como docente (1 a 10 anos, 11 a 20 anos e 21 a 30 anos), rotina de trabalho (jornada horas/semanal), nível de satisfação em trabalhar no segmento educacional. O eixo *Informações de Saúde* enfocou o levantamento de dados relativos ao histórico de saúde e da depressão, tais como: possíveis fatores relacionados ao trabalho que contribuíram para o desenvolvimento da depressão, tempo (em anos) de exposição a estes fatores, localização temporal (antes ou durante a pandemia) do episódio de depressão que resultou no afastamento, outras LTS por motivo diferente da depressão. Por fim, as questões voltadas para as *Estratégias de Enfrentamento Utilizadas e Efetividade delas* buscaram informações sobre: tratamentos realizados com foco na depressão (psicológico, médico), tempo de duração do tratamento, instituição que prestou tratamento (pública ou privada), nível de satisfação com o tratamento.

2.4 Procedimento

O projeto foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Católica de Brasília (CEP/UCB), protocolo 5.143.489. Inicialmente foram coletadas as informações sobre LTS, no período entre janeiro de 2016 e dezembro de 2021, de professores da rede municipal de ensino de Vilhena junto à Secretaria Municipal de Educação e Departamento da junta médica municipal. Posteriormente foi realizado contato com todas as escolas de Ensino Fundamental (1º. ao 5º. Ano) do município para apresentar o estudo e solicitar auxílio na divulgação do convite para participar do mesmo. Por fim, a partir da resposta ao convite, foi enviado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e questionário para os professores que indicaram disponibilidade para participar.

Os dois instrumentos (TCLE e questionário) foram enviados aos professores em formato de formulário eletrônico (em conformidade com a Carta Circular nº 1/2021-CONEP/SECNS/MS). A escolha por este formato se deu em decorrência das restrições sanitárias impostas pela pandemia do Covid 19, em curso no período de realização do estudo, bem como para assegurar a confidencialidade das informações obtidas, com a submissão das respostas ao questionário de forma anônima.

3 RESULTADOS

Os dados foram analisados quantitativamente com o uso do programa SPSS/IBM³ (*Statistical Package for the Social Sciences/International Business Machines Corporation*), versão 28. Os dados levantados junto à Secretaria Municipal de Educação e Departamento da junta médica municipal evidenciaram o afastamento de 24 professores, no período compreendido entre 2020 e 2021, sendo que 11 destes por depressão. A Tabela 2 apresenta o número de professores afastados, por ano (2020 e 2021), diagnósticos que justificaram o afastamento (CID) e tempo de afastamento destes 11 professores. O número de professores em LTS com depressão aumentou 75% no ano de 2021 ($n = 7$), comparativamente a 2020 ($n = 4$). Dos 11 professores afastados, seis (2 em 2020 e 6 em 2021) apresentaram diagnósticos de depressão com comorbidades e estes permaneceram afastados do trabalho por um período superior ($M = 5,96$ meses; $M = 6,00$ meses em 2020 e $M = 5,92$ em 2021) aos professores com diagnóstico exclusivo de depressão ($M = 1,04$ meses; $M = 1,75$ em 2020 e $M = 0,33$ em 2021).

Tabela 2 – Quantitativo de professores da rede municipal de educação de Vilhena/RO afastados com depressão, no período de 2020 a 2021

Ano	Apresentou mais de um CID-10?	Qual(is) os CID-10 apresentado(s)?	Quantidade de professores (n)	Tempo Médio (M) de afastamento (meses)
2020	Não	-	2	1,75
2020	Sim	F41.1; F43.2	2	6,0
2021	Não	-	1	0,33
2021	Sim	F33; F41; F41.1; F43.2	6	5,92

Fonte: Prefeitura municipal de Vilhena/RO, adaptações descritivas realizadas pelo autor, 2022.

As Tabelas 3 a 6 apresentam os dados levantados por meio do questionário. A Tabela 3 sintetiza as respostas dos 12 participantes às questões do eixo *Informações de Saúde* do

³ O pacote estatístico SPSS é uma ferramenta para análise de dados utilizando técnicas estatísticas básicas e avançadas da empresa IBM.

questionário. Observou-se maior número de professores em LTS em decorrência de depressão nos anos de 2016 ($n = 5$) e 2017 ($n = 3$), totalizando 66,7% dos respondentes. Metade dos participantes apresentou mais de um episódio de depressão e apenas dois participantes (16,7%) apresentaram outros problemas de saúde (hipertireoidismo/diabetes e ansiedade), paralelamente à depressão, que justificaram a LTS.

Tabela 3 – Análise descritiva de informações de saúde dos participantes ($n = 12$)

Variável	Dados	n	%
Último episódio de depressão	Ano de 2016	5	41,70
	Ano de 2017	3	25,00
	Ano de 2018	0	
	Ano de 2019	2	16,70
	Ano de 2020*	1	8,30
	Ano de 2021*	1	8,30
Se teve mais de um episódio de depressão	Sim	6	50,00
	Não	6	50,00
LTS por outro motivo	Sim	2	16,70
	Não	10	83,30
Relacionam outro motivo à depressão	Sim	2	16,70
	Não	10	83,30
Outros problemas de saúde	Hipertireoidismo, diabetes	1	8,30
	Ansiedade	1	8,30
	Não se aplica	10	83,30

Fonte: Adaptações descritivas realizadas pelo autor, 2022.

Nota. *Período correspondente à pandemia da COVID-19.

A Tabela 4 apresenta as estratégias de enfrentamento da depressão utilizadas pelos participantes. Estes dados foram obtidos por meio de resposta a uma questão aberta (parte superior da tabela), na qual os participantes poderiam listar, livremente, suas estratégias e, também, por meio de respostas a uma questão fechada (parte inferior da tabela), de múltipla escolha, na qual os participantes podiam indicar até três estratégias previamente listadas no questionário a partir de levantamento baseado em resultados de estudos anteriores.

Quando solicitados a responderem livremente sobre as estratégias de enfrentamento utilizadas (parte superior da tabela), as mais citadas foram a terapia psicológica (91,7%), a consulta psiquiátrica (75%) e o uso de medicamentos (75%). Outras estratégias apontadas, com menor prevalência (8,3%), foram: a realização de atividades físicas (exercícios), técnicas de relaxamento, relações afetivas e melhoria da autoconfiança. Dentre as estratégias selecionadas

a partir de uma lista (parte inferior da tabela), o tratamento psicológico e psiquiátrico conjunto foi a mais frequentes (58,3%) e a procura por tratamento psicológico isoladamente e fantasiar sobre como a situação se desenvolveria de outras formas (fuga), as menos frequentes (16,7%).

Tabela 4 – Estratégias de enfrentamento da depressão adotadas pelos participantes

Estratégias		n	%
Respostas à pergunta aberta	Terapia psicológica	11	91,70
	Consulta psiquiatra	9	75,00
	Medicação	9	75,00
	Apoio religioso	2	16,70
	Controle da ansiedade	2	16,70
	Apoio familiar	1	8,30
	Técnicas de relaxamento	1	8,30
	Relações afetivas	1	8,30
	Atividade física (exercícios)	1	8,30
	Melhorar a autoconfiança	1	8,30
Respostas à pergunta de múltipla escolha	Procurar tratamento psiquiátrico e psicológico conjuntamente	7	58,30
	Encarar a depressão como um grande desafio	7	58,30
	Procurar tratamento espiritual (participação em grupos religiosos)	5	41,70
	Assumir como sua a responsabilidade pelos problemas enfrentados	5	41,70
	Recusar-se a pensar na situação (afastamento/negação)	4	33,30
	Desejar que a situação acabasse (fuga)	3	25,00
	Utilização de esforços emocionais para alterar situações	3	25,00
	Procurar tratamento psicológico (unicamente)	2	16,70
Fantasiar sobre como a situação se desenvolveria de outras formas (fuga)	2	16,70	

Fonte: Adaptações descritivas realizadas pelo autor, 2022.

Foram levantadas informações complementares relativas ao tratamento psicológico com os 11 participantes que o indicaram como estratégia de enfrentamento utilizada (Tabela 5). Em relação ao tempo de tratamento, foi observada grande variabilidade dos dados. Dois períodos de duração de tratamento evidenciaram prevalência, sendo estes de 3 meses a 1 ano (36,36%) e com mais de 3 anos a 6 anos (27,27%). A totalidade dos participantes realizou o tratamento psicológico no setor privado/particular, destes 54,54% relataram estar satisfeitos com o tratamento recebido e 18,18% muito satisfeitos.

Tabela 5 – Tempo de realização e satisfação com o tratamento psicológico (n=11)

Variável	Dados	n	%
-----------------	--------------	----------	----------

Tempo de tratamento	Não respondeu	2	18,20
	3 meses a 1 ano	4	36,36
	+ de 1 ano a 3 anos	0	-
	+ de 3 anos a 6 anos	3	27,27
	+ de 6 anos a 15 anos	1	9,10
	+ de 15 anos	1	9,10
Tipo de instituição onde fez o tratamento	Privada/particular	11	100,0
Nível de satisfação com o tratamento	Muito insatisfeito	0	-
	Insatisfeito	0	-
	Nem satisfeito e nem insatisfeito	2	18,18
	Satisfeito	6	54,54
	Muito satisfeito	2	18,18

Fonte: Adaptações descritivas realizadas pelo autor, 2022.

Por fim, são apresentados, na Tabela 6, os dados a respeito dos principais fatores, relacionados ao trabalho, que, de acordo com os participantes, contribuíram com o processo de depressão. Esta tabela está estruturada de modo semelhante à Tabela 4. Na parte superior, são apresentados os dados levantados por meio de uma questão aberta, na qual os participantes podiam indicar, livremente, qualquer fator e, na parte inferior, dados provenientes de resposta a uma questão de múltipla escolha. Dentre os fatores apontados livremente pelos participantes (parte superior da tabela), destacaram-se: a falta de equipamentos e recursos pedagógicos (58,3%); o excesso de carga de trabalho (41,7%); a política educacional de desvalorização do trabalho docente (33,3%); a falta de apoio na escola frente às posturas dos pais de alunos (que geram conflitos) e a violência crescente em sala de aula (23,3%). Ao indicarem, dentre fatores previamente elencados, quais se aplicavam ao seu caso particular (parte inferior da tabela), cinco foram apontados por mais de quatro professores (acima de 40%): a política educacional de desvalorização do trabalho docente (83,3%); o excesso de carga de trabalho (66,7%); a insatisfação com as condições de sala (materiais, estrutura, etc.) de aula (58,3%); a falta de equipamentos e recursos pedagógicos (50%) e os baixos salários (41,7%). Outros fatores apontados com menor incidência, foram: crescente violência em sala de aula e necessidade de assumir mais compromissos do que realmente consegue cumprir (33,3%); ritmo acelerado de trabalho (16,7%); dificuldade técnica ou pessoal para operar os aplicativos ou equipamentos necessários para a realização das aulas *on-line* e problemas diversos com a direção da escola e/ou políticas educacionais (8,3%).

Tabela 6 - Frequência dos fatores apontados por professores, relacionados ao trabalho, que contribuíram para a depressão ($n = 12$)

	Fatores	n	%
Respostas à pergunta aberta	Falta de equipamentos e recursos pedagógicos	7	58,30
	Excesso de carga de trabalho	5	41,70
	Política educacional de desvalorização do trabalho docente	4	33,30
	Falta de apoio na escola frente a posturas de pais de alunos	3	25,0
	Crescente violência em sala de aula	3	25,0
	Problemas externos no contexto familiar	2	16,70
	Relacionamento entre funcionários	1	8,30
	Baixos salários dos professores	1	8,30
	Condições inadequadas de trabalho	1	8,30
	Convicção de que tinha que dar conta de tudo sem ajuda	1	8,30
	Sensação de impotência frente a situações-problema	1	8,30
	Auto vitimização	1	8,30
	Ansiedade	1	8,30
Respostas à pergunta de múltipla escolha	Política educacional de desvalorização do trabalho docente	10	83,30
	Excesso de carga de trabalho	8	66,70
	Insatisfação com as condições de sala (materiais, estrutura etc.) de aula	7	58,30
	Falta de equipamentos e recursos pedagógicos	6	50,00
	Baixos salários dos professores	5	41,70
	Crescente violência em sala de aula	4	33,30
	Assumindo mais compromissos do que realmente consegue dar conta	4	33,30
	Ritmo acelerado de trabalho	2	16,70
	Dificuldade técnica ou pessoal para operar os aplicativos ou os equipamentos necessários para a realização das aulas on-line	2	16,70
	Dificuldades diversas com direção da escola e/ou políticas educacionais	1	8,30

Fonte: Adaptações descritivas realizadas pelo autor, 2022.

4 DISCUSSÃO

O presente estudo buscou, inicialmente, descrever os índices de afastamento dos professores da rede municipal de ensino do município de Vilhena/RO. A proposta original consistia em analisar os dados históricos de saúde dos professores da rede no período de 5 anos, contudo, só foi possível o acesso aos dados dos anos de 2020/2021. Ainda assim, dada a peculiaridade deste biênio, correspondente ao período crítico da pandemia do Covid 19, a análise deste curto período de tempo é importante.

O aumento de 75% nos afastamentos por depressão em 2021 em comparação com 2020 (Tabela 2) corrobora dados de outros estudos (Evanoff *et al.*, 2020; Jojoa *et al.*, 2021), com amostras maiores de professores. Evanoff *et al.* (2020), em uma pesquisa realizada com 870 professores universitários nos Estados Unidos, identificou que 69,7% deles tiveram piora no

bem-estar mental e 15,9% apresentaram depressão moderada a grave, durante o período da pandemia. Em outra pesquisa longitudinal, conduzida com 554 professores em quatro países (Jojoa *et al.*, 2021), os dados mostraram que, no início da pandemia, houve um aumento nos níveis de depressão e ansiedade ao longo das semanas (semanas 1-2 = 39,9%; semanas 3-4 = 50,7%; semana 5 em diante = 51,3%), e que os “níveis de qualidade de vida e estresse permaneceram os mesmos de antes da pandemia ou apresentaram piora” (Souza; Novais; Zirpoli, 2021, p. 9).

Na pandemia da COVID-19, houve a adoção massiva das plataformas digitais na educação. Os professores, sem outra opção para continuarem trabalhando, tiveram que se adaptar às ferramentas tecnológicas do meio digital a despeito do seu nível de domínio delas. Neste cenário, de isolamento social imposto pelo *lockdown*, alunos e seus familiares careciam de orientações dos professores nos mais variados aspectos e assuntos; demandas familiares dos professores se “fundiram” com o espaço do trabalho gerando medo e insegurança, relacionados a um estado constante de alerta e prontidão, contribuindo “significativamente para uma tendência geral de piora nos indicadores de saúde mental desta população” (Souza; Novais; Zirpoli, 2021, p. 20).

Esse conjunto de mudanças durante a pandemia do Covid 19 (novas demandas e sobrecarga de trabalho) se sobrepôs a outras, como a necessidade de isolamento social, risco de adoecimento e morte. Em termos comportamentais, este período foi marcado por mudanças abruptas das contingências as quais se caracterizam pela perda de reforçadores, exposição a contingências aversivas imprevisíveis e pouca possibilidade de controle ou mudança dessas condições as quais são descritas como contingências comuns em casos de depressão (Dougher; Hackebert, 2003).

Os dados das entrevistas realizadas com professores permitiram identificar características do trabalho que estes profissionais relacionavam ao seu histórico de depressão, sendo os principais fatores de adoecimento identificados – falta de equipamentos e recursos pedagógicos (58,3%) e excesso de carga de trabalho (41,7%) (Tabela 5) - podem ser interpretados como operações estabelecedoras que aumentam o valor reforçador do escape ou esquiva do ambiente de trabalho. Estes fatores, conforme apontado por Da Silva e De Carvalho (2016) e Costa e Silva (2019), representam mudanças nas contingências de trabalho que podem estar superando as habilidades de adaptação dos professores, resultando no seu adoecimento. No presente estudo, a carga horária média de trabalho dos participantes foi de 58,58 horas por semana (DP = 11,79), o que representa uma carga horária superior a 46,45% do que é permitido pela legislação municipal, que prevê 40 horas/semana de trabalho docente.

A desvalorização do trabalho docente, relatada pelos participantes, é também apontada por outros estudos. Costa (2012) aponta que este processo é caracterizado por exigências constantes, marcadas por violência e falta de qualificação dos professores, que produzem exaustão emocional e promovem “uma crise de identidade em que o professor passa a se questionar sobre a sua escolha profissional e o próprio sentido da profissão” (Morais; Souza; Santos, 2018, p. 109). Estes dados apontam para a influência do contexto laboral no processo de adoecimento e fortalecem a compreensão da depressão como um fenômeno comportamental, constituído historicamente e mantido por contingências atuais (Borges; Cassas, 2012).

Dentre as estratégias de enfrentamento mais recorrentes entre os professores afastados por depressão, três delas tiveram maior incidência, sendo a terapia psicológica (91,7%) a principal, seguida da consulta psiquiátrica e do tratamento medicamentoso, ambos com 75% (Tabela 3). A prevalência da psicoterapia como estratégia de enfrentamento sugere que esta intervenção pode estar funcionando como uma forma de contracontrole, auxiliando os professores a desenvolverem novos repertórios comportamentais para lidar com as contingências aversivas do ambiente de trabalho (Tabela 4). Seria interessante explorar quais comportamentos específicos são reforçados durante essas sessões de psicoterapia e como eles se generalizam para o ambiente escolar.

É importante ressaltar que, na perspectiva da análise do comportamento, a depressão não é vista como uma entidade interna causadora de comportamentos, mas, sim, como um padrão de respostas selecionado pela história de interação do indivíduo com seu ambiente. Nesse sentido, os resultados deste estudo apontam para a necessidade de modificações nas contingências ambientais das escolas para prevenir e tratar a depressão entre professores (Marinho, 2022).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os dados levantados, no banco de dados da SEMED, na Junta médica e diretamente com os participantes, evidenciaram depressão em professores nas escolas do município de Vilhena, uma realidade que carece de atenção e monitoramento. Estes achados sugerem a necessidade de intervenções em nível organizacional e individual. Em nível organizacional, seria importante implementar mudanças nas condições de trabalho, como a provisão adequada de recursos pedagógicos e a revisão da carga de trabalho. Em nível individual, além da psicoterapia, poderia ser benéfico o desenvolvimento de programas de treinamento de habilidades sociais e de enfrentamento específicas para lidar com as demandas do trabalho docente.

As limitações deste estudo devem ser consideradas na interpretação e generalização dos resultados. O tamanho reduzido da amostra, o foco em uma única localidade, e as restrições na obtenção de dados históricos devido à migração do sistema da SEMED e questões éticas de sigilo, sugerem que o número real de afastamentos por depressão entre professores pode ser superior ao aqui levantado. Essas limitações apontam para a necessidade de pesquisas futuras que ampliem a análise funcional para uma amostra maior e mais diversificada de professores. Tais estudos poderiam incluir observações diretas do comportamento no ambiente escolar, permitindo uma compreensão mais abrangente das contingências ambientais que influenciam o desenvolvimento e manutenção dos comportamentos depressivos. Além disso, a coleta de dados longitudinais mais completos possibilitaria uma análise mais robusta das mudanças nas contingências antes e durante a pandemia, fornecendo insights valiosos sobre os fatores que contribuem para o adoecimento mental dos professores.

Em conclusão, esta pesquisa contribuiu significativamente para a compreensão da depressão em professores sob a ótica da análise do comportamento, enfatizando a importância das interações entre o indivíduo e seu ambiente na gênese e manutenção dos comportamentos depressivos. As intervenções apresentadas, visando alterar as contingências ambientais e desenvolver novos repertórios comportamentais, podem levar a resultados mais duradouros na prevenção e tratamento da depressão nesta população. Contudo, há ainda espaço para novas investigações que aprofundem a análise funcional dos comportamentos envolvidos neste processo, explorando como os professores lidam com a doença, seus objetivos para superar o problema e, especialmente, como a docência é repensada após o afastamento. Tais estudos permitiriam uma compreensão mais abrangente do processo de restabelecimento da saúde até o retorno ao trabalho, possibilitando o desenvolvimento de estratégias mais eficazes para confrontar os fatores de adoecimento e promover a saúde mental dos professores.

6 AGRADECIMENTOS E CONFLITOS DE INTERESSE

Agradecemos aos funcionários da SEMED de Vilhena/RO, aos diretores e professores das escolas que participaram da pesquisa.

Não há conflito de interesse a declarar, referente a esta pesquisa.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION - APA. *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5*. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BIROLIM, M. M. *et al.* Trabalho de alta exigência entre professores: associações com fatores ocupacionais conforme o apoio social. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 24, n. 4, p. 1255–1264, abr. 2019. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/csc/a/57hTLfPMCfKjGng44XjtYjn/abstract/?lang=pt#>. Acesso em: 8 ago. 2022.

BOLSONI-SILVA, A. T.; BITONDI, F. R.; MARTURANO, E. M. Intervenção em grupo para pais: importância do diagnóstico comportamental individual. *In: CAVALCANTE, M. R. (org.). Análise do comportamento: avaliação e intervenção*. São Paulo: Roca, 2008. p. 81-103.

BORGES, N. B.; CASSAS, F. A. Discussões da análise do comportamento acerca dos transtornos psiquiátricos. *In: BORGES, N. B.; CASSAS, F. A. (org.). Clínica analítico-comportamental: aspectos teóricos e práticos*. Porto Alegre: Artmed, 2012. p. 95-101.

BRASIL. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. *Censo da Educação Básica 2020: notas estatísticas*. Censo escolar (2020). Lista completa de escolas, cidades e estados: 2020. Disponível em: <https://www.qedu.org.br/busca/122-rondonia/4503-vilhena>. Acesso em: 8 nov. 2021.

BRASIL, C. C. P. *et al.* O contexto da docência e sua influência no sofrimento psíquico de professoras do ensino fundamental. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, [S. l.], v. 29, n. 2, p. 180-188, 2016. DOI: 10.5020/18061230.2016.p180. Disponível em: <https://ojs.unifor.br/RBPS/article/view/5174>. Acesso em: 2 ago. 2022.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G.; BATISTA, J. V.; SCHNEIDER, G. A. Prevalência de afastamentos por transtornos mentais e do comportamento relacionados ao trabalho em professores. *PSI UNISC*, v. 3, n. 1, p. 19-32. 3 jan. 2019. Disponível em: <https://online.unisc.br/seer/index.php/psi/article/view/12464>. Acesso em: 11 jul. 2022.

COSTA, R. Professor, profissão perigo: Aumentam os casos de agressão física e psicológica a docentes brasileiros nas escolas particulares e nas universidades. *Rev. ISTOÉ* [online]. 2012. Disponível em: https://istoe.com.br/198947_PROFESSOR+PROFISSAO+PERIGO/. Acesso em: 18 jul. 2022.

COSTA, R. Q. F. da; SILVA, N. P. da. Níveis de ansiedade e depressão entre professores do Ensino Infantil e Fundamental. *Pro-Posições*, Campinas, SP, v. 30, p. 1–29, 2019. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/proposic/article/view/8656506>. Acesso em: 15 ago. 2022.

DA SILVA, T. R.; DE CARVALHO, E. A. Depressão em professores universitários: Uma revisão da literatura brasileira. *Uningá Review*, [S. l.], v. 28, n. 1, 2016. Disponível em: <https://revista.uninga.br/uningareviews/article/view/1840>. Acesso em: 12 jul. 2022.

DIEHL, L.; MARIN, A. H. Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, [S. l.], Londrina, v. 7, n. 2, p. 64-85, 2016. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072016000200005&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 15 ago. 2022.

DOUGHER, M. J.; HACKBERT, L. Uma explicação analítico-comportamental da depressão e o relato de um caso utilizando procedimentos baseados na aceitação. *Revista Brasileira de*

Terapia Comportamental e Cognitiva, [S. l.], v. 5, n. 2, p. 167–184, 2003. DOI: 10.31505/rbtcc.v5i2.79. Disponível em: <https://rbtcc.com.br/RBTCC/article/view/79>. Acesso em: 15 ago. 2022.

EVANOFF, B. A. *et al.* Work-Related and Personal Factors Associated With Mental Well-Being During the COVID-19 Response: Survey of Health Care and Other Workers. *Journal of Medical Internet Research*, v. 22, n. 8, e21366, 2020. Disponível em: <https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2020.06.09.20126722v1>. Acesso em: 11 jul. 2022.

FERREIRA, D. C.; TOURINHO, E. Z. Relações entre depressão e contingências culturais nas sociedades modernas: interpretação analítico-comportamental. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva, [S. l.]*, São Paulo, v. 13, n. 1, p. 20-36, 2011. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-55452011000100003&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 12 jan. 2022.

GONÇALVES, A. M. C. *et al.* Prevalência de depressão e fatores associados em mulheres atendidas pela Estratégia de Saúde da Família. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 67, n. 2, p. 101-109, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/TrQdtMNct5Dk3VSvjpthXtH/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 13 jul. 2022.

JOJOA, M. *et al.* The Impact of COVID-19 on University Staff and Students from Iberoamerica: Online Learning and Teaching Experience. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 18, n. 11, p. 5820, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34071535/>. Acesso em: 11 jul. 2022.

LIMA, É. J.; LEITE, E. A. *Docência e a depressão: fatores predominantes no processo*. In: CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO, 13., 2017, Curitiba. Anais [...]. Curitiba: EDUCERE, 2017. p. 10585-10594. Disponível em: https://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2017/24512_12130.pdf. Acesso em: 15 ago. 2022.

MARINHO, M. P. Depressão em professores: um estudo sobre fatores de adoecimento e estratégias de enfrentamento. 2022. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Psicologia, Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2022. Disponível em: <https://bdtd.ucb.br:8443/jspui/handle/tede/3083>. Acesso em: 15 ago. 2022.

MORAIS, L. A.; SOUZA, K. R.; SANTOS, G. B. Intensificação e precarização social do trabalho de professores de escola pública: um estudo exploratório na região da baixada fluminense (RJ). *Trabalho Necessário*, v. 16, n. 29, 2018. Disponível em: <https://periodicos.uff.br/trabalhonecessario/article/view/4641>. Acesso em: 5 jun. 2022.

OMS. WORLD HEALTH ORGANIZATION. *The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): Position paper from the World Health Organization*. *Social Science & Medicine*, v. 41, n. 10, p. 1403-1409, 2000. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/027795369500112K?via%3Dihub>. Acesso em: 10 ago. 2022.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICA DA SAÚDE - OPAS/OMS. *CID-10: Classificação Estatística Internacionla de Doenças*. Edusp, 2011.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE - OPAS/OMS.. Portfólio de cooperação técnica OPAS/OMS. 2. ed. Brasília, DF: OPAS, 2018. Disponível em: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/34872>. Acesso em: 6 jul. 2022.

SDOUKOS, S. S.; KIRCHNER, L. de F.; CAVALHEIRO, M. C. Avaliação psicológica e análise do comportamento: Relações possíveis? In: LUZIA, J. C. *et al.* (org.). *Psicologia e análise do comportamento: pesquisa e intervenção*. Londrina: Universidade Estadual de Londrina, 2019. p. 80-90.

SILVA, A. F. *et al.* Fatores que prevalecem ao esgotamento profissional em professores. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, [S. l.], v. 25, n. 2, p. 333-339, 2017. Disponível em: <https://www.cadernosdeterapiaocupacional.ufscar.br/index.php/cadernos/article/view/1539>. Acesso em: 15 ago. 2022.

SOUZA, M. E.; NOVAIS, N. M.; ZIRPOLI, B. B. O Impacto da pandemia por Covid-19 na saúde mental dos professores: revisão sistemática da literatura. 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Faculdade Pernambucana de Saúde, Recife, 2021. Disponível em: <https://tcc.fps.edu.br/jspui/handle/fpsrepo/1158>. Acesso em: 02 ago. 2022.

SOBRE OS AUTORES

Marcelo Pedro Marinho é doutorando em Psicologia (UCB) - Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu, Brasília/DF. Doutorado-sanduíche na Universidade do Minho [Psychological Neuroscience Laboratory#8203;], Braga-Portugal, financiado pela CAPES(PDSE). Mestrado em Psicologia na Universidade Católica de Brasília (UCB/2022). Graduação Bacharel em Psicologia/Psicólogo (2019), Faculdade da Amazônia, Vilhena/RO (FAMA). Graduado em Licenciatura Plena Em Matemática (2005) Universidade do Estado de Mato Grosso (UNEMAT).

E-mail: marcelopmarinho@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3446-923X>

Alessandra Rocha de Albuquerque é Licenciada em Psicologia e Psicóloga com mestrado (1996) e doutorado (2001) em Psicologia pela Universidade de Brasília. Pós-Doutorado na University of Nevada Reno (UNR). Atua como professora da Universidade Católica de Brasília desde 1998. Nesta instituição coordenou o curso de Psicologia de 2002 a 2011. Membro do Comitê de Ética em Pesquisa e do Comitê Assessor de Pesquisa da UCB.

E-mail: arocha@p.ucb.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2890-0214>

*Recebido em 22 de outubro de 2023
Aprovado em 10 de setembro de 2024
Publicado em 31 de outubro de 2024*