

## **PRÁTICAS DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE: A SAÚDE DO TRABALHADOR NA DOCÊNCIA**

PRÁTICAS DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE

AUTORES: Camila Kuhn Vieira<sup>1</sup>

Sirlei de Lourdes Lauxen<sup>2</sup>

Patrícia Dall'Agno Bianchi<sup>3</sup>

DIRECCIÓN PARA CORRESPONDENCIA: [camilakuhn1994@hotmail.com](mailto:camilakuhn1994@hotmail.com)

Fecha de recepción: 08-04-2020

Fecha de aceptación: 25-05-2020

### RESUMO

A docência perpassa pelas ciências da educação no qual contribui na formação do discente em um indivíduo com pensamento crítico-reflexivo. No entanto, o docente necessita ter plenas condições físicas e psíquicas para atuar em sua prática de ensino com plenitude e segurança, mas, quando o docente apresenta algum problema de ordem ocupacional, esta possibilidade acaba por se tornar limitada, refletindo diretamente ao aproveitamento ou não do aluno e também no adoecimento do docente. Assim, o objetivo desta pesquisa é relatar a experiência da oficina realizada com discentes do curso de Pedagogia/PARFOR, sobre a saúde do trabalhador na docência. O método adotado foi por meio de oficinas e fundamentada na teoria da dialogicidade de Paulo Freire. Para promover saúde e melhorar a qualidade de vida do (futuro) professor buscou-se nesta oficina o entendimento sobre os riscos ocupacionais na docência e a prevenção de doenças mediante a necessidade emergente de praticar educação em saúde e estabelecer uma cultura de mudança comportamental individual e/ou coletivo através da ginástica laboral.

### PALAVRAS-CHAVE

Saúde; Prevenção; Educação; Prática Pedagógica.

### **HEALTH EDUCATION PRACTICES: WORKER HEALTH IN TEACHING**

### ABSTRACT

The teacher goes through the educational sciences in which he contributes to the formation of the student in an individual with critical-reflective thinking. However, the professor needs to have full physical and psychological conditions

---

<sup>1</sup> Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Práticas Socioculturais e Desenvolvimento Social da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ. Bolsista CAPES. Graduação em Enfermagem pela UNICRUZ. E-mail: [camilakuhn1994@hotmail.com](mailto:camilakuhn1994@hotmail.com)

<sup>2</sup> Doutora em Educação pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS. Docente do Programa de Pós-Graduação em Práticas Socioculturais e Desenvolvimento Social pela Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ. E-mail: [slauxen@unicruz.edu.br](mailto:slauxen@unicruz.edu.br)

<sup>3</sup> Doutora em Ciências Biológicas. Docente do Programa de Pós-Graduação (PPG) em Práticas Socioculturais e Desenvolvimento Social, UNICRUZ. E-mail: [pbianchi@unicruz.edu.br](mailto:pbianchi@unicruz.edu.br)

to act in his teaching practice with fullness and security, but, when the teacher has an occupational problem, this possibility ends up becoming limited, directly reflecting on the use or not of the student and also in the teacher's illness. Thus, the objective of this research is to report the experience of the workshop held with students of the Pedagogy / PARFOR course, about the health of the worker in teaching. The method adopted was through workshops and based on Paulo Freire's theory of dialogicity. In order to promote health and improve the quality of life of the (future) teacher, this workshop sought to understand occupational risks in teaching and disease prevention through the emerging need to practice health education and establish a culture of individual and behavioral change / or collective through labor gymnastics.

### **KEYWORDS**

Health; Prevention; Education; Pedagogical Practice.

### **INTRODUÇÃO**

A docência perpassa pelas ciências da educação no intuito de conduzir e transformar o discente em um indivíduo com pensamento crítico-reflexivo. Campos (2013) ressalta que: “[...] O trabalho docente é complexo, interativo e prático. Define-se na sua concretude pelas relações que se estabelecem de forma dialógica e comunicativa entre sujeitos – professor e aluno- em torno do processo de aprendizagem”. (p. 39)

Contemplando no processo ensino-aprendizagem, o docente necessita ter plenas condições físicas e psíquicas para atuar em sua prática de ensino com plenitude e segurança. No entanto, quando o docente apresenta algum problema relacionado as atividades laborais, esta torna o docente vulnerável ao adoecimento, refletindo na aprendizagem de seu aluno e em suas condições de saúde.

