UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
COORDENADORIA DO CURSO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS (Modalidade: Licenciatura)

HANNE GABRIELLE CARTAGENES BEZERRA

PROBLEMAS DE SAÚDE E SOBRECARGA DE TRABALHO DOCENTE NO CONTEXTO DO NOVO ENSINO MÉDIO: uma investigação com professores de Ciências Naturais de uma escola pública de São Luís - MA

SÃO LUÍS/MA

2025

HANNE GABRIELLE CARTAGENES BEZERRA

PROBLEMAS DE SAÚDE E SOBRECARGA DE TRABALHO DOCENTE NO CONTEXTO DO NOVO ENSINO MÉDIO: uma investigação com professores de Ciências Naturais de uma escola pública de São Luís - MA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Universidade Federal do Maranhão (UFMA) como requisito para a obtenção do título de Graduação em Ciências Biológicas.

Orientador: Prof. Dr. Carlos Erick Brito de Sousa.

SÃO LUÍS/MA

2025

Ficha Catalográfica

Ficha gerada por meio do SIGAA/Biblioteca com dados fornecidos pelo(a) autor(a).
Diretoria Integrada de Bibliotecas/UFMA

Cartagenes Bezerra, Hanne Gabrielle.
PROBLEMAS DE SAÚDE E SOBRECARGA DE TRABALHO DOCENTE NO CONTEXTO DO NOVO ENSINO MÉDIO: : uma investigação com professores de Ciências Naturais de uma escola pública de São Luís - MA / Hanne Gabrielle Cartagenes Bezerra. - 2025.
34 f.

Orientador(a): Carlos Erick Brito de Sousa.
Curso de Ciências Biológicas, Universidade Federal do Maranhão, São Luís, 2025.

1. Carga de Trabalho. 2. Ensino Médio. 3. Saúde do Professor. 4. Ambiente Escolar. I. Brito de Sousa, Carlos Erick. II. Título.

HANNE GABRIELLE CARTAGENES BEZERRA

PROBLEMAS DE SAÚDE E SOBRECARGA DE TRABALHO DOCENTE: uma investigação com professores de Ciências Naturais de uma escola pública de São Luís - MA

Aprovada em / /

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Carlos Erick Brito de Sousa – Orientador

Universidade Federal do Maranhão – UFMA

Profa. Dra. Andréa Martins Cantanhede

Universidade Federal do Maranhão – UFMA

Prof. Me. Mateus de Lima Correia

Universidade Federal do Maranhão – UFMA

AGRADECIMENTOS

Agradeço, em primeiro lugar, aos meus pais, **Nestor e Erivania**, e à minha irmã, **Anna Beatriz**, por todo amor, dedicação e incentivo constantes. Aos meus cachorros, **Maya e Zeca**, que foram um verdadeiro apoio emocional durante essa jornada.

A minha avó **Elmorane**, minha tia **Nazareth** e meu primo **João Levi**, sou profundamente grata pelo apoio e pela leveza que trouxeram ao final do processo. À toda a minha família, pelo suporte diário e pelas palavras de força nos momentos mais desafiadores.

Meu agradecimento ao **Vitor Guilherme**, pelo apoio, companheirismo durante toda a graduação.

Ao Prof. Dr. **Carlos Erick Brito de Sousa**, pela orientação valiosa e paciência ao longo deste percurso acadêmico.

Sou grata à **Universidade Federal do Maranhão** por ter sido o espaço onde cresci não só academicamente, mas também pessoalmente.

Agradeço aos amigos que fiz e aos de longas datas, que tornaram essa caminhada mais leve e especial.

Por fim, encerro esta etapa com a certeza de que nenhum passo foi dado sozinho, e que cada conquista foi construída com o apoio e carinho de pessoas fundamentais em minha vida. A todos, minha eterna gratidão.

PROBLEMAS DE SAÚDE E SOBRECARGA DE TRABALHO DOCENTE:
uma investigação com professores de Ciências Naturais de uma escola pública de São Luís - MA

HEALTH PROBLEMS AND TEACHER WORK OVERLOAD:
an investigation with Natural Sciences teachers from a public school in São Luís - MA

Resumo

A carga de trabalho dos professores frequentemente é subestimada, focando apenas no tempo em sala de aula, enquanto atividades extraclasses, não remuneradas, podem gerar desgaste e problemas de saúde. Com a implementação do Novo Ensino Médio, em 2022, as jornadas de trabalho praticamente dobraram devido à complexidade curricular, sem o devido preparo profissional. Esta pesquisa qualitativa, realizada em uma escola pública de São Luís - MA, analisou a relação entre a jornada excessiva e os impactos na saúde dos docentes, por meio de entrevistas presenciais, seguindo a metodologia de análise de conteúdo. Os resultados evidenciam que o Novo Ensino Médio trouxe desafios ligados à infraestrutura, à falta de capacitação e ao aumento da carga horária, afetando diretamente o bem-estar dos professores. Apesar das dificuldades, os docentes pesquisados se mostram conscientes das mudanças e apontam a necessidade de maior suporte institucional. Assim, é imprescindível a adoção de políticas que priorizem a valorização docente, visando melhorar tanto a qualidade do ensino quanto a saúde desses profissionais.

Palavras-chave: Carga de Trabalho; Ensino Médio; Saúde do Professor; Ambiente Escolar.

Abstract:

Teachers' workload is often underestimated, focusing only on classroom time, while unpaid extracurricular activities can lead to burnout and health problems. With the implementation of the New High School in 2022, working hours have practically doubled due to the complexity of the curriculum, without proper professional preparation. This qualitative research, conducted in a public school in São Luís - MA, analyzed the relationship between excessive working hours and the impacts on teachers' health, through face-to-face interviews, following the content analysis methodology. The results show that the New High School brought challenges related to infrastructure, lack of training and increased workload, directly affecting teachers' well-being. Despite the difficulties, the teachers surveyed are aware of the changes and point out the need for greater institutional support. Therefore, it is essential to adopt policies that prioritize teacher freciation, aiming to improve both the quality of teaching and the health of these professionals.

Keywords: Workload; Secondary Education; Teacher Health; School Environment.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO **8**

METODOLOGIA **10**

RESULTADOS E DISCUSSÕES **14**

Problemas de saúde associados à sobrecarga de trabalho na visão dos docentes 14

Problemas relacionados à infraestrutura escolar e a falta de suporte emocional 17

Defasagens na formação profissional 20

Dificuldades geradas pelo Novo Ensino Médio 22

CONCLUSÃO **25**

REFERÊNCIAS **25**

ANEXO A - FORMATAÇÃO DA REVISTA PLURAIS - VIRTUAL **30**

APÊNDICE A - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO **32**

APÊNDICE B - ROTEIRO DE ENTREVISTA **34**

INTRODUÇÃO

A sobrecarga de trabalho é uma realidade contemporânea que afeta a saúde física e mental das pessoas. O ritmo acelerado da vida moderna, marcado por longas jornadas e constantes demandas, contribui para o aumento do estresse e da exaustão. Essa carga excessiva não apenas compromete o equilíbrio entre vida profissional e pessoal, mas também eleva os riscos de problemas de saúde. É fundamental buscar um ambiente de trabalho mais equilibrado e promover a sensibilização sobre a importância do bem-estar, visando uma sociedade mais saudável e produtiva.

Um ambiente laboral que respeita limites razoáveis de horas de trabalho, oferece condições seguras e promove um equilíbrio saudável entre vida profissional e pessoal contribui significativamente para a qualidade de vida dos colaboradores. Além disso, uma carga de trabalho justa e bem gerenciada não apenas fortalece a saúde mental e física dos trabalhadores, mas também promove a eficiência no local de trabalho.

O número de casos de estresse vem crescendo cada vez mais, e pode ser considerado um problema característico dos dias atuais. A CNN Brasil, divulgou em 2024, um dado obtido do relatório *People at Work 2023: A Global Workforce View*, do ADP *Research Institute*, no qual consta que 67% dos trabalhadores brasileiros sofrem uma influência pelo estresse em seus ambientes de trabalho. Estando acima da média global que é de 65%, um dado divulgado também pelo ADP Research Institute.

Dessa forma, o estresse dos docentes é uma realidade preocupante que impacta não apenas os profissionais da educação, mas também o sistema educacional como um todo. A constante pressão para cumprir metas, lidar com demandas administrativas e enfrentar desafios no ambiente de sala de aula contribuem para níveis elevados de estresse.

Segundo Duarte (2006), confirma-se o fato de que o esforço gasto pelos indivíduos no processo de trabalho, no decorrer da sua jornada (intensa, extensa, dupla ou tripla), somada às condições de trabalho, afeta a qualidade de vida e a saúde dos trabalhadores. Essa condição pode resultar em exaustão física e mental, comprometendo a qualidade do ensino e a saúde emocional dos educadores.

As consequências do estresse dos docentes refletem-se no desgaste profissional, aumento das taxas de burnout e, por vezes, na redução do entusiasmo pelo ensino. Além disso, o impacto negativo se estende aos alunos, que podem sentir a falta de motivação e

energia por parte dos professores.

A doença de burnout, originada das palavras "burn" (queima) e "out" (fora), é marcada pela exaustão do corpo, influenciada pelo cansaço físico e mental. Esta condição é desencadeada pelo excessivo desgaste enfrentado pelos profissionais em seus locais de trabalho, resultado de uma rotina estressante e de condições adversas. Essa forma extrema de exaustão, também conhecida como esgotamento profissional. Em 2023, o Jornal da USP apresentou um dado da Associação Nacional de Medicina do Trabalho (Anamt), que declarou que cerca de 30% da população brasileira apresenta um quadro médico de esgotamento profissional.

A saúde mental dos educadores merece atenção, pois influencia diretamente na construção de um ambiente educacional saudável e produtivo. Medidas de apoio, gestão eficaz de carga horária e a promoção de práticas de autocuidado são cruciais para mitigar esses efeitos e fortalecer a qualidade da educação.

A crescente demanda por uma educação de qualidade tem colocado os profissionais da área em um cenário desafiador, no qual as jornadas de trabalho excessivas tornam-se uma realidade preocupante. Segundo Tostes et al. (2018), o docente está cada vez mais encarregado de diversas responsabilidades, com exceção das usualmente associadas à sua profissão, enfrentando uma situação em que sua qualificação é subestimada e sua carga de trabalho é excessiva. No contexto do Novo Ensino Médio, que busca reformular as práticas pedagógicas, inovação no cenário educacional, a intensificação das atividades docentes tem sido uma constante.

> A fim de camuflar o caráter regressivo da reforma e forjar um consenso social sobre sua urgente necessidade, a propaganda do ‘Novo’ Ensino Médio ocupou-se, desde o início, de culpabilizar escolas e profissionais da educação por um fenômeno social complexo e multicausal: o grande contingente de jovens egressos/as do ensino médio que não prosseguem os estudos no ensino superior e nem encontram uma colocação profissional. (Cássio; Goulart, 2022, p. 286).

Existe certa exigência de novos métodos, abordagens e uso de ferramentas inovadoras. Os docentes, dentro desse contexto, estão tendo que se habituar em áreas que não são as suas de formação. Com a diminuição da carga horária da grade curricular, houve o aparecimento de itinerários que precisam ser cumpridos pela escola, além de eletivas de base, tutorias entre outros. Com isso existe uma necessidade de estudo e aprimoramento de técnicas para que o calendário escolar seja cumprido por esses profissionais, porém há carência de algum tipo de preparo para tais exigências, tanto por parte dos professores como das escolas.

Essa sobrecarga de responsabilidades e a necessidade constante de adaptação acabam impactando diretamente a rotina e o bem-estar dos docentes, o que levanta questionamentos sobre os efeitos desse cenário na saúde desses profissionais.

Este estudo propõe investigar as implicações da carga horária dos professores, explorando sua relação com o surgimento de problemas de saúde. Trabalhadores em geral passam por situações desgastantes diariamente, o que acaba atingindo sua saúde. Alguns estudos já exploraram essa temática com foco na saúde docente, em que consta que existe um impacto significativo no bem-estar desses profissionais, causado pelo estresse gerado pelas extensas jornadas de trabalho, geralmente negligenciado. De acordo com Tostes *et al.* (2018), cerca de 29,73% dos professores participantes de sua investigação indicaram experienciar algum tipo de condição de saúde mental; o estresse é presente em grande parte desses relatos; outras condições que também ocorrem nos relatos desses profissionais são ansiedade e depressão.

É um momento crucial para a educação, dessa forma, compreender os efeitos desse fenômeno torna-se de grande importância, não apenas para a saúde individual dos educadores, mas também para o desenvolvimento eficaz do sistema educacional como um todo. Devido essa justificativa, o presente estudo tem como objetivo geral: Analisar a relação entre jornadas de trabalho excessivas de professores e o aparecimento de problemas de saúde, considerando a influência do novo ensino médio em uma escola pública de São Luís - MA. E como objetivos específicos: Identificar os principais problemas de saúde associados à sobrecarga d8e trabalho, a partir das visões de um grupo de docentes de Ciências Naturais de uma escola pública de São Luís - MA; Investigar as concepções dos professores investigados sobre os impactos do novo ensino médio em suas jornadas laborais.

METODOLOGIA

Para compreender a percepção de docentes de ciências da natureza sobre sua jornada de trabalho e a influência do novo ensino médio, foi adotada uma abordagem qualitativa. De acordo com Godoy (1995), a investigação qualitativa desfruta de uma posição reconhecida dentre as diversas abordagens para analisar os fenômenos que dizem respeito aos indivíduos e suas complexas interações sociais, manifestadas em uma variedade de contextos. Logo, é uma pesquisa em que a abordagem de investigação que se concentra na compreensão

profunda e contextualizada de fenômenos sociais complexos. Ela busca explorar e interpretar as experiências, perspectivas e significados dos participantes, utilizando métodos como entrevistas, observação participante e análise de documentos. Em vez de números e estatísticas, a pesquisa qualitativa valoriza a riqueza dos dados descritivos e a busca pela compreensão dos fenômenos estudados (Godoy, 1995).

De início foi realizada uma sondagem acerca do assunto, para que assim houvesse um referencial a ser seguido. A pesquisa bibliográfica foi uma etapa de grande importância, pois permitiu o acesso a conhecimentos preexistentes sobre o tema em questão, facilitando o desenvolvimento de uma base sólida para fundamentar as etapas seguintes da pesquisa.

O local onde a coleta de dados foi efetuada é em uma escola pública de São Luís/MA. O local se trata de uma escola que possui uma estrutura pequena, mas de nível fundamental e médio, localizada em um bairro de periferia, próximo ao Centro da cidade. A escola é chamada de escola-piloto no cenário do Novo Ensino Médio, e por isso, muitas situações adversas ocorrem no local, pois esta é como se fosse um “laboratório de teste” dessa nova forma de ensino.

Quanto à infraestrutura do local, constata-se que muitas salas não estão sendo utilizadas de forma funcional, servindo como depósitos ou laboratórios inativos, enquanto os ventiladores estão fora de operação. Adicionalmente, há uma preocupante ausência de fornecimento de merenda escolar. Logo, se trata de um ambiente escolar que possui dificuldades para a implantação dessa proposta de ensino, e são nessas condições em que atuam os professores que foram entrevistados. Por esse motivo, foi feita a seleção desta escola para ser o campo de estudo, uma vez que esses profissionais são diariamente desafiados a superar as dificuldades, e, por outro lado, comprometem sua saúde física e mental.

O público-alvo dessa pesquisa são docentes de ambos os sexos, independente de idade, com atuação na proposta do Novo Ensino Médio. Não foi necessário nenhum tipo de liberação da escola, porém, os participantes assinaram Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE- Apêndice A), que foi elaborado em virtude dos procedimentos éticos, uma vez que sempre estiveram cientes dos objetivos e procedimentos da pesquisa à qual voluntariamente decidiram participar. Desde o princípio foi assegurado, por meio do consentimento informado dos participantes, o anonimato e a confidencialidade.

A pesquisa desenvolveu-se de forma descritiva, focalizando a experiência dos

docentes atuantes na área de Ciências, havendo a participação de cinco professores. Dessa maneira, foi realizado um convite via aplicativo de mensagens para que os docentes participassem de forma voluntária desta investigação acadêmica.

As perguntas foram elaboradas para explorar a jornada de trabalho dos docentes, referentes ao aparecimento de doenças. Então, foram considerados aspectos como: o tempo de dedicação ao trabalho, alimentação, rotina, se existe um cuidado pessoal, e atividades que eles realizam no tempo livre. Além disso, foi investigado minuciosamente se existe alguma influência do Novo Ensino Médio nas práticas docentes, buscando compreender as percepções dos profissionais em relação a essa mudança no ensino, ou seja, foi explorado se cada docente sentiu algum tipo de impacto com a chegada do Novo Ensino Médio, se o número de demandas influenciou de certa forma a saúde, entre outras percepções de cada entrevistado.

A entrevista é de caráter semiestruturado, seguindo um roteiro já elaborado, porém com um certo espaço para perguntas que podem surgir dependendo da particularidade de cada entrevista. As entrevistas semiestruturadas são definidas por perguntas fundamentais que são embasadas em teorias e suposições pertinentes ao tema em estudo (Oliveira; Guimarães, Ferreira, 2023).

As entrevistas ocorreram de forma presencial, porém, para que houvesse uma flexibilidade, ficou a critério de cada professor escolher realizar a entrevista presencial ou online, com uso de plataforma de videoconferência. Todos os professores optaram pela entrevista presencial na escola, de forma individual; três entrevistas ocorreram em salas não utilizadas pela escola e assim garantiu uma certa privacidade dos demais entrevistados e respostas mais complexas e ricas em detalhes. Outras duas entrevistas foram realizadas em sala de aula, no período de aplicação de avaliações do semestre, o que limitou de certa forma as respostas dos professores, pois deram respostas mais objetivas e curtas.

As respostas foram registradas por meio de gravador de voz em aparelho celular. Para melhor entendimento das análises, foi atribuído aos participantes um código para preservar a identidade de cada um, sendo adotada a letra P (professor) seguida de um número correspondente à ordem cronológica das entrevistas (P1, P2, P3, P4, P5), ou seja, não se deu de forma aleatória.

A análise de dados foi conduzida pela fundamentação de Bardin (2016), utilizando a

técnica de análise de conteúdo, que se divide em três etapas: pré-análise, caracterizada pela leitura flutuante; exploração do material, que se baseia nas operações de codificação; tratamento dos dados, inferência e interpretação. A etapa de pré-análise foi baseada em pesquisas e levantamentos bibliográficos para que fosse enriquecido o número de informações que se tem sobre a temática, além da leitura da própria entrevista, visando a uma familiarização com os dados coletados. Na etapa seguinte, as respostas adquiridas nas entrevistas foram transcritas na íntegra, passando, posteriormente, por alguns recortes, a fim de facilitar a codificação e a visualização da ocorrência de cada código definido.

Antes de aglutinar os códigos, foi traçado um perfil geral dos professores, a entrevista foi iniciada com perguntas gerais sobre idade, tempo de experiência em sala de aula, área de formação e jornada de trabalho semanal. As idades dos professores entrevistados variam entre 48 e 55 anos. O tempo de atuação na profissão varia de 21 a 31 anos, o que evidencia uma trajetória profissional consolidada e ampla experiência na área de ensino. O corpo docente geral da escola é predominantemente feminino, e isso influenciou no grupo de entrevistados, composto por quatro mulheres e apenas um homem. Quanto às áreas de formação, duas docentes são graduadas em Biologia, duas em Química e um graduado em Física.

Foi feito um levantamento acerca da carga horária de cada entrevistado, e foi unânime a resposta de 40 horas semanais, porém, três dos professores têm essa carga horária de trabalho dividida em mais de uma escola. Essa necessidade de trabalhar em mais de uma escola geralmente está ligada a salários considerados insuficientes. “Os baixos salários associados à precariedade do trabalho docente impelem os profissionais a assumirem empregos em várias escolas, na tentativa de complementar seus rendimentos mensais” (Levy et al., 2009, p. 464).

Essa prática tem consequências diretamente ligadas à qualidade de vida desses educadores, pois se veem na necessidade de conciliar longas jornadas, mais tempo dedicado ao deslocamento urbano, às demandas de cada instituição, e até mesmo conciliar a pausa para as refeições. Um dos entrevistados relata que tal jornada afeta a sua forma de alimentar, visto que, no ano de 2024, as refeições eram feitas de forma rápida ou insuficiente, o que resultou em algo negativo para a sua saúde. Além de interferir no bem-estar, essa rotina impacta também na desenvoltura profissional, por exemplo, comprometendo a dedicação de cada profissional ao planejamento de aulas, relação professor-aluno, à formação continuada, entre outros.

Da aglutinação dos códigos, foi realizado o processo de categorização e interpretação dos resultados obtidos, como disposto pela análise de conteúdo. Foram construídas algumas categorias que sintetizam as questões levantadas pelos participantes. As categorias são: **Problemas de saúde associados à sobrecarga de trabalho na visão dos docentes,** que faz um destaque nos problemas mais recorrentes no cotidiano de cada professor**; Problemas relacionados a infraestrutura escolar e emocional,** nessa categoria aborda as limitações físicas e materiais da escola onde foi realizado o estudo; **Defasagens na formação profissional**, categoria que destaca as lacunas no preparo de cada docente que enfrentam diariamente os desafios do ambiente escolar; e **Dificuldades geradas pelo Novo Ensino Médio** que evidencia os impactos e obstáculos decorrentes da implementação dessa nova forma de ensino.

Por fim, as categorias de análise foram discutidas consoante trabalhos já realizados por outros autores. Esse levantamento bibliográfico é de grande importância para contextualizar as análises em relação ao impacto da jornada excessiva de trabalho na saúde dos docentes, proporcionando discussões com um leque de análises já existentes sobre o tema.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Problemas de saúde associados à sobrecarga de trabalho na visão dos docentes

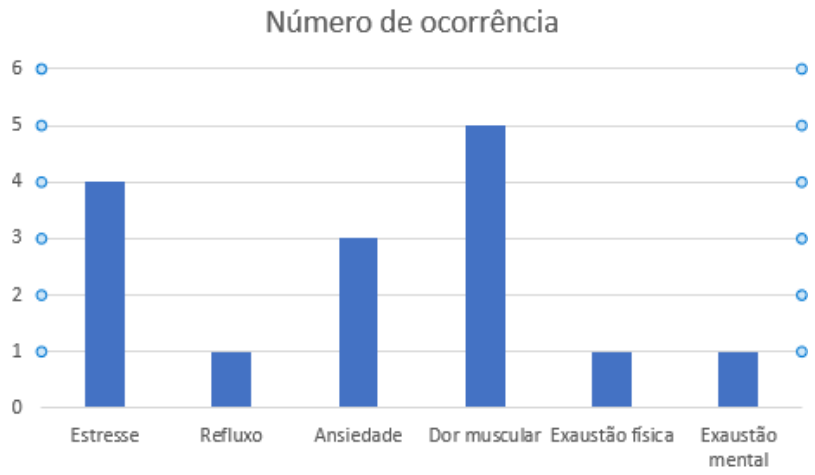
Toda essa carga horária intensa exercida pelos professores está se tornando um debate que precisa de atenção. A necessidade de atender a inúmeras demandas acaba excedendo o tempo determinado para um professor.

O levantamento realizado com os professores revelou um cenário preocupante acerca desses impactos na saúde. Todos os entrevistados mencionaram dores musculares como queixa frequente no seu dia a dia, e isso destaca o desgaste físico que é associado ao professor. Em relação ao estresse, apenas uma professora declarou não se sentir estressada, embora todos tenham certificado que toda semana sentem um cansaço significativo. Um dos entrevistados alegou que, no mínimo, dois dias da semana são marcados por uma exaustão física. “Sinto **todos os dias**, mas principalmente nas segundas-feiras, eu não tenho horário vago, então eu saio bem desgastada fisicamente” (P4, grifo nosso).

