

IDEAU

**PERFIL DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO ESPECIAL NO
MUNICÍPIO DE ITAPEMIRIM-ES: A PRÁTICA DOCENTE EM UM
AMBIENTE ESCOLAR INCLUSIVO FONTE DE ESTRESSE
FÍSICO E MENTAL**

**PROFILE OF THE SPECIAL EDUCATION TEACHER IN THE
MUNICIPALITY OF ITAPEMIRIM-ES: TEACHING PRACTICE IN
AN INCLUSIVE SCHOOL ENVIRONMENT SOURCE OF
PHYSICAL AND MENTAL STRESS**

**PERFIL DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN ESPECIAL EN EL
MUNICIPIO DE ITAPEMIRIM-ES: PRÁCTICA DOCENTE EN UN
AMBIENTE ESCOLAR INCLUSIVO FUENTE DE ESTRÉS FÍSICO
Y MENTAL**

Vinicius da Silva Freitas

Doutorando em Educação, Universidade Estácio de Sá, Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil. E-mail: viniciuscarvalho34@hotmail.com
Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-2920-3998>

Lívia Barbosa Pacheco Souza

Especialista em Gênero e Sexualidade na Educação, Universidade Federal da Bahia, Salvador, Bahia, Brasil. E-mail: adm.liviapacheco@gmail.com
Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-3148-5536>

Adelcio Machado dos Santos

Doutor em Engenharia e Gestão do Conhecimento, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.
E-mail: adelciomachado@gmail.com
Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-3916-972X>

Maurício Aires Vieira

Doutor em Educação, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil.
E-mail: mauriciovieira@unipampa.edu.br
Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-0737-9941>

Submitted on: 06.25.2024 | Accepted on: 08.16.2024 | Published on: 08.20.2024

Paula Paraguassú Brandão

Doutora em Fisiopatologia Clínica e Experimental, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil.

E-mail: dra.paulaparaguassu@gmail.com

Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-1051-8703>

José Roberto Gonçalves de Abreu

Doutor em Educação Física, Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória, Espírito Santo, Brasil. E-mail: abreufisio@gmail.com

Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-6098-9856>

RESUMO

O propósito deste estudo consistiu em elaborar uma análise minuciosa dos professores engajados na Educação Especial no contexto do Ensino Fundamental I na região de Itapemirim-ES. Além disso, buscou-se lançar luz sobre os obstáculos físicos e mentais que eles confrontam enquanto desempenham suas responsabilidades. A abordagem metodológica selecionada para este trabalho teve uma natureza qualitativa, conduzindo a um estudo de caso que abrangeu um conjunto de quinze professoras alocadas na escola local. O estudo envolveu a aplicação de um questionário desenvolvido para avaliar os progressos proporcionados pelo programa em questão. A análise das ramificações decorrentes deste estudo possibilitou uma compreensão mais aprofundada do perfil dessas profissionais ao longo de um período de quatro semanas. Como resultado, foi evidenciada uma notável redução nos níveis de exaustão física e fadiga muscular, juntamente com uma melhoria substancial em sua disposição para enfrentar as exigências cotidianas. Estes achados destacam a importância de os docentes da Educação Especial assumirem um papel ativo na promoção da igualdade educacional. Como conclusão, fica claro que intervenções como programas de ginástica laboral podem ser eficazes para melhorar o bem-estar dos professores e, por extensão, a qualidade da educação inclusiva.

Palavras-chave: Docentes. Educação Especial. Fadiga. Qualidade de Vida.

ABSTRACT

The purpose of this study was to develop a thorough analysis of teachers engaged in Special Education in the context of Elementary School I in the region of Itapemirim-ES. Furthermore, we sought to shed light on the physical and mental obstacles they confront while carrying out their responsibilities. The methodological approach selected for this work was qualitative in nature, leading to a case study that covered a group of fifteen teachers allocated to the local school. The study involved the application of a questionnaire developed to assess the progress made by the program in question. The analysis of the ramifications arising from this study enabled a more in-depth understanding of the profile of these professionals over a period of four weeks. As a result, a notable reduction in levels of physical exhaustion and muscular fatigue was evidenced, along with a substantial improvement in their willingness to face everyday demands. These

findings highlight the importance of Special Education teachers taking an active role in promoting educational equality. In conclusion, it is clear that interventions such as workplace exercise programs can be effective in improving the well-being of teachers and, by extension, the quality of inclusive education.