Estudos mostram que os docentes tem conhecimento sobre os riscos de ordem laboral, no qual evidenciam como doenças ocupacionais: a depressão, síndrome de *Burnot*, estresse, fadiga, rouquidão, perda de voz, dores posturais, dentre outros (Freitas y Facas, 2013; Diesat, 2009). Desta forma, torna-se necessário o docente prevenir e promover saúde para si mesmo.

[...] modificar a ação docente requer compreender o “sistema de crenças” dos professores e propor vivências que lhe permitam a sensibilização para transformarem, por meio de vivências, dinâmicas e experiências de vida (Campos, 2013, p. 44).

A saúde do trabalhador é um conjunto de ações interdisciplinares e multiprofissionais da saúde coletiva vinculada a vigilância epidemiológica e sanitária, prevenindo agravos à saúde e diminuindo as taxas de morbimortalidade ocupacional. Entretanto, para garantir boas condições de saúde e equilíbrio nas tarefas laborais, o trabalhador necessita de mudança comportamental para garantir um completo bem-estar de ordem ocupacional.

Deste modo, um grande avanço dos direitos sociais e trabalhistas é conferido na Constituição Federativa do Brasil de 1988, em vigor atualmente, em que garante o completo bem-estar (físico e mental), segurança e condições dignas no ambiente de trabalho, como no Art. 200: “[...] Ao sistema único de saúde compete, além de outras atribuições, nos termos da lei: II - executar as ações de vigilância sanitária e epidemiológica, bem como as de saúde do trabalhador” (Brasil, 1988, p. 1).

Diante disso, foi criada a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora (2012) com finalidade de:

[...] definir os princípios, as diretrizes e as estratégias a serem observados pelas três esferas de gestão do Sistema Único de Saúde (SUS), para o desenvolvimento da atenção integral à saúde do trabalhador, com ênfase na vigilância, visando a promoção e a proteção da saúde dos trabalhadores e a redução da morbimortalidade decorrente dos modelos de desenvolvimento e dos processos produtivos (Brasil, 2012, p. 1).

Nessa perspectiva, o objetivo desta pesquisa é relatar a experiência da oficina realizada com discentes do curso de Pedagogia/PARFOR sobre a saúde do trabalhador na docência.

### *Metodologia*

Essa pesquisa caracteriza-se como um relato de experiência oriunda da oficina “A Saúde do trabalhador na docência”, desenvolvida com sete discentes do 8º semestre do curso de Pedagogia/PARFOR (Programa Nacional de Formação de Professores da Educação Básica) da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ.

A presente pesquisa é fundamentada na teoria da dialogicidade de Paulo Freire. “[...] O diálogo é este encontro dos homens, mediatizados pelo mundo, para pronunciá-los, não se esgotando, portanto, na relação eu-tu” (FREIRE, 1987, p.45). A teoria de Freire, estabelece o diálogo como forma essencial e a práxis através da ação e reflexão.

Com isso, o método desta oficina foi baseado no diálogo, ação e reflexão (práxis). Essa pesquisa vincula-se a disciplina de Práticas Socioculturais e Participação Social alocada ao Programa de Pós-Graduação (PPG) em Práticas Socioculturais e Desenvolvimento Social da UNICRUZ.

### *Resultados e discussão*

A saúde do trabalhador é uma área do conhecimento que visa compreender a relação entre o trabalho e o processo saúde/doença. Nessa perspectiva, considera-se que os trabalhadores apresentam: “[...] um viver, adoecer e morrer compartilhado com o conjunto da população, em um dado tempo, lugar e inserção social, mas que é, também, específico, resultante de sua inserção em um processo de trabalho particular” (RIBEIRO, 2008, p. 123).

