

A PRESENÇA DE DOR NO COTIDIANO DE PROFESSORES DA UNIVERSIDADE REGIONAL DO NOROESTE DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL – UNIJUÍ¹

Sabrina Dallepiane²
Simone Eickhoff Bigolin³

Resumo:

Este estudo objetiva investigar sobre a presença de dor no cotidiano dos professores da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul – Unijuí, bem como sua relação com a sobrecarga psíquica. Baseia-se em uma pesquisa de caráter quantitativo/qualitativo, realizada com 24 professores dos diferentes departamentos da Universidade. Os resultados observados quanto à presença de dor foi referida por 96% dos pesquisados e aumento da carga psíquica em 50% dos sujeitos. Mediante estas condições, a Fisioterapia destaca-se como possibilidade para atuar na prevenção, na educação em saúde e na reabilitação destes trabalhadores acometidos por alguma forma de desconforto ou dor no cotidiano laboral.

Palavras-chave: Trabalho. Professores universitários. Dor. Fisioterapia.

The Presence of the Diary Pain of the Professors of the Northwestern Regional University of the State of Rio Grande do Sul – Unijuí

Abstract:

This study objectivys to investigate the presence of the diary pain of the professors of the Northwestern Regional University of the State of Rio Grande do Sul – Unijuí, as well as its relation with the psychic overload. It bases on a research of character quantitative/qualitative, done with 24 professors of the different departments of the University. The related results a presence of pain, related for 96% of searched and the psychic load increase in 50% of those. By means of these condition, it Physiotherapy detaches possibility to act in the prevention, in the education in the health and the whitewashing of workers attacked for some way of discomfort or occupational illnesses.

Keywords: Work. Professors. Pain. Physiotherapy.

¹ Trabalho de Conclusão de Curso realizado como requisito para conclusão do curso de Fisioterapia.

² Autora do estudo.

³ Fisioterapeuta. Mestre em Educação. Docente do Departamento de Ciências da Saúde da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul – Unijuí. simoneb@unijui.tche.br.

Introdução

O trabalho apresenta-se como fator determinante na vida do ser humano. Mais do que necessário à sobrevivência, através dele o homem se manifesta para o mundo, exterioriza seus pensamentos e cria a reação de transformar a natureza. Nesse contexto surge o interesse em conhecer o cotidiano de uma categoria profissional de extrema importância na nossa sociedade: o professor universitário.

Esses são “os sujeitos que constroem a história da universidade, sendo agentes de divulgação e perpetuação do conhecimento” (Demo, 1993, p. 127). Envolvida na sociedade capitalista, o espaço da universidade não foge às regras de produção, níveis de pressão e ritmos e jornadas de trabalho que vão além dos limites humanos.

Refletindo sobre esta condição, o estudo se propôs a investigar a presença de processos dolorosos, bem como o aumento da carga psíquica decorrentes do exercício da profissão docente no ensino superior. Buscou também refletir sobre os principais fatores, ações, situações que enfrentam no dia-a-dia que podem estar levando o professor universitário ao adoecimento.

Diagnosticando e analisando os problemas do cotidiano do professor universitário é possível pensar alternativas para a prevenção e tratamento a nível individual e institucional, contribuindo para uma melhor qualidade de vida dos professores, nos diferentes espaços em que atua. O profissional, estando ciente dos riscos que corre, terá melhores condições de reconhecer quando está chegando aos seus próprios limites e adotar as estratégias apropriadas de equilíbrio no seu dia-a-dia.

É preciso cuidar da Universidade e dos seus personagens, buscando formas de adaptação às exigências do mundo atual e alternativas possíveis, preservando a qualidade de vida das pessoas, pois são estas que contribuem e mantêm o projeto da Unijuí, reconhecido em todo o país por seu trabalho comunitário e regional.