O gráfico 1 demonstra os problemas de saúde registrados nas respostas dos professores entrevistados. A dor muscular foi o problema mais citado, estando presente em

100% dos relatos. O estresse aparece em segundo lugar, sendo mencionado por quatro professores, seguido pela ansiedade, relatada por três deles. Os professores que citaram ansiedade realizam acompanhamento com profissional, porém apenas um confirmou, com certeza, que enfrentou um início de síndrome de burnout, evidenciando a gravidade da situação para a saúde mental na profissão docente.

Gráfico 1 - Problemas de saúde mencionados pelos professores.



Fonte: própria (2024)

A profissão docente exige muito mais do que o intelecto; é fundamental que o bem-estar físico e emocional do professor seja priorizado, embora essa preocupação ainda não seja amplamente difundida. O ambiente escolar demanda bastante do corpo, independentemente da idade ou do estilo de ensino adotado por cada profissional. Alguns utilizam tecnologias modernas, como projetores e computadores, enquanto outros preferem métodos tradicionais, como o uso de quadro branco e pincel. Em ambas as abordagens, o corpo está constantemente em atividade, e a permanência prolongada em pé durante as aulas pode gerar desconfortos físicos e, em casos mais graves, problemas de saúde.

Essa situação é ainda mais desafiadora para professores que lecionam em múltiplas escolas, enfrentando longas jornadas e deslocamentos frequentes. A docência, sendo uma atividade integral, muitas vezes é romantizada, o que negligencia a necessidade de lazer e descanso para a manutenção da saúde e da qualidade de vida desses profissionais.

> A realização das atividades, intra ou extraclasse também é outro fator que exige do professor condições físicas e psicológicas, pois geram esforço físico (necessidade de força e resistência muscular para a busca de informações atualizadas, transportando livros e materiais, ficar sentado ou em pé por

> tempo prolongado, escrevendo ou desenhando) e esforço mental (para as exigências cognitivas e psíquicas) (Sanchez et al., 2013, p. 68).

O autocuidado também é negligenciado quando se trata da melhoria da saúde desses profissionais. Entre os cinco entrevistados, nenhum relatou praticar atividades físicas ou adotar qualquer alternativa que contribua para o fortalecimento e a resistência do corpo. “E a falta desta atividade física propicia ao indivíduo fraqueza muscular, maior possibilidade de fadiga muscular e o impossibilita de suportar as longas horas de trabalho semanais, podendo ocorrer afastamentos de trabalho devido a doenças ocupacionais”(Sanchez et al, 2013, p. 73). Carvalho e Alexandre (2006, p. 39) complementam: “No entanto, destaca-se que 46,5% dos professores não realizam atividade física, o que pode ser explicado pela falta de tempo, dupla jornada de trabalho ou por questões socioeconômicas”.

A sociedade em si deposita nos professores uma confiança e responsabilidade enorme que é formar jovens e adultos para o mundo, por outro lado, não se interessam em preconizar todo o esforço exercido por cada um desses profissionais. O trabalho árduo além de trazer problemas físicos, pode gerar vários problemas. “Ensinar é uma atividade em geral altamente estressante, com repercussões evidentes na saúde física, mental e no desempenho profissional dos professores.” (Reis et al., 2006, p. 231).

O estresse sempre foi um aspecto ligado aos professores, porém, com o Novo Ensino Médio, tal sensação vem se tornando cada vez mais habitual na vida de cada um. O local onde o estudo ocorreu é uma escola-piloto, ou seja, todas as mudanças e novas ideias eram testadas nessa escola; o ano de 2023 foi considerado pelos professores o pior devido às grandes mudanças, foi um longo período de adaptação que afetou professores e alunos. A docente P1 alega que os alunos se queixaram pela forma como estão sendo tratados, e confidenciaram a ela que vem apresentando comportamento arrogante nos últimos meses. Logo podemos observar que o estresse interfere além do professor, mas em tudo relacionado a ele.

A ansiedade foi a terceira condição mais mencionada, sendo citada por três professores. Segundo a *American Psychiatric Association* (2014), a ansiedade e a depressão apresentam características variadas e complexas, estando profundamente presentes na sociedade contemporânea. O número de pessoas que sofrem de ansiedade vem sendo ampliado no mundo inteiro, independentemente de sexo, idade ou classe social, e isso tem se tornado uma preocupação crescente, já que se trata de uma doença mental que interfere diretamente no modo de vida das pessoas. “Ansiedade é um sentimento vago e desagradável

de medo, apreensão, caracterizado por tensão ou desconforto derivado de antecipação de perigo, de algo desconhecido ou estranho" (Castillo et al, 2000, p. 20).

No relato a seguir, é possível observar essa perspectiva do medo do novo: “Ansiedade é o principal, ansiedade por conhecer o ambiente de trabalho que às vezes não é acolhedor, então eu já fico ansiosa […] por conta desses **novos componentes curriculares,** mentalmente, a gente fica muito mais cansado” (P5, grifo nosso).

A profissão docente exige muito mais do que apenas dar aulas. Por trás do trabalho em sala de aula, há a elaboração de planos, reuniões escolares, acompanhamento individual de alunos, cumprimento de prazos e diversas outras atividades, muitas vezes invisíveis aos olhos da sociedade. Essa multiplicidade de demandas gera uma pressão tanto externa quanto interna, que pode levar os professores a se sentirem incapazes de cumprir todas as responsabilidades que lhes são atribuídas.

O ambiente escolar, por sua vez, também pode se tornar um gatilho para a ansiedade. A falta de estrutura adequada é um dos principais fatores que intensificam o problema, pois obriga os professores a se esforçarem ainda mais para atender às expectativas dos alunos, frequentemente ignorando seus próprios limites.

Problemas relacionados à infraestrutura escolar e a falta de suporte emocional

A segunda categoria deste estudo trata da falta de suporte institucional aos professores, tanto no que diz respeito à infraestrutura quanto ao suporte emocional. Diversos relatos evidenciam a carência desse amparo por parte da escola.

O primeiro ponto levantado foi a ausência de suporte emocional. Segundo um dos entrevistados, a implementação do Novo Ensino Médio foi um processo caótico, e a escola, diante desse cenário, se omitiu, sem demonstrar qualquer preocupação com o estado psicológico dos docentes envolvidos. Mesmo após a implantação do novo modelo, com o desgaste evidente entre os professores, a instituição não demonstrou interesse em orientá-los ou oferecer qualquer tipo de apoio.

Quando questionados sobre a existência de recursos institucionais ou palestras sobre bem-estar, todos os participantes responderam negativamente. Uma das entrevistadas acrescentou que trabalha em outra instituição participante de outra rede de ensino, e que esse tipo de suporte nunca foi oferecido. Os docentes mencionaram que a única iniciativa da escola nesse sentido ocorreu durante a pandemia, mas ainda assim nada a fundo: “A única palestra

online que existiu foi na época da pandemia, porém se tratou apenas de cuidados e de forma **superficial”** (P3, grifo nosso).

A falta de um acompanhamento psicológico contínuo foi uma das principais queixas, pois a sobrecarga gerada pelo novo modelo tem impactado significativamente a vida pessoal dos professores e, consequentemente, a qualidade do ensino. De acordo com Reis (2009), A ocorrência de adoecimento e a emissão de atestados médicos entre professores está relacionada às condições de trabalho, sendo influenciada por aspectos como carga horária extensa, alta exigência e cobranças constantes, pressão por produtividade, ausência de autonomia, escassez de tempo para autocuidado, desvalorização profissional, interferências políticas e conflitos com a gestão escolar.

Uma perspectiva interessante levantada por uma professora retrata a falta de um profissional que cuide da saúde mental, pois alunos e professores estão doentes e precisando de suporte: “Por exemplo, nós **precisamos ter psicólogo**, porque os adolescentes estão mais doentes do que antes. E aí sobrecarrega também o professor com os problemas dele, além dos nossos” (P1, grifo nosso). Outro acrescenta: “Deveria ter mais **assistência** ao professor” (P4, grifo nosso).

Diante desse cenário, uma das professoras destacou que a principal forma de apoio vem dos próprios colegas, que formam uma rede de suporte informal para amparar aqueles que, em determinados momentos, sentem-se sobrecarregados pelas demandas excessivas: “A gente sempre **compartilha** as dores. A gente meio que cria uma **rede de apoio**, né, pelo menos da **escuta** empática. O pessoal fala, né? A sobrecarga, a dificuldade com alguns componentes curriculares” (P5, grifo nosso).

Saindo da questão do suporte emocional, os docentes também relatam insatisfação com a infraestrutura precária, que impacta diretamente sua motivação e desempenho em sala de aula. A escola em questão, que atende turmas do 1º ao 3º ano do ensino médio, dispõe de poucos recursos, carece de ambientes que estimulem a criatividade dos alunos e, muitas vezes, não oferece nem mesmo materiais básicos para as aulas. “Ampliar a carga horária sem ampliar a estrutura física das escolas e o número de profissionais da educação é ampliar a precariedade” (Silva; Boutin, 2018, p. 528).

Além disso, um dos problemas mencionados foi a limitação do acesso à *internet*. Na instituição onde os dados foram coletados, o sinal de *wifi* funciona apenas na secretaria, o que

contrasta com a proposta inovadora do Novo Ensino Médio, que pressupõe o uso de tecnologia como ferramenta pedagógica, como pode ser observado no trecho a seguir que discorre sobre o requerido para a proposta:

> i) flexibilização do currículo escolar, com a implementação de itinerários formativos que permitiriam a escolha de percursos afins aos projetos de vida individuais dos/as estudantes; ii) ampliação da carga horária total e do número de escolas de tempo integral, beneficiando especialmente os/as estudantes do período noturno; e iii) qualificação profissional ao alcance dos/as estudantes que não tivessem o ensino superior como meta imediata (Cássio; Goulart, 2022, p. 287).

As falas a seguir evidenciam a discrepância entre o que a legislação prevê para o Novo Ensino Médio e a realidade vivenciada nas escolas públicas: "Quem implementou **desconhece a realidade,** principalmente da sala de aula numa escola pública, onde as **demandas são outras**. Chega ser piada eles falarem de robótica na nossa escola sendo que a sala de informática é depósito, **não tem computador**" (P2, grifo nosso).

Apontando os mesmo problemas: "Falta suporte **técnico**, **ferramentas** relacionadas ao uso de ***internet*** também, que pudesse, de uma certa forma, complementar, não substituir, mas complementar o nosso trabalho, tudo isso seria maravilhoso" (P4, grifo nosso).

A falta de infraestrutura tecnológica, especialmente a ausência de conexões de *internet* adequadas, é um desafio significativo para a implementação eficaz do Novo Ensino Médio em muitas escolas públicas. De acordo com um estudo do Núcleo de Informação e Coordenação do Ponto BR (NIC.br), embora 89% das escolas públicas estejam conectadas à *internet*, apenas 29% dispõem de equipamentos como computadores, notebooks ou tablets para uso dos alunos.

No testemunho a seguir, mostra que mesmo sem o suporte adequado, alguns professores tentam arcar com algumas despesas para proporcionar uma aula de qualidade para os alunos: "Aí vem eletiva de base nós participamos de reuniões que eles falam muito para nós fazermos algo diferenciado, esse ano estou novamente com eletiva de base de práticas, sendo que sou **eu que arco com os custos**, então fizeram uma mudança mas é mais do mesmo. Eles só querem que façam, eles estimulam muito o protagonismo juvenil, mas **não nos dão direcionamento nem recursos**" (P5, grifo nosso). As questões destacadas por Silva e Boutin (2018, p. 529) contemplam essa discussão:

> Deste modo, saber a cargo de quem ficará os itinerários formativos é uma preocupação constante, já que o sistema de ensino em questão pode vir a não

> ofertar o itinerário formativo desejado pelo aluno, e pior ainda, o sistema de ensino pode vir a ofertar somente aqueles itinerários que os recursos, muitas vezes precários, permitirem.

A dedicação para suprir as falhas estruturais dessa inovação na educação tem gerado um desgaste crescente entre os docentes, que se esforçam cada vez mais para construção de conhecimento científico básico com os jovens em todo o Brasil. Esses esforços, porém, acabam impactando gradativamente o bem-estar físico e mental dos professores, afetando sua rotina e qualidade de vida diariamente.

Defasagens na formação profissional

Nesta categoria, buscou-se verificar se houve algum tipo de preparo para a implementação do Novo Ensino Médio e, em caso positivo, analisar como essa formação ocorreu. No entanto, os participantes relataram unanimemente que não receberam qualquer tipo de capacitação oferecida pela escola para enfrentar a nova estrutura de ensino. A ausência dessa etapa gerou diversas lacunas, pois muitos professores não receberam informações básicas sobre como iniciar as novas disciplinas introduzidas no currículo. Isso reforça a importância da formação continuada para garantir um ensino de qualidade. “A formação continuada de professores é um processo constante de aperfeiçoamento do fazer pedagógico, buscando promover saberes mais abrangentes” (Reis et al., 2020, p. 3).

Além disso, a parte diversificada do currículo foi atribuída aos professores sem qualquer tipo de orientação ou referencial, desconsiderando suas áreas de formação. Quando questionado sobre se houve algum preparo por parte da escola, alguns destacaram: “Nossa escola foi piloto, então foi de uma forma jogada, foi péssima, muito ruim. **Todo dia chegava uma coisa nova**, tu estava terminando de fazer um plano de aula anual para uma **disciplina que tu nunca trabalhou**, aí já vinha uma diretriz nova para aquela disciplina. **Muda toda hora o planejamento**, porque termino de gastar bastante tempo para fazer uma coisa, não, isso aqui está errado agora. Refaz ” (P2, grifo nosso).

Na escola onde a pesquisa foi realizada, observou-se que docentes formados em áreas específicas foram designados para atuar em disciplinas distintas de sua especialidade, devido à proposta de interdisciplinaridade incentivada pelo Novo Ensino Médio. Embora essa abordagem tenha seu valor, a falta de estrutura e suporte institucional tornou sua aplicação desafiadora.

A queixa de ter que atuar em uma área que não tem domínio, apareceu em todos relatos, a seguir algumas narrativas que evidenciam essa perspectiva: “Nem sempre estão dentro da área dos nossos conhecimentos. Então, **requer mais do profissional**” (P1, grifo nosso). Em outros discursos, porém com o mesmo ponto de vista: “Queixas de cansaço e aumento de trabalho principalmente em área que **não tivemos preparo**” (P3, grifo nosso). P4 (grifo nosso) também mencionou o problema: “E ter que trabalhar com uma **disciplina que você não domina**, não foi formado para isso, complicado, mas a gente está tentando”. A este respeito, Melo (2022, p. 116) explica que

> Sair do tradicionalismo disciplinar e partir para a elaboração de planejamentos interdisciplinares, que transformem a realidade das escolas e as práticas de ensino, com professores atuando coletiva e colaborativamente é um desafio que que necessita não só de suporte técnico, financeiro e pedagógico por parte das entidades governamentais, mas também de engajamento, compromisso e criticidade para ser vencido.

“No entanto, demanda tempo, planejamento e, neste caso específico, de implementação do novo Ensino Médio, requer orientação e suporte pedagógico” (Silva et al, 2023, p. 8-9). Diante desse cenário, uma das professoras destacou que o próprio corpo docente tem assumido o papel de orientar colegas inexperientes em relação à parte diversificada do currículo:

> “Os da parte diversificada, nós **só somos notificados**, você vai ficar com tal. E aí, por exemplo, esse ano mesmo, uma professora entrou em contato comigo, porque como eu já tinha participado de tutoria e aí ela recebeu tutoria e ela ficou aflita. Tu acha? Como é? Será que eu dou conta assim? Porque a gente **não tem esse preparo”** (P5, grifo nosso).

Uma crítica recorrente entre os professores diz respeito à disciplina de Tutoria, uma das novas áreas de ensino. Segundo os entrevistados, essa disciplina, mais do que as outras, exige preparo profissional ou até mesmo o profissional de fato, algo que não foi fornecido, tornando sua implementação ainda mais complexa para os docentes: “**Contratar pessoas que pudessem trabalhar melhor**. Por exemplo, projeto de vida e tutoria, seria bom botar na rede de ensino um **psicólogo**” (P1, grifo nosso).

Partindo de um ponto reflexivo e um pouco mais delicado, durante a entrevista um dos participantes compartilhou o seguinte discurso:

> "Tutoria eu vejo sendo um componente curricular para ser ministrado aqui por um profissional da área. Embora a tutoria não seja para um atendimento psicológico, mas quando eu, enquanto tutora, fazia os “atendimentos”, e eu perguntava para o estudante o que estava acontecendo, porque o tutor é para fazer esse acompanhamento disciplinar. Mas eu tinha que entender como é a rotina desse aluno. E teve uma situação que me marcou até hoje, que eu fiz a

> escuta, eu só consegui conversar com uma estudante durante o horário todo. E quando ela me relatou o que ela estava passando na vida pessoal, que era isso que estava afetando, era um caso para ser encaminhado, para um apoio psicológico. Aí o que eu faço com essa informação? A gente recebe isso, mas eu não sei como posso ajudá-la e aí eu repassei para a coordenadora e ali mesmo ficou" (P5).

Muitas responsabilidades, além de ensinar, têm sido atribuídas aos professores. Assumir, de certa forma, o papel de psicólogo é uma prática arriscada, comprometendo tanto a saúde dos professores quantos dos próprios alunos. "A ausência do psicólogo na equipe escolar também pode conduzir a soluções superficiais e temporárias na gestão de conflitos, sem abordar as causas fundamentais dos problemas." (Santos, 2023, p. 12).

Dificuldades geradas pelo Novo Ensino Médio

A última categoria construída a partir das respostas dos professores diz respeito às alterações na carga horária. Com a implementação do Novo Ensino Médio, foi implementada a chamada área diversificada, que inclui itinerários formativos, aprofundamentos curriculares, eletivas de base e tutoria. Embora, na teoria, essa proposta seja considerada bem estruturada e apresente um modelo inovador, na prática, dentro da realidade dessa escola, a execução tem se mostrado bastante problemática.

> Esses professores não acreditam que as mudanças nos conteúdos trazem benefícios aos alunos e argumentam que a reforma resultou em alunos desinteressados e desmotivados, podemos interpretar essa afirmação como uma desigualdade no acesso aos conteúdos e os impactos que isso tem na formação dos jovens das escolas públicas (Rodrigues, 2023, p. 53-54).

Os professores passaram a assumir, além de suas disciplinas regulares, o ensino da área diversificada, o que resultou em uma sobrecarga significativa. O que antes demandava um único planejamento agora exige dois; a elaboração de materiais dobrou; e as pesquisas para a preparação das aulas também foram ampliadas, aumentando o volume de trabalho docente. Além dessas novas demandas, cresceram também as responsabilidades, incluindo a correção de atividades, o acúmulo de tarefas burocráticas e o acompanhamento pedagógico dos alunos.

Quando questionados sobre o aumento da carga horária destinada ao planejamento de aulas devido à introdução das novas disciplinas, a maioria dos professores não soube precisar um número exato, pois alegaram ter variação semanal é grande. No entanto, estimaram um acréscimo de aproximadamente 10 a 12 horas semanais, evidenciando o impacto dessa reestruturação no cotidiano profissional e na qualidade de vida dos docentes: "Eu já estive

com tutoria, então eu tenho que **demandar muito mais tempo** porque eu tenho que pesquisar, aprender, e aí vai aprofundamentos, eletiva de base"(P5, grifo nosso).

Em outra narrativa, foi feito um parâmetro de dias alegando precisar de mais que o necessário para uma elaboração de aula: "Quando nós estamos trabalhando com a eletiva de base para IF [*itinerário formativo*] e outros, é um novo planejamento, eles pegam **dois dias de serviços a mais** para planejar a bendita aula" (P1, grifo nosso). P2 (grifo nosso) também demonstrou a sobrecarga de atividades com esse modelo:

> "**Aumentou muito.** O Novo Ensino Médio aumentou a quantidade de serviços, mesmo pegando o mínimo da parte diversificada, é impossível não aumentar pelo menos **10 horas** semanais. Essas pessoas que elaboram essas mudanças não tem um parâmetro, só dizem, ó, tem que fazer isso, tem que fazer aquilo. Quando tu vai fazer tudo que tu soma, **ultrapassa a tua carga horária**".

O problema central dessa categoria não é a implementação da área diversificada em si, mas o tempo que cada uma dessas novas demandas consome. Com a introdução dessas disciplinas, houve uma redução na carga horária das matérias básicas, como Biologia, Química e Física. Embora essa diminuição possa, à primeira vista, parecer benéfica, muitos professores expressam preocupação com seus impactos. Demonstrando mais uma vez seu comprometimento com a educação, os docentes relatam a dificuldade de condensar conteúdos essenciais dentro de um tempo reduzido.

A necessidade de selecionar e enxugar temas importantes acaba comprometendo a profundidade e a qualidade do ensino, tornando o processo de aprendizagem mais superficial e fragmentado: "Fica **resumido o conteúdo** da disciplina e eu tenho que **filtrar** o que será pedido nas provas do Enem ou no futuro desse estudante. Então, eu preciso fazer uma análise do conteúdo bem maior e isso **consome mais tempo**. Fico em casa batendo cabeça com isso" (P1, grifo nosso).

A dificuldade de condensar os conteúdos é uma luta diária e uma preocupação, principalmente por conta dos alunos que almejam entrar em alguma universidade e farão seletivos externos: **"Diminuiu a minha disciplina**, que é química. Fico de mãos atadas pois tenho que trazer todo conteúdo cobrado, não posso só passar por cima" (P4, grifo nosso).

P5 (grifo nosso) discorre sobre o sofrimento causado após a implementação dessas mudanças no ensino médio:

> "Biologia tem **uma hora semanal, e isso me causa sofrimento**, eu tenho um conteúdo extenso. E como é que eu faço para eu falar desse conteúdo para alunos que têm perspectiva de ingressar em uma faculdade? E aqui, na escola, eu **não consigo repassar esse conteúdo.** Então, isso para mim, profissionalmente, me causa muita pressão, muita ansiedade e sofrimento. Por exemplo, está terminando o ano letivo e eu não estou nem na metade do conteúdo. Então influencia muito minhas aulas pois eu **não tenho dedicação total** a ela".

A redução do tempo dedicado a essas disciplinas de formação compromete a qualidade do ensino, gerando frustração entre os professores, que se veem impossibilitados de desenvolver seus conteúdos de forma aprofundada. A sensação de não conseguir cumprir sua função adequadamente, somada à insegurança gerada pela diminuição de aulas, contribui para altos níveis de estresse, ansiedade e desmotivação.

A seguir, mais algumas falas de professores mostrando seu descontentamento com a redução das horas de suas disciplinas: "Eu **deixei de dar aulas da minha disciplina**. Não sinto vontade de me esforçar muito para essa parte diversificada, então nossa relação estava meio monótona, sou professora de biologia, **1 hora aula não é suficiente**" (P4, grifo nosso). Em concordância com a fala anterior, um participante complementa: "**Não tenho mais total dedicação à minha disciplina** devida a área diversificada" (P3, grifo nosso).

A necessidade de dividir o tempo entre disciplinas regulares e a área diversificada tem resultado em planejamentos duplicados, aumento da carga burocrática e dificuldades para aprofundar conteúdos essenciais. Além disso, a redução da carga horária de matérias fundamentais compromete a formação dos alunos e gera frustração nos docentes, que se veem impossibilitados de cumprir seu papel de forma eficaz. Como consequência, o cenário se traduz em desmotivação, estresse e um ensino mais superficial, distanciando a prática educacional das intenções propostas pela reforma.

Ao final da entrevista, os participantes foram questionados sobre a possibilidade de ajustes no Novo Ensino Médio que pudessem favorecer tanto a saúde e o bem-estar dos professores quanto à aprendizagem dos alunos. As respostas obtidas refletem suas percepções e sugestões para melhorias no modelo atual:

> "A primeira ideia é consultar as pessoas que realmente trabalham em sala de aula, porque o que a gente vê são professores que vão para esses cargos de chefia, são aqueles professores que mais passaram o tempo na gestão e administrando do que no chão de sala de aula. O conteúdo de Física, quando ele foi proposto agora na matriz do Maranhão, você vê lá que a realidade do que foi proposto lá é muito diferente do que a gente consegue ministrar na

> sala de aula. Ainda tem mais, tem uns conteúdos que eles colocaram lá que nem no Enem é cobrado praticamente" (P2).

Outras respostas mais diretas destacam que a simples iniciativa de oferecer aos professores um espaço ativo nas decisões sobre o ensino já representa um grande avanço e demonstra respeito com o profissional: "Acredito que dar local de fala para nós professores já seria um começo" (P4); "Poderia, de início seria formular essas mudanças em conjunto com os docentes" (P5).

Diferente da maioria das respostas, em que alguns apresentam sugestões para uma melhoria no Novo Ensino Médio, apenas uma participante defende uma não melhoria, mas a total anulação desse novo modelo de ensino: "Seria interessante excluir o Novo Ensino Médio" (P1).

CONCLUSÃO

Com base nos dados apresentados, conclui-se que o Novo Ensino Médio exerce uma influência no bem-estar dos professores, revelada por desafios relacionados à infraestrutura inadequada, à insuficiência no preparo profissional e às mudanças na carga horária. Apesar das dificuldades enfrentadas diariamente, é possível observar que os professores estão plenamente cientes das influências desse novo modelo educacional em sua rotina.

Foi possível constatar que poucos dos pesquisados buscam estratégias para se adaptar, enquanto a maioria manifesta a necessidade urgente de um suporte institucional mais estruturado, como forma de garantir uma transição menos desgastante e mais produtiva. Logo, torna-se essencial que os gestores educacionais e órgãos competentes estejam atentos a essas demandas, implementando políticas que priorizem a valorização desses docentes, de modo a assegurar não apenas a qualidade do ensino, mas também a saúde e o bem-estar dos profissionais que desempenham papel significativo na educação.

REFERÊNCIAS

American Psychiatric Association (2014). (DSM-5): Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais (5ª ed.). Artmed

BARBOSA, Andreza; CUNHA, Renata Cristina Oliveira Barrichelo; MARTINS, Verônica, Estado do conhecimento sobre jornada de trabalho docente no ensino fundamental e médio,

Horizontes, v. 37, p. e019012–e019012, 2019.

BARDIN, Laurence. **Análise de Conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 2016.

BARBOSA, Andreza *et al*, Tempo de trabalho e de ensino: composição da jornada de trabalho dos professores paulistas, **Educação e Pesquisa**, v. 47, p. e235807, 2021, p. 1.

CAÇÃO, Maria Izaura. **Jornada do Trabalho Docente:** delineamento histórico da organização do trabalho do magistério público estadual paulista. 2001. 226 f. Tese (Doutorado) - Curso de Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2001. Cap. 3. Disponível em: https://core.ac.uk/download/pdf/296828842.pdf. Acesso em: 7 mar. 2024.

CARVALHO, Ajfp; ALEXANDRE, N. M. C., Sintomas osteomusculares em professores do Ensino Fundamental, **Brazilian Journal of Physical Therapy**, v. 10, p. 35–41, 2006.

CÁSSIO, Fernando; GOULART, Débora Cristina, A implementação do Novo Ensino Médio nos estados: das promessas da reforma ao ensino médio nem-nem, **Retratos da Escola**, v. 16, n. 35, p. 285–293, 2022.

CASTILLO, Ana Regina GL *et al*, Transtornos de ansiedade, **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 22, p. 20–23, 2000.

DUARTE, Adriana Maria Cancella, O PROCESSO DE TRABALHO DOCENTE NA EDUCAÇÃO BÁSICA: A ANÁLISE DOS PESQUISADORES DA REDE ESTRADO, **Revista de Ciências Humanas**, n. 2, 2006.

FARIA, Graciela Sanjutá Soares; RACHID, Alessandra, Jornada de trabalho dos professores da rede pública de ensino, **Revista da FAE**, v. 18, n. 2, p. 162–177, 2015.

GODOY, Arilda Schmidt, Pesquisa qualitativa: tipos fundamentais, **Revista de Administração de Empresas**, v. 35, p. 20–29, 1995.

LEVY, Gisele Cristine Tenório De Machado; NUNES SOBRINHO, Francisco De Paula; SOUZA, Carlos Alberto Absalão De, Síndrome de Burnout em professores da rede pública, **Production**, v. 19, n. 3, p. 458–465, 2009.

MELO, Luana. **A interdisciplinaridade como metodologia de ensino em favor do desenvolvimento da competência argumentativa em uma escola estadual de ensino médio no distrito de Taboquinhas/Itacaré-Bahia**. 2022. 143 f. Dissertação (Mestrado Profissional em Educação) - UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SANTA CRUZ – UESC, [*S. l.*], 2022.

NIC.BR. **Na Mídia - Maioria das escolas públicas não entrega Internet adequada aos alunos, aponta monitoramento.** Disponível em: <https://www.nic.br/noticia/na-midia/maioria-das-escolas-publicas-nao-entrega-internet-adequada-aos-alunos-aponta-monitoramento/>. Acesso em: 25 mar. 2025.

Novo Ensino Médio: entenda as 3 principais críticas ao modelo, Galileu, disponível em: <https://revistagalileu.globo.com/sociedade/educacao/noticia/2023/04/novo-ensino-medio-entenda-as-3-principais-criticas-ao-modelo.ghtml>. acesso em: 7 mar. 2024.

OLIVEIRA, Silvaney de; GUIMARÃES, Orliney Maciel; FERREIRA, Jacques de Lima, As entrevistas semiestruturadas na pesquisa qualitativa em educação, **Revista Linhas**, v. 24, n. 55, p. 210–236, 2023.

REIS, Eduardo *et al*. Docência e Exaustão Emocional. **Educ. Soc**, Campinas, v. 27, n. 94, p. 229-253, abr. 2006. Disponível em: https://www.scielo.br/j/es/a/sbzFLvJbZLg69wmdVx7Ppkm/?format=pdf&lang=pt. Acesso em: 15 jan. 2025.

REIS, Mira et al. Ensino Remoto: Importância e Benefícios da Capacitação Docente. In: CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO, 7., 2020, Maceió. **Anais.** Maceió: Realize, 2020. Disponível em: <https://www.editorarealize.com.br/editora/anais/conedu/2020/TRABALHO_EV140_MD1_SA1_ID3072_01092020110637.pdf>. Acesso em: 2 fev. 2025.

REIS, Maria. **Gestão, trabalho e adoecimento docente**: caminhos e descaminhos na Fundação Escola Bosque. 208 f. Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal do Pará, Instituto de Ciências da Educação, Belém, 2009.

RODRIGUES, Raimunda. **VOZES DOS PROFESSORES DE MATEMÁTICA E FÍSICA:** OS IMPACTOS DO “NOVO” ENSINO MÉDIO EM UMA ESCOLA ESTADUAL

DE ITACOATIARA. 2023. 67 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAZONAS - UFAM, [*S. l.*], 2023. Disponível em: https://riu.ufam.edu.br/bitstream/prefix/7783/8/TCC_RaimundaRodrigues.pdf. Acesso em: 14 jan. 2025.

SALEME, Isabelle, **Estresse no trabalho afeta 67% dos brasileiros, aponta estudo**, CNN Brasil, disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/economia/financas/estresse-no-trabalho-afeta-67-dos-brasileiros-aponta-estudo/>. acesso em: 12 mar. 2024.

SANCHEZ, Hugo *et al*. Incidência de dor musculoesquelética em docentes do ensino superior. **RBMT**, [*s. l.*], p. 66-75, 2013. Disponível em: https://biblat.unam.mx/hevila/Revistabrasileirademedicinadotrabalho/2013/vol11/no2/3.pdf. Acesso em: 6 jan. 2025.

SANTOS, Carlos Eduardo. A ausência de psicólogos e os desafios psicossociais na escola pública: um relato de experiência. **Revista Educação Pública**, v. 24, n. 45, 2023. Disponível em: https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/24/45/a-ausencia-de-psicologos-e-os-desafios-psicossociais-na-escola-publica-um-relato-de-experiencia/. Acesso em: 25 mar. 2025.

SILVA, Karen Cristina; BOUTIN, Aldimara Catarina, Novo ensino médio e educação integral: contextos, conceitos e polêmicas sobre a reforma, **Educação (UFSM)**, v. 43, n. 3, p. 521–534, 2018.

SILVA, Tamires Silva da; PASQUALLI, Roberta; SPESSATTO, Marizete Bortolanza, DESAFIOS DA IMPLEMENTAÇÃO DO NOVO ENSINO MÉDIO: O QUE DIZEM OS PROFESSORES, **Educação em Foco**, v. 28, n. 1, p. e28007–e28007, 2023.

Síndrome de burnout acomete 30% dos trabalhadores brasileiros, Jornal da USP, disponível em: <https://jornal.usp.br/radio-usp/sindrome-de-burnout-acomete-30-dos-trabalhadores-brasileiros/>. acesso em: 18 mar. 2024.

Síndrome de Burnout, Ministério da Saúde, disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/sindrome-de-burnout/sindrome-de

-burnout>. acesso em: 12 mar. 2024.

TOSTES, Maiza Vaz *et al*, Sofrimento mental de professores do ensino público, **Saúde em Debate**, v. 42, p. 87–99, 2018.

ANEXO A - FORMATAÇÃO DA REVISTA PLURAIS - VIRTUAL

Título: Centralizado, em caixa alta, negrito, Times New Roman 12, com espaçamento entre linhas 1,0.

Subtítulo: Abaixo do título, centralizado, em caixa baixa, negrito, Times New Roman 12, com espaçamento entre linhas 1,0.

Margem: Superior, inferior, esquerda e direita: 2,5 cm

Resumo: A palavra "Resumo" deve ser alinhada à margem esquerda, em Times New Roman 12, negrito. O corpo do resumo deve conter de 100 a 250 palavras, escrito em duas línguas: português e a língua estrangeira utilizada no título (inglês, espanhol ou francês). Texto justificado, espaçamento simples entre linhas, fonte Times New Roman 12.

Palavras-chave: Até cinco palavras, separadas por ponto e vírgula e finalizadas por ponto. Grafadas em letra minúscula, exceto substantivos próprios e nomes científicos. Alinhamento à margem esquerda, texto justificado, fonte Times New Roman 12, espaçamento simples entre linhas.

Títulos das Seções: Alinhados à margem esquerda, negrito, Times New Roman 12, texto justificado. Um espaço entre o final da seção anterior e o título. Espaçamento entre linhas: 1,5.

Espaçamento no Texto: Todo o texto deve ser em Times New Roman 12, justificado, espaçamento 1,5 entre linhas, sem espaçamento adicional entre parágrafos.

Citações: Até 3 linhas: no corpo do texto, entre aspas duplas, com referência no formato: (Autor, ano, p. xxx), conforme ABNT NBR 10520:2023.

Citações mais de 3 linhas: destacadas com recuo de 4 cm, texto justificado, fonte Times New Roman 11, espaçamento simples, com referência no formato: (Autor, ano, p. xxx), conforme ABNT NBR 10520:2023.

Aspas duplas: apenas para citações literais. Aspas simples: para citações dentro de citações literais.

Palavras Estrangeiras: Devem ser grafadas em itálico, exceto em URLs.

Notas de Rodapé: Apenas explicativas, inseridas no final da página, em Times New Roman 10, conforme ABNT NBR 10520:2023.

Referências: Devem seguir rigorosamente a norma ABNT NBR 6023:2018.

Figuras (desenhos, gráficos, mapas, esquemas, fotografias): Inseridas no texto, centralizadas, já configuradas para garantir a legibilidade. Não devem ser adicionadas como anexos.

Responsabilidade: O conteúdo de cada texto submetido à Revista Plurais – Virtual é de inteira responsabilidade de seus autores e autoras.

APÊNDICE A - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE BIOLOGIA
CURSO DE LICENCIATURA EM BIOLOGIA

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Eu, _____ ,
declaro que estou ciente e concordo em participar da pesquisa intitulada **PROBLEMAS DE SAÚDE E SOBRECARGA DE TRABALHO DOCENTE:** uma investigação com professores de Ciências Naturais de uma escola pública de São Luís - MA, conduzida pela aluna de graduação **HANNE GABRILLE CARTÁGENES BEZERRA**, sob a orientação do **Prof. Dr. Carlos Erick Brito de Sousa.**

Entendo que minha participação envolverá a coleta de dados e gravações de áudio da minha pessoa, destinadas exclusivamente para fins de pesquisa científica. Estou ciente dos procedimentos metodológicos da pesquisa.

Autorizo expressamente que o material e as informações obtidas durante a pesquisa possam ser utilizados na monografia e em possíveis trabalhos decorrente desta. No entanto, solicito que minha identidade não seja revelada por nome em qualquer forma de publicação ou uso.

Compreendo que os dados e gravações de voz coletadas durante o estudo serão de propriedade do pesquisador responsável pela pesquisa e permanecerão sob sua guarda. Além disso, estou ciente de que posso desistir de participar da pesquisa a qualquer momento.

São Luís._____ de _____ de 2024

_____

Nome completo do entrevistado

_____

Assinatura da pesquisadora

APÊNDICE B - ROTEIRO DE ENTREVISTA

1. Qual sua idade e há quanto tempo leciona?
2. Quantas horas por semana você trabalha, incluindo aulas, preparação de aulas, correção de provas e outras atividades escolares?
3. Você percebeu um aumento na sua carga horária após a implementação do novo ensino médio? Se sim, pode quantificar esse aumento?
4. Nos últimos anos, você apresentou algum problema de saúde relacionado ao estresse ou à sobrecarga de trabalho? Pode descrever?
5. Com que frequência você sente sintomas de cansaço extremo, dores musculares ou outros sintomas físicos relacionados ao trabalho?
6. Você já experimentou sintomas de ansiedade, depressão ou burnout? Pode compartilhar como esses sintomas têm afetado sua vida pessoal e profissional?
7. Quais estratégias ou recursos você tem utilizado para lidar com o estresse e a sobrecarga mental no trabalho?
8. Você considera que a escola oferece recursos suficientes para apoiar a saúde e o bem-estar dos professores? Pode dar exemplos?
9. Existem programas de suporte psicológico ou bem-estar na sua escola? Você já participou de algum? Como foi a experiência?
10. Como você avalia a implementação do novo ensino médio em sua escola? Quais foram as principais mudanças que você observou?
11. Essas mudanças afetaram a forma como você organiza e prepara suas aulas? Em caso afirmativo, de que maneira?
12. A carga de trabalho excessiva tem afetado sua relação com os alunos? Se sim, como?
13. Você percebe que seus colegas de profissão também enfrentam problemas de saúde relacionados ao trabalho excessivo? Pode dar exemplos de situações que observou?
14. Quais mudanças você acredita que poderiam ser implementadas para melhorar a carga de trabalho dos professores e, consequentemente, sua saúde?
15. Quais mudanças você acredita que poderiam ser implementadas para melhorar a carga de trabalho dos professores e, consequentemente, sua saúde?
16. Você gostaria de deixar alguma mensagem ou sugestão para os responsáveis pela formulação das políticas educacionais?