A saúde ocupacional surgiu ao longo da história diante de processos irregulares trabalhistas, ou seja, pelas péssimas condições de trabalho em que resultava em acidentes e adoecimentos de ordem ocupacional, surgindo no período da Revolução Industrial, no século XVIII, na Inglaterra, em que os empregados eram submetidos a processos acelerados e desumanos de produção e serviços, expondo-se assim, a riscos de adoecimentos, tanto nas condições de saúde mental quanto de saúde física (BITTENCOURT;BELOME;MERLO, 2014).

Assim, a saúde ocupacional busca compreender o adoecimento do trabalhador no âmbito de sua inserção no modo de produção (o processo de trabalho e as condições de trabalho que vivencia) e o consumo de bens e serviços, buscando alternativas de intervenção que transformem a realidade dos trabalhadores (Ribeiro, 2008).

Segundo o Ministério da Saúde (Brasil, 2004), a saúde dos trabalhadores é determinada pelos condicionantes sociais, tecnológicos, econômico e organizacionais envolvendo os padrões de produtividade e consumo, além de riscos ocupacionais como: físicos (condições inadequadas de iluminação, ruído, temperatura), químicos (intoxicação por produtos, gases, neblinas, névoas ou vapores), biológicos (exposição a bactérias, fungos, vírus), de acidentes (máquinas sem proteção, explosão, incêndio, queda), psicossocial (atenção constante, pressão da chefia, estresse e fadiga) e ergonômicos (peso excessivo, trabalho em posições incômodas) (Ribeiro, 2008).

De modo esquemático, pode-se dizer que o perfil de morbimortalidade dos trabalhadores no Brasil, na atualidade, caracteriza-se pela coexistência de: agravos que têm relação com condições de trabalho específicas, como os acidentes de trabalho típicos e as doenças do trabalho (Brasil, 2004).

Afirma-se que os trabalhadores do setor da educação estão mais expostos aos riscos psicossociais e ergonômicos, visto que o cotidiano do professor provém de sobrecarga de trabalho, infraestrutura precária, desrespeito dos gestores da educação, desvalorização, constante pressão da direção escolar, dos pais e do governo (Freitas; Facas, 2013).

Ainda, sobre às condições de trabalho:

[...] os professores da educação infantil, em particular, reclamam da falta de monitores e do número excessivo de alunos em sala de aula, o que dificulta manter uma atenção individual e um trabalho de qualidade com as crianças. Avaliam ainda a falta de um grupo de apoio, formado por orientadores, psicólogos e professores nas áreas de artes e educação física, para dar suporte e minimizar as dificuldades do professor em sala de aula (Freitas; Facas, 2013, p. 16).

Pensando nisso e no processo ensino-aprendizagem, o docente necessita ter plenas condições físicas e psíquicas para desenvolver com plenitude e segurança suas atividades, proporcionando ao aluno, boas condições de aprendizagem. Quando o docente apresenta algum problema de ordem

ocupacional, esta possibilidade acaba por se tornar limitada, refletindo diretamente ao aproveitamento ou não do aluno e também no adoecimento do docente.

Com base nesses pressupostos e na importância de promover saúde com os futuros docentes foi realizado uma oficina com as discentes do curso de Pedagogia sobre a relação do trabalho docente e o processo saúde/doença. Assim, para promover saúde e melhorar a qualidade de vida do (futuro) professor buscou-se nesta oficina o entendimento sobre os riscos ocupacionais na docência e a prevenção de doenças mediante a necessidade emergente de praticar educação em saúde e estabelecer uma cultura de mudança comportamental individual e/ou coletivo baseado principalmente na Política Nacional da Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora.

A Política Nacional da Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora (2012) refere-se a todos os trabalhadores do Brasil:

Art. 3º Todos os trabalhadores, homens e mulheres, independentemente de sua localização, urbana ou rural, de sua forma de inserção no mercado de trabalho, formal ou informal, de seu vínculo empregatício, público ou privado, assalariado, autônomo, avulso, temporário, cooperativados, aprendiz, estagiário, doméstico, aposentado ou desempregado são sujeitos desta Política. Parágrafo único. A Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora alinha-se com o conjunto de políticas de saúde no âmbito do SUS, considerando a transversalidade das ações de saúde do trabalhador e o trabalho como um dos determinantes do processo saúde-doença.

[...] Art. 7º A Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora deverá contemplar todos os trabalhadores priorizando, entretanto, pessoas e grupos em situação de maior vulnerabilidade, como aqueles inseridos em atividades ou em relações informais e precárias de trabalho, em atividades de maior risco para a saúde, submetidos a formas nocivas de discriminação, ou ao trabalho infantil, na perspectiva de superar desigualdades sociais e de saúde e de buscar a equidade na atenção.

Art. 8º São objetivos da Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora:

- I - fortalecer a Vigilância em Saúde do Trabalhador (VISAT) e a integração com os demais componentes da Vigilância em Saúde;
- II - promover a saúde e ambientes e processos de trabalhos saudáveis;
- III - garantir a integralidade na atenção à saúde do trabalhador, que pressupõe a inserção de ações de saúde do trabalhador em todas as instâncias e pontos da Rede de Atenção à Saúde do SUS, mediante articulação e construção conjunta de protocolos, linhas de cuidado e

matriciamento da saúde do trabalhador na assistência e nas estratégias e dispositivos de organização e fluxos da rede;

IV - ampliar o entendimento de que de que a saúde do trabalhador deve ser concebida como uma ação transversal, devendo a relação saúde-trabalho ser identificada em todos os pontos e instâncias da rede de atenção;

V - incorporar a categoria trabalho como determinante do processo saúde-doença dos indivíduos e da coletividade, incluindo-a nas análises de situação de saúde e nas ações de promoção em saúde;

VI - assegurar que a identificação da situação do trabalho dos usuários seja considerada nas ações e serviços de saúde do SUS e que a atividade de trabalho realizada pelas pessoas, com as suas possíveis conseqüências para a saúde, seja considerada no momento de cada intervenção em saúde; e

VII - assegurar a qualidade da atenção à saúde do trabalhador usuário do SUS. (Brasil, 2012, p. 1).

E, ainda sobre esta política:

A política possui sete princípios e diretrizes, sete objetivos e seis estratégias, que buscam articular as ações e políticas de saúde nesta área. Integra a vigilância, a atenção integral, entre outras, presentes em diversas legislações até o momento. A proposta maior é sua concepção de ação 'transversal', entendendo o trabalho como determinante do processo da saúde-doença (Bottega, 2014, p. 252)

Logo, a Educação em saúde é um campo que contempla a aprendizagem sobre as práticas preventivas de saúde, ou seja, é um campo relativamente complexo. Stotz (2007, p. 50) ressalta que "[...] A educação em saúde, assim denominada porque, na preposição "em" afirma-se o vínculo com os serviços de saúde, foi destinada a desempenhar um importante papel em termos de controle social dos doentes e/ou das populações "de risco".

Diante disso e com o propósito de prevenir Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT) e Lesões por Esforços Repetitivos (LER) foi realizada, na presente oficina, uma atividade prática denominada como, ginástica laboral.

Figura 1 – Ginástica Laboral com as discentes do curso de Pedagogia/PARFOR



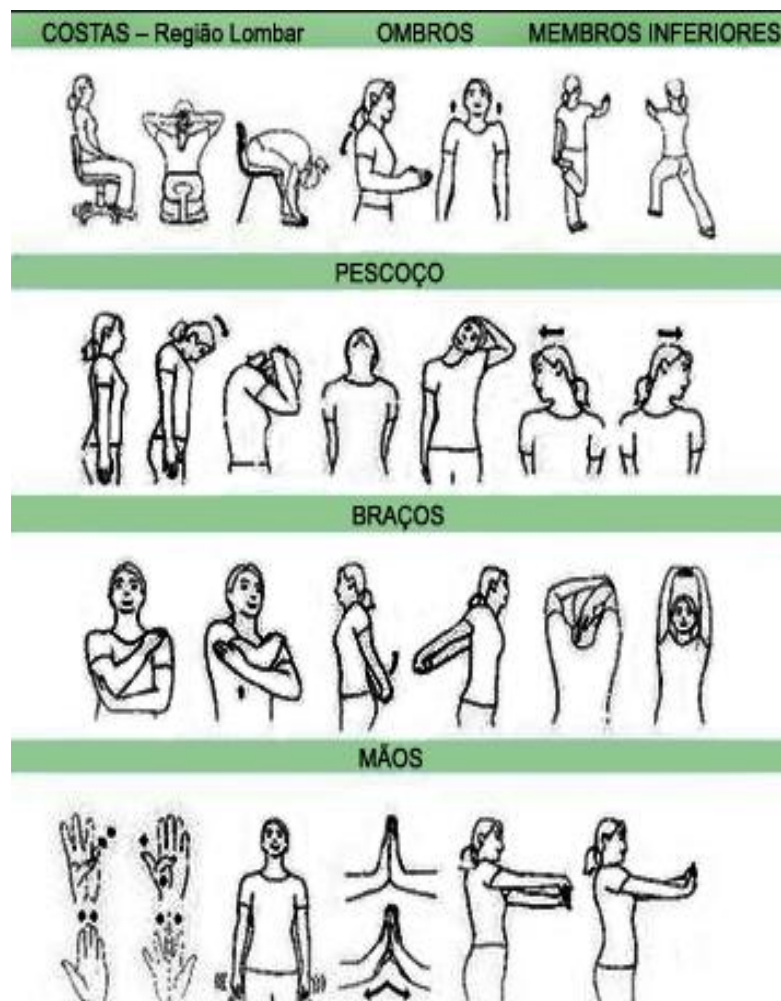
A ginástica laboral caracteriza-se pela aplicação de alongamentos e exercícios físicos (Figura 2) que visa minimizar e/ou evitar problemas/doenças de ordem ocupacional, promovendo bem-estar no ambiente de trabalho, assim, a ginástica laboral trata-se de uma intervenção ergonômica e promotora de saúde.

Segundo Amorim et al., (2015, p.05), a ginástica laboral são:

[...] exercícios que são feitos no ambiente de trabalho, cuidando da saúde do trabalhador prevenindo doenças e estimulando o conhecimento de pessoas de outros departamentos. Sendo aplicado por pessoas especializadas nesse assunto como: Professores de Educação Física, Fisioterapeutas, Nutricionistas, e entre outros. Ocorrendo um conhecimento da empresa e dos colaboradores antes de aplicar a Ginástica Laboral. Eles trabalham com vários membros ao mexer o pescoço, quadril, o pescoço, mãos, pernas, e principalmente a coluna.

De acordo com um estudo realizado para comprovar os benefícios da ginástica laboral, observou-se os seguintes resultados finais: aumento da produtividade de 2 a 5%, redução do número de acidentes de trabalho de 20 a 25%, redução de rotatividade de 10 a 15% e redução de absenteísmo de 15 a 20% (Souza; Jôia, 2011).

Figura 2- Ginástica Laboral: Passo a Passo



Fonte: arquivo pessoal.

Considerando o exposto, essa oficina buscou refletir os conceitos de saúde no ambiente de trabalho, ou seja, saúde ocupacional, pois o completo bem-estar é estabelecido nos espaços sociais, principalmente no trabalho. Assim, explorar a prática da ginástica laboral proporcionou as discentes (futuras professoras) hábitos de educação em saúde, essencialmente, no ambiente de trabalho.

### CONCLUSÕES

A saúde do trabalhador é um direito social federativo que contempla as políticas públicas de saúde (Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora) por meio da vigilância epidemiológica e sanitária, que envolve a promoção e prevenção da saúde no âmbito ocupacional. Desta forma, o docente necessita ter plenas condições físicas e psíquicas para desenvolver com plenitude e segurança suas ações pedagógicas, mas, quando o docente apresenta algum problema de ordem ocupacional, esta possibilidade reflete em sua prática de ensino-aprendizagem e em seu bem-estar.

À vista disso, buscou-se através desta oficina sensibilizar as discente, futuras professoras, sobre os riscos ocupacionais na docência e como prevenir agravos



à saúde, como os DORT e as LER por meio da ginástica laboral, no intuito de melhorar a qualidade de vida e atribuir essa prática de educação em saúde em suas atividades de trabalho no dia a dia.

## REFERÊNCIAS

Amorim, Cassia Borges *et al.* (2015). A importância da Ginástica Laboral. *Anais XVII Encontro Internacional sobre gestão empresarial e meio ambiente – ENGEMA*, São Paulo.

Bittencourt, L. C.; Belome, M. C.; Merlo, Á. R. (2014). *Centro de Referência em Saúde do Trabalhador, Sistema Único de Saúde e a Saúde Mental*. In: Merlo, Á. R.; Bottega, C. G.; Perez, K. V. (Org.). *Atenção à Saúde Mental do trabalhador: Sofrimento e transtornos psíquicos relacionados ao trabalho*. Porto Alegre (RS): Evangraf.

Bottega, C. G. (2014). *A Hora do “Bom dia” - Apontamentos para composição da linha de cuidados em saúde do trabalhador no Sistema Único de Saúde (SUS)*. In: Merlo, Á. R.; Bottega, C. G.; Perez, K. V. (Org.). *Atenção à Saúde Mental do trabalhador: Sofrimento e transtornos psíquicos relacionados ao trabalho*. Porto Alegre (RS): Evangraf.

Brasil, Ministério da Saúde. (2004). *Política Nacional de segurança e saúde do trabalhador*. Brasília [DF], 2004. Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica\\_nacional\\_seguranca\\_saude.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_seguranca_saude.pdf). Acesso em: 08 abril 2020.

Brasil. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. *Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil*. Brasília, DF, 05 out. 1988. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/constituicao/constituicao.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm)>. Acesso: 12 fev 2020.

Brasil. Ministério da Saúde. Portaria nº 1.823, de 23 de agosto de 2012. *Institui a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora*. Brasília [DF], 2012. Disponível em:<[http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2012/prt1823\\_23\\_08\\_2012.html](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2012/prt1823_23_08_2012.html)>. Acesso em: 08 abril 2020.

Campos, C. M. (2013). *Saberes docentes e autonomia dos professores*. 6.ed. Petrópolis, R. J: Vozes.

Diesat. Departamento Intersindical de Estudos e Pesquisas de Saúde e dos Ambientes de Trabalho. *Condições de trabalho e saúde dos trabalhadores do ensino privado no estado do Rio Grande do Sul* [Internet]. São Paulo; 2009. Disponível em: <http://www.sinpro-rs.org.br/pesquisa/PesquisaSaude2009.pdf>. Acesso em: 11 fev 2020.

Fiocruz. Fundação Oswaldo Cruz. *Saúde Ocupacional x Saúde do Trabalhador*. *Rev. Fonoaudiologia na saúde do trabalhador*. Rio de Janeiro-RJ, v.1, n.6, 2011.

Freire, P. (1987). *Pedagogia do Oprimido*. 17 ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra.

Freitas, L. G.; Facas, E. P. (2013). Vivências de prazer-sofrimento no contexto de trabalho dos professores. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*. Rio de Janeiro, v.13, n. 01, 2013.

Ribeiro, M. C. S. (2008). *Enfermagem e Trabalho*. Fundamentos para a atenção à saúde dos trabalhadores. São Paulo: Martinari.

Souza, Bianca Cristina Conceição; Jôia, L. C. (2011). Relação entre Ginástica Laboral e prevenção das doenças ocupacionais: um estudo teórico. *Revista Conquer – FASB*, Teixeira de Freitas.

Stotz, E. Enfoques sobre educação popular e saúde. In: Brasil. Ministério da Saúde, Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa, Departamento de Apoio à Gestão Participativa. *Caderno de educação popular e saúde*. Brasília: Minis