Keywords: Teachers. Special Education. Fatigue. Quality of Life.

RESUMEN

El objetivo de este estudio fue desarrollar un análisis exhaustivo de los docentes que actúan en Educación Especial en el contexto de la Escuela Primaria I en la región de Itapemirim-ES. Además, buscamos arrojar luz sobre los obstáculos físicos y mentales que enfrentan en el desempeño de sus responsabilidades. El enfoque metodológico seleccionado para este trabajo fue de naturaleza cualitativa, dando lugar a un estudio de caso que abarcó un grupo de quince profesores asignados a la escuela local. El estudio implicó la aplicación de un cuestionario desarrollado para evaluar el avance del programa en cuestión. El análisis de las ramificaciones derivadas de este estudio permitió profundizar en el perfil de estos profesionales durante un período de cuatro semanas. Como resultado, se evidenció una notable reducción en los niveles de agotamiento físico y fatiga muscular, junto con una mejora sustancial en su disposición para afrontar las exigencias cotidianas. Estos hallazgos resaltan la importancia de que los docentes de Educación Especial asuman un papel activo en la promoción de la igualdad educativa. En conclusión, está claro que intervenciones como los programas de ejercicio en el lugar de trabajo pueden ser eficaces para mejorar el bienestar de los docentes y, por extensión, la calidad de la educación inclusiva.

Palabras clave: Docentes. Educación Especial. Fatiga. Calidad de Vida.

1 INTRODUÇÃO

Ao longo da trajetória e evolução do trabalho de pesquisa no âmbito da dissertação de mestrado, tornou-se evidente que a maioria das investigações no campo da educação inclusiva está direcionada às características dos discentes, englobando suas limitações físicas e intelectuais, elementos de ordem socioeconômica, aptidão acadêmica e dinâmicas interpessoais. Por conseguinte, constata-se uma lacuna no que tange aos estudos dedicados aos docentes atuantes na área da educação especial, delineando suas próprias características intrínsecas e os desafios cotidianos que enfrentam na promoção efetiva da inclusão no contexto dos educandos portadores de necessidades educativas especiais.

Nesse contexto, os educadores acabam por ser relegados à margem das métricas que ilustram os obstáculos encarados na rotina prática com tais discentes, relacionados às adaptações curriculares, infraestrutura escolar, manifestações comportamentais e às altas expectativas depositadas sobre eles, o que culmina na supressão de suas emoções genuínas, a fim de desempenharem uma função conforme as projeções que incidem sobre sua incumbência educativa.

Os professores que se dedicam à educação especial veem-se incumbidos do cuidado dos alunos acometidos por alguma forma de transtorno ou deficiência no âmbito da expressão verbal, interações sociais, habilidades físicas e processo de adaptação à vida diária, em virtude das barreiras físicas e cognitivas que estes apresentam. Logo, é imprescindível que estejam mais vigilantes em relação ao estado físico e mental desses educandos, prontificando-se a prestar pronta assistência quando necessário e adotando posturas profissionais que propiciem uma compreensão mais abrangente por parte destes. A sobrecarga enfrentada por tais professores revela-se substancial, dada a magnitude das responsabilidades que assumem.

Além disso, suas emoções frequentemente são subjugadas, visto que é comum supor-se que não lhes é permitido expressar emoções negativas de forma aleatória. Desprovidos de canais eficazes para a liberação emocional, esses profissionais veem-se imersos em um fardo acrescido de trabalho emocional (Zhang, *et al.*, 2020).

Nesse contexto, a pesquisa empreendeu esforços para escrutinar o perfil dos docentes dedicados à educação especial no município de Itapemirim-ES, expondo suas limitações físicas e mentais diante das pressões inerentes ao ambiente escolar. O escopo do estudo englobou quatro objetivos específicos, além de uma hipótese subjacente, e a revisão da literatura revelou a presença de múltiplos fatores que exercem influência sobre o estado físico e mental desses educadores no âmbito da implementação da educação inclusiva.

2 METODOLOGIA

Para a pesquisa qualitativa, considerou-se o que postulam Campoy (2019), que apresentam cinco características básicas desse tipo de estudo: tem ambiente natural como sua fonte direta de dados e o pesquisador como seu principal instrumento; os dados gerados são predominantemente descritivos; a preocupação com o processo do estudo é muito maior do que com o produto; o “significado” que as pessoas dão às coisas e à sua vida foram focos de atenção especial do pesquisador; a análise segue um processo indutivo.

Segundo Campoy (2019), os estudos qualitativos fornecem informações sobre as motivações profundas das pessoas, quais são seus pensamentos e sentimentos; eles nos fornecem informações para adaptar o desenho metodológico de um estudo com informações úteis para a interpretação de dados. As técnicas permitem que problemas complexos sejam abordados, como o estudo de crenças, motivações ou atitudes da população, aspectos que seriam difíceis de abordar através de técnicas qualitativas.

Dessa forma, o processo de desenvolvimento do texto sobre o "Perfil do Professor de Educação Especial no Município de Itapemirim-ES: A Prática Docente em um Ambiente Escolar Inclusivo como Fonte de Estresse Físico e Mental" seguiu uma metodologia rigorosa, visando a compreensão aprofundada do tema.

O estudo foi contextualizado levando em consideração as características específicas de Itapemirim-ES, como aspectos culturais, socioeconômicos e políticos, que podem influenciar o perfil do professor de educação especial na região. Cada seção foi elaborada com atenção à clareza e coesão, garantindo uma apresentação eficaz dos resultados.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A literatura mundial retrata de forma clara o ambiente escolar inclusivo como fonte de estresse. Eles são caracterizados pelo excesso de cobrança e falta de apoio da gestão escolar, além do isolamento dos colegas, insatisfação

com o apoio dos pais e os distúrbios emocionais e comportamentais excessivos dos alunos, bem como seus ataques físicos e verbais, muitas vezes geradores de estresse e insatisfação docente (George, *et al.*, 2005).

Resultados semelhantes foram relatados ao falar da inclusão de alunos com síndrome de Down destacando que altos níveis de estresse estão associados à adaptação do currículo para atender às necessidades dos alunos e à manutenção de um ambiente de aprendizado eficaz, o que se atribui à falta de uma formação continuada voltada para a implementação da inclusão (Engelbrecht e Swart, 2001).

Questões administrativas envolvendo total responsabilidade ou responsabilização pelos resultados educacionais dos alunos, bem como a adaptação ao currículo e ajuste dos planos da unidade para atender às suas necessidades num ambiente inclusivo, também contribuem para altos níveis de estresse nos pelos professores de educação especial (Eloff, 2001).

Como consequências do estresse os sintomas nos professores se manifestam em ansiedade e frustração, desempenho prejudicado e rompimento de relacionamentos interpessoais no trabalho e em casa. Dados revelam que esses profissionais entregam mais pedidos de licença médica do que os de outras profissões e têm uma vida útil quatro anos mais curta que a expectativa média nacional, muitas vezes, em decorrência do estresse, motivo maior do seu afastamento do trabalho (Kyriacou, 2001).

Do ponto de vista organizacional, o estresse resulta em uma perda significativa de professores qualificados e experientes devido à demissão e/ou aposentadoria prematura de todos os níveis da força de trabalho. Estressados, aqueles que permanecem na profissão, por outro lado, provavelmente serão menos eficientes em questões-chave, tais como organização das aulas, gerenciamento do comportamento do aluno, capacidade de resposta aos alunos e relações de autoconfiança com os pais (Van Dick, 2001).

Em termos humanos individuais, o custo do estresse do professor pode ser enorme e incluir problemas de saúde, autoconfiança e autoestima reduzidas e relacionamentos pessoais prejudicados. Se a aposentadoria antecipada ou a

demissão são feitas, muitas vezes a consequência é uma situação econômica drasticamente reduzida (Warren, 2003).

Certo grau de estresse é parte normal da vida, mas estressores prolongados podem levar a sintomas físicos, psicológicos ou comportamentais, pois, no momento em que é confrontado com uma situação desafiadora, tensão ou pressão, o sistema nervoso simpático é acionado para ativar uma ampla variedade de secreções hormonais que desencadeiam diversos tipos de reações físicas e psicológicas (O'driscoll e Beehr, 2000).

Os principais achados do estudo que envolveu 15 (quinze) docentes da educação especial do Ensino Fundamental I do município de Itapemirim-ES, com idades entre 34 e 57 anos foi que se trata de profissionais com atuação média de 09 (nove) anos na educação inclusiva e com carga horária mínima de 25hr semanais (40%) até o limite máximo de 40hr (60%) - essas últimas por atuarem em duas escolas de forma simultânea, embora em turnos diferentes (sempre matutino e vespertino), um procedimento permitido pela legislação que rege os processos seletivos das prefeituras da região sul.

A totalidade das docentes (100%) possui ensino superior (graduação/licenciatura em Pedagogia) com no mínimo uma especialização em educação especial, por ser requisito mínimo para atuação na educação inclusiva da rede municipal de educação.

O ambiente escolar (em termos de clima, estrutura e suporte pedagógico) é visto por 75% delas como satisfatório no geral, em relação ao exercício de suas funções, embora 90% delas reclamem da falta de estrutura física e de materiais adequados à prática inclusiva, dependendo do transtorno ou deficiência do aluno. A maioria (80%) relata harmonia e parceria entre as colegas de trabalho, apesar do alto nível de estresse encontrado dentro das atribuições inclusivas.

No entanto, apesar desse relato, 80% delas também consideram seu trabalho repetitivo e 90% acham intenso demais devido à lida diária com a heterogeneidade dos alunos com deficiência física e mental que têm e a necessitam de desenvolver serviços individualizados de forma constante. Como consequência dessa intensidade, 80% delas sentem algum tipo de desconforto com frequência na lombar, pescoço (cervical) nos braços, mãos, pernas e pés.

Soma-se a isso, e praticamente na mesma proporção, o desconforto nos ombros e as dores musculares gerais na maior parte do corpo.

Daí a ideia desse autor de intervir com um programa de ginástica laboral para minimizar os impactos físicos e mentais do estresse e agir como otimizador da qualidade de vida dessas docentes dentro e fora do ambiente escolar. Assim foi possível perceber nesse estudo que apenas 10% delas já realizou algum tipo ginástica laboral - mesmo a maioria fazendo uso da postura mista de ficar sentado e em pé na maior parte do tempo em que acompanha seu aluno com necessidades educacionais especiais.

Os professores assumem as responsabilidades do cultivo dos alunos e do desenvolvimento do seu trabalho educacional. A sociedade muitas vezes mede o desempenho comportamental dos professores usando altos padrões morais e espera que eles sirvam como exemplos para conduzir corretamente a aprendizagem dos alunos. Sob essas altas expectativas, os professores muitas vezes escondem suas emoções reais para desempenhar um papel que esteja de acordo com as expectativas públicas (Wu, Wang e Gao, 2020).

Percebe-se a correlação entre o nível de estresse do ambiente inclusivo, a falta de postura e algumas condições inadequadas de estrutura física para implementar ações e estratégias de ensino com as crianças, pois 20% delas fazem uso de remédios controlados, são diabéticas ou hipertensas. Não foi encontrada nenhuma docente fumante e apenas 15% delas pratica alguma atividade física em decorrência da rotina excessiva de trabalho.

Mesmo diante desse panorama 70% delas nunca procurou serviços médicos ou permaneceu afastada do serviço em decorrência dessa situação; e 80% utilizam com frequência algum tipo de analgésico para dores musculares; Em decorrências de dores musculares 40% ainda têm dificuldades para exercer suas atividades no ambiente escolar e 45% tem dificuldades para dormir; e 30% tem dificuldades para realizar algum tipo de atividade física.

Assim, na implementação semanal do programa de ginástica laboral, percebeu-se que foi sentido desconforto intenso na lombar, nas mãos, costas, pescoço (cervical) braços, pernas e dores musculares gerais por 20% das

docentes; enquanto 15% sentiu o mesmo desconforto de forma moderada e 65% delas teve algum tipo leve ou nenhum desconforto.

No que tange às consequências, o cansaço físico e mental das docentes, após a realização das atividades semanais, foi sentido por apenas 10% delas, assim como todas as demais se sentiram mais dispostas e menos estressadas a realizar suas atividades após a sessão semanal de ginástica laboral.

Estudos explicam que os níveis de saúde mental dos professores de educação especial são mais pobres, e que a taxa de detecção de sintomas de saúde mental, como, por exemplo, o bem-estar ruim, é maior do que entre outros profissionais (Zhang, *et al.*, 2020; Sun, *et al.*, 2019; Conley e You, 2017).

Assim esse estudo sugere o desenvolvimento de outras pesquisas nessa área uma vez que as responsabilidades assumidas pelo professor de educação especial devem ser acompanhadas dos devidos cuidados do seu bem-estar, pois essas questões não afetam apenas a qualidade de vida desse profissional, mas também a qualidade da educação especial pela mediação fundamental que ele exerce dentro do processo inclusivo.

4 CONCLUSÃO

Com base nas evidências científicas que destacam o ambiente escolar inclusivo como fonte de estresse físico e mental, este estudo analisou o principal efeito dessas condições no bem-estar e na qualidade de vida de professores de educação especial e de que forma afeta diretamente a saúde física e mental desses profissionais.

As atividades do professor de educação especial desencadeiam inevitavelmente, ao longo do tempo, um aumento da frequência de dor nas regiões lombar, mãos, costas, pescoço (cervical), braços e pernas, o que faz com que seja imprescindível o estímulo de uma atividade que contemple a manutenção da postura e oriente a consciência corporal, mobilizando corretamente as musculaturas mais prejudicadas no trabalho.

A metodologia fez uso de um programa de ginástica laboral, desenvolvido por este autor, utilizando-o como recurso para minimização dos impactos físicos

e mentais do estresse no ambiente inclusivo. Ao final foi possível observar, no período de quatro semanas de aplicação do programa, uma melhora na qualidade de vida das docentes e uma melhora sensível da dor física e dos aspectos emocionais no exercício de suas atividades.

Dessa forma, espera-se que este trabalho sirva como referência e abra possibilidades para pesquisas futuras no sentido de analisar mais profundamente outras possíveis variáveis como recurso para diminuição dos impactos nocivos do estresse gerado no ambiente escolar inclusivo para esses profissionais de forma a reforçar as interações professor-aluno e melhorar o bem-estar docente, reduzindo o estresse e fornecendo-lhe o apoio necessário para desenvolver um bom clima no ambiente escolar.

REFERÊNCIAS

- CAMPOY, A. T. J. **Metodología de la Investigación Científica**. Manual para elaboración de Tesis y trabajos de Investigación. Asunción, Paraguay: Marben. 2018.
- CONLEY S, YOU S. Key influences on special education teachers' intentions to leave: The effects of administrative support and teacher team efficacy in a mediational model. **Educ. Manag. Admin. Leader**. v. 45, pp.521–540. 2017.
- ELOFF I. **Identification of stressors for teachers in the implementation of inclusive education**. A paper presented at the International Special Education Congress, July 2001. University of Manchester: United Kingdom. 2001.
- ENGELBRECHT P, SWART E, ELOFF I. Stress and coping skills of teachers with students with Down syndrome in inclusive classrooms. **South African Journal of Education**, v. 21, n. 4, 2001.
- GEORGE NL, GEORGE MP, GERSTEN R. *et al.* Leave or stay: an exploratory study of teachers of students with emotional and behavioral disorders. **Remedial and Special Education**, v. 16, p. 227-236, 2005.
- KYRIACOU C. Teacher stress: direction for future research. **Educational Review**, v. 53, n. 1, p. 27-35, 2001.
- O'DRISCOLL MP, BEEHR T. Moderating effects of perceived control and need for clarity in the relationships between role stressors and employee affective reactions. **Journal of Social Psychology**, n. 140, p. 151-159, 2000.
- SUN J, WANG Y, WAN Q. *et al.* Mindfulness and special education teachers burnout: The serial multiple mediation effects of self-acceptance and perceived stress. *Soc. Behav. Pers. Int. J.* v. 47, pp.1–8. 2019.
- VAN DICK R, PHILLIPS U, MARBURG M. *et al.* Stress and tension in teaching: an approach to structural equations. **British Journal of Educational Psychology**, 71, p. 243-259, 2001.
- WARREN E, TOLL C. **The stress workbook**. London: Brearly Publishers, 2003.
- WU TJ, WANG LY, GAO JY. Social Support and well-being of chinese special education teachers: an emotional labor perspective. **Int. J. Environ. Res. Public Health**, v. 17, p. 6884; doi:10.3390/ijerph17186884. 2020.
- ZHANG M, BAI Y, LI Z. Effect of Resilience on the Mental Health of Special Education Teachers: Moderating Effect of Teaching Barriers. **Psychol. Res. Behav. Manag.** 2020, 13, pp.537–544.