Método

Este estudo caracterizou-se por uma abordagem quantitativa/qualitativa, descritiva e exploratória. Foi realizado com uma população de 24 professores, 2 de cada departamento da Unijuí, sendo utilizados como critérios para seleção da amostra a carga horária mínima de 30 horas semanais de trabalho, do plano de carreira da Universidade, o que determina o maior envolvimento e dedicação dos docentes na Universidade, sendo convidados a participar, um professor e uma professora de cada departamento, escolhidos por sorteio. Essa população corresponde a 10% do total de professores com carga horária de 30 horas ou mais. Esta carga horária representa 55% do total de professores da universidade.

Para a coleta dos dados da pesquisa foram utilizados dois instrumentos: uma Anamnese Clínico-Ocupacional, na forma de um questionário fechado, elaborada pelo professor Jadir Camargo Lemos, que foi adaptada em alguns itens, e uma Escala de Avaliação da Carga Psíquica, de autoria do mesmo professor. Os docentes da Unijuí foram convidados a participar, sendo explicitado o propósito da pesquisa, encaminhando-se os questionários a cada departamento mediante autorização e após o devido consentimento e preenchimento, foram recolhidos.

A análise aconteceu pelo cruzamento dos diversos dados obtidos com o questionário aplicado, relacionando-se e discutindo sobre os resultados, com o auxílio de literaturas sobre o assunto. Para melhor visualização e compreensão, os dados são apresentados por meio de tabelas, gráficos, medidas descritivas, desvio padrão e teste estatístico F (Anova).

Perfil da população analisada

Do universo dos 24 professores participantes da pesquisa, pode-se visualizar na tabela 1, que 54,2% são do sexo feminino e 45,8% do sexo masculino. Destes, 75% são mestres, 20,8% doutores, e somente um (4,2%) especialista. Com relação à carga horária, 75% possui 36 horas semanais de trabalho, 20,8% 40 horas e 4,2% 30 horas semanais de trabalho.

Devido aos critérios para seleção da amostra, o perfil apresentado na tabela 1, foi de certa forma, pré-definido no que diz respeito ao sexo e a carga horária.

Tabela 1

Perfil dos professores universitários pesquisados, março/2004		
Perfil	n	%
Feminino	13	54,2
Masculino	11	45,8
Especialista	1	4,2
Mestre	18	75,0
Doutor	5	20,8
30 horas/semana	1	4,2
36 horas/semana	18	75,0
40 horas/semana	5	20,8

Fonte: Pesquisa de campo, Dallepiane S., 2004

A tabela a seguir (tabela 2), faz referência à idade dos sujeitos da pesquisa, podendo-se observar que esta varia entre 32 e 68, anos com média 43,88 ± 8,61 anos, o que demonstra que estão vivendo uma fase de grande produção intelectual.

Tabela 2

Medidas descritivas para a idade dos professores universitários pesquisados, março/2004

Mínima	Máxima	Média	Desvio-padrão
32	68	43,88	8,61

Fonte: Pesquisa de campo, Dallepiane S., 2004

São professores no auge da sua produtividade, que provavelmente há alguns anos já exercem a profissão docente, buscando maior aprendizado, firmando-se como pesquisadores, na construção de teses e dissertações de mestrado e doutorado, sem deixar de lado o trabalho em sala de aula e, em muitos casos, as atividades administrativas. Esse cotidiano pode contribuir para o acúmulo de cargas físicas e mentais durante as rotinas de trabalho.

Sintomatologia apresentada

Mesmo os professores tendo consciência da importância dos cuidados com a saúde, percebe-se por meio da pesquisa, que os processos dolorosos são freqüentes, envolvendo quase a totalidade dos pesquisados. 23 (96%) dos professores sentem dores e somente 1 (4%) professor não sente dor, como pode ser observado no gráfico 1. Os dados superam a afirmação de Dias (apud Cañete, 2001, p. 64) com relação aos trabalhadores em geral; o autor coloca que “um terço das pessoas sempre sente dor e trabalha com dor”.

Gráfico 1



A dor é a resposta física aos excessos sofridos pelo organismo. Pode resultar tanto de uma sobrecarga física, como também ser o resultado da somatização do sofrimento psíquico e mental. Segundo Cailliet (2000, p. 37), não se considera mais a dor como sendo apenas um sintoma, atualmente, ela é considerada uma doença, um sinal de alarme que protege o corpo de lesões dos tecidos.

Com relação à localização da dor, pode-se observar na tabela 3, que a maior prevalência está na coluna, indicada por 14 (60,9%) dos professores que sentem dor, seguida da cabeça referida por 13 professores (56,5%), braços por 7 professores (30,4%), pernas por 7 professores (30,4%), pés por 3 professores (13%), ombros por 3 professores (13%), joelhos por 1 professor (4,3%).

Tabela 3**Local de dor nos professores universitários pesquisados, março/2004**

Dor	n	%*
coluna	14	60,9
cabeça	13	56,5
braços	7	30,4
pernas	7	30,4
pés	3	13,0
ombros	3	13,0
joelhos	1	4,3

Fonte: Pesquisa de campo, Dallepiane S., 2004

* percentual dentre os professores que sentem dor n=23

Os acometimentos à coluna vertebral tem ocupado os primeiros lugares nas estatísticas de morbidade em todos os países. A movimentação corporal para desenvolvimento de atividades, seja de força ou destreza, causam importantes desgastes físicos principalmente nas articulações interapofisárias, disco intervertebral, músculos e ligamentos (Pereira, 2001, p. 73).

Conforme o mesmo autor, vários estudos demonstram que 60% a 80% da população adulta tem ou teve um período na vida com um episódio incapacitante de dor na coluna vertebral, principalmente da coluna lombar. As dores na coluna, especialmente na região cervical, na maioria das vezes não indicam um problema na coluna em si, refletem que algo não está bem no organismo.

Na pesquisa empírica com os professores universitários, foram apontadas por eles, principalmente, dores na região cervical que, em grande parte são de origem tensional, devido ao longo período que permanecem na postura sentada, estática, com excessivas exigências de concentração relacionados aos desafios diários em termos de criação e produtividade, que envolve a escrita de textos, correção de trabalhos, planejamentos, leituras, pesquisas em geral. Conforme França (2001, p. 33), “uma flexão de cabeça por longo período de tempo na posição sentada resulta numa tensão por estiramento muscular enquanto uma extensão da

cabeça por longo período de tempo, em posição sentada, motiva uma tensão por encurtamento muscular”.

A má postura assumida durante a realização das tarefas, associada às ferramentas e mobiliários impróprios à fisiologia dos sujeitos, pode ser geradora de condições dolorosas à coluna vertebral em todos os seus segmentos, cervical, torácica e lombar.

Em se tratando de dor de cabeça, referida por 56,5% dos professores, segundo Cicco (2004), o tipo mais comum é a chamada “dor tensional episódica”, causada por falta de sono, estresse, cansaço, entre outros. A tensão do dia-a-dia é a causa mais frequente das dores de cabeça, mas, elas podem aparecer por diversas causas e não escolhem idade nem sexo. As dores de cabeça são um mal extremamente comum, mas, ao mesmo tempo, um dos mais difíceis de definir. Ela varia de intensidade e pode ser sentida como um ligeiro desconforto ou como uma dor insuportável. As causas são tão variáveis que, muitas vezes, fica difícil determinar com exatidão qual o problema físico ou emocional que a está desencadeando.

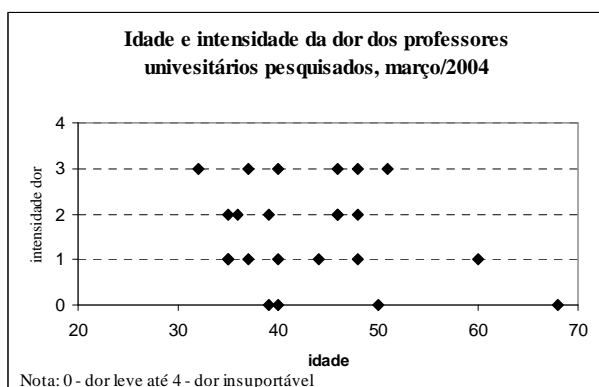
Em sua maioria, as dores de cabeça não são sintomas de um problema grave, mas apenas sinais de tensão, fadiga, ansiedade ou distúrbios emocionais. Algumas vezes são reflexo de um distúrbio em alguma outra parte do corpo, muito raramente ocorrendo como resultado de uma doença grave. A enxaqueca é um tipo especial de dor, que afeta apenas uma área limitada da cabeça; em geral, é acompanhada de outros sintomas, como vômitos ou perturbações da visão.

A presença de dor em braços, referida por 30,4% dos sujeitos, pode estar relacionada ao cotidiano do professor, que como visto no item anterior, sobrecarrega os membros superiores com movimentos repetitivos, durante as atividades de escrita e digitação. Deve-se lembrar que o trabalho com braços suspensos, exigido para a escrita no quadro, é uma importante causa de acometimentos à articulação do ombro, como a síndrome do impacto e as bursites. Outra questão que se faz referência é o fato do professor carregar um grande número de livros e apostilas diariamente, que acaba fatigando os membros superiores e sobrecarregando a coluna destes profissionais.

As dores nas pernas podem estar relacionadas ao fato do professor permanecer muito tempo na postura em pé, durante o trabalho em sala de aula, sobrecarregando a musculatura dos membros inferiores, ou então, longos períodos sentado, postura que interfere na circulação. Conforme França (2001, p. 33), “a posição sentada dificulta o retorno venoso e linfático, pois a pressão na parte posterior das coxas funciona como importante obstáculo”.

Além das dores freqüentes que os professores referem, é preocupante a intensidade das mesmas. No gráfico 2 é apresentado como os professores classificam a dor que sentem.

Gráfico 2

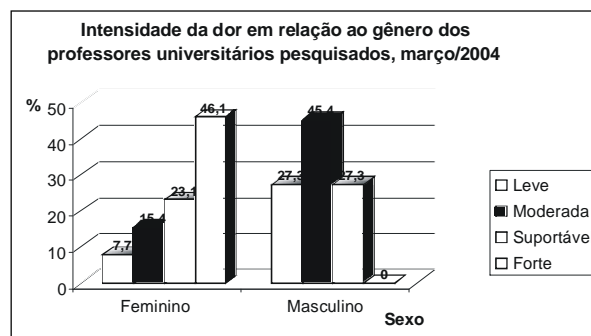


Observa-se que 6 professores sentem dores fortes, 5 dores suportáveis, 6 com intensidade moderada e 4 referiram sentir dores leves. Visualizando o gráfico, também é possível perceber que não existe uma relação significativa entre a idade e a intensidade da dor. Percebe-se que dois professores como mais idade (60 e 68 anos) sentem dor leve ou moderada. Também observa-se que nenhum professor indicou dor insuportável.

Torna-se pertinente salientar que a dor apresenta um caráter subjetivo, difícil de ser quantificada. A mesma intensidade pode ser sentida de diversas formas por diferentes pessoas, mesmo assim, percebe-se que a dor sentida pelos pesquisados é uma dor significativa e não um sintoma esporádico. Merece atenção especial o fato desses profissionais estarem sentindo cotidianamente dores com intensidades variáveis, que podem ter graves conseqüências futuras.

O gráfico 3 apresenta a relação entre o gênero dos participantes (masculino e feminino) e a intensidade da dor referida pelos mesmos. Percebe-se que há prevalência de dor forte entre as mulheres (46,1%), sendo que nenhum homem indicou sentir dor forte. Nos homens a maior prevalência é de dor moderada (45,4%). Saliente-se que uma mulher (7,7%) refere não sentir dor.

Gráfico 3



As dores sentidas pelos professores em questão merecem reflexões, pois estão interferindo nas atividades desenvolvidas na Universidade. Pode ser observado na tabela 4, que dos 23 professores que sentem dor, 12 referiram ter dificuldades nas atividades laborais devido a essa dor. Dos professores que tem dificuldade nas atividades laborais, 10 (83,3%) fizeram tratamento para o alívio da dor, e entre os professores que não tem dificuldade nas atividades laborais 6 (54,5%) fizeram tratamento.

Tabela 4

Dificuldade nas atividades laborais em relação ao tratamento entre os professores universitários que sentem dor, março/2004

Dificuldade nas atividades laborais	Tratamento		Total
	Sim	Não	
Sim	10	2	12
% dentro de dificuldade	83,3	16,7	100,0
Não	6	5	11
% dentro de dificuldade	54,5	45,5	100,0
Total	16	7	23
% dentro de dificuldade	69,6	30,4	100,0

Fonte: Pesquisa de campo, Dallepiane S., 2004

A intensidade dessas dores tem provocado afastamentos temporários do trabalho, o que causa descontinuidade nas ações dos professores e insegurança na sua vida profissional, podendo elevar os níveis de estresse.

Tabela 5

Local da dor em relação às dificuldades nas atividades laborais dos professores universitários pesquisados, março/2004

Local da dor	Dificuldade		Total
	Sim	Não	
Coluna, cabeça	3	1	4
Coluna	2	1	3
Cabeça, ombros	1	1	2
Joelho, braços	1	1	2
Coluna, cabeça, pés	1	-	1
Coluna, cabeça, pernas	1	-	1
Coluna, joelho, braços	1	-	1
Cabeça	1	-	1
Quadril	1	-	1
Coluna, cabeça, joelho	-	1	1
Coluna, cabeça, joelho, braços	-	1	1
Coluna, ombros, braços	-	1	1
Coluna, joelho	-	1	1
Cabeça, pés	-	1	1
Cabeça, joelho, braços	-	1	1
Pés	-	1	1
Total	12	11	23

Fonte: Pesquisa de campo, Dallepiane S., 2004

Constata-se que o professor se afasta, se medica, trata sua dor temporariamente, mas volta para a mesma rotina geradora dos processos dolorosos. Ele acaba desconsiderando as causas que o afastaram, voltando a repetir os mesmos erros, sem modificar o ritmo, a intensidade, a postura, todos os fatores que juntos estão sobrecarregando seu organismo. Dessa forma, os sintomas dolorosos retornam. Muito se deve também ao próprio professor que não se impõe limites, mesmo sabendo o que lhe está causando os processos dolorosos, não toma as providências necessárias, agravando seu quadro algíco.

Tabela 6

Avaliação das condições do ambiente de trabalho dos professores universitários pesquisados, março/2004

Ambiente	Excelente		Muito boa		Boa		Regular		Péssima		média ^{ns}	desvio padrão
	n	%	N	%	n	%	n	%	n	%		
Ventilação	3	12,5	5	20,8	9	37,5	4	16,7	3	12,5	3,04	1,1971
Mobiliário	1	4,2	6	25,0	10	41,7	7	29,2	-	-	3,04	0,8587
Iluminação	1	4,2	4	16,7	14	58,3	5	20,8	-	-	3,04	0,7506
Ruído	2	8,3	5	20,8	7	29,2	9	37,5	1	4,2	2,92	1,0598
Distribuição do espaço físico	1	4,2	5	20,8	8	33,3	8	33,3	2	8,3	2,79	1,0206
Instrumentos de trabalho	-	-	4	16,7	9	37,5	9	37,5	2	8,3	2,63	0,8754
Temperatura	1	4,2	5	20,8	3	12,5	10	41,7	5	20,8	2,46	1,1788

Fonte: Pesquisa de campo, Dallepiane S., 2004

Nota: ^{ns} não há diferença significativa entre as médias pelo teste F (Anova) ao nível de 5% de significância

Avaliação do ambiente de trabalho

A estrutura física da Universidade pode influenciar diretamente no desempenho das atividades docentes, e que em determinadas condições podem ser considerados fatores de risco para a saúde dos sujeitos. Com conceitos de péssimo a excelente, os professores avaliaram a ventilação, o mobiliário, a iluminação, o ruído, a distribuição do espaço físico, os instrumentos de trabalho e a temperatura no local de trabalho.

O saber sobre o trabalho nem sempre está registrado em forma de conhecimento. Sabe dele quem, no dia-a-dia produz diretamente. Quem enfrenta as condições de iluminação, ruído, temperatura, o mobiliário improvisado, as máquinas. Somente os trabalhadores podem dizer de sua dor ou de sua alegria, dos laços de solidariedade de classe ali estabelecidos, o horário, o constrangimento em pedir para ir ao banheiro, a irritação originada a partir do rigoroso controle estabelecido e a exigência de produtividade (Mendes, 1995, p. 180).

Visualizando a tabela 6 conclui-se que a ventilação, o mobiliário e a iluminação do ambiente de trabalho tiveram as avaliações médias mais altas 3,04, diferindo apenas na variabilidade $3,04 \pm 1,1971$, $3,04 \pm 0,8587$ e $3,04 \pm 0,7506$ respectivamente.

A temperatura teve a avaliação média mais baixa $2,46 \pm 1,1788$. As médias, porém, não são diferentes significativamente ao nível de 5% de significância, ou seja, não há grandes variações entre as avaliações dos diferentes itens expostos na tabela.

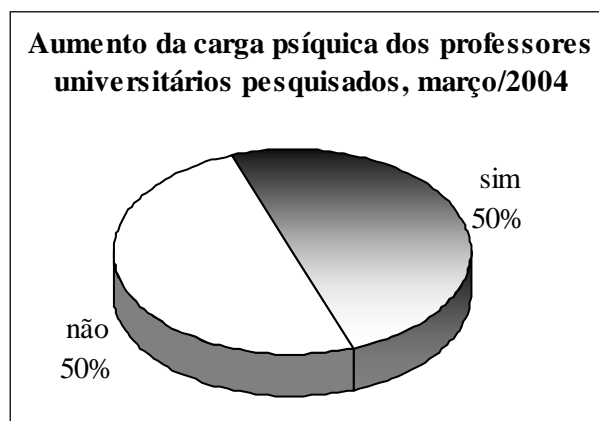
Observa-se que o conceito excelente teve a menor prevalência geral, sendo maior o número de conceitos bom e regular. Esses resultados apontam para uma insatisfação por parte dos professores com relação à estrutura oferecida pela Universidade, no sentido de que alterações podem ser feitas.

A questão psíquica

Com o objetivo de relacionar o sofrimento físico com a sobrecarga psíquica, aplicou-se a Escala de Avaliação da Carga Psíquica, a partir da qual pode-se chegar a algumas conclusões e apontamentos. Concorda-se com Dejours (1994, p. 18), de que o prazer, a satisfação, a frustração e a agressividade, fatores relacionados às atividades mentais, dificilmente se deixam dominar por números. Para uma melhor visualização dos resultados da pesquisa, apresenta-se no Gráfico 4, o alerta de que 50% dos professores participantes podem estar tendo um aumento substancial da carga psíquica, relacionada ao trabalho.

A análise da carga psíquica foi realizada da seguinte maneira: as respostas “nunca” e “raras vezes” presentes no questionário, caracterizam ausência de sobrecarga psíquica e as alternativas “algumas vezes”, “muitas vezes” e “sempre” caracterizam presença da mesma. Assim, observa-se que 50% dos sujeitos não apresentam aumento da carga psíquica e os outros 50% demonstram pelas respostas, que sim (gráfico 4).

Gráfico 4



Observou-se que dentre os itens relacionados, a responsabilidade, a exigência de concentração e atenção permanente na execução das tarefas foram as questões mais referidas pelos sujeitos, que sempre estão presentes na atividade docente.

Além disso, o tempo que o trabalho “rouba” da família acaba gerando conflito, ocasionando estresse e exaustão emocional. Se de um lado há necessidade de trabalhar, do outro há a necessidade de dedicar mais tempo à família, ao marido/esposa, aos filhos, enfim, um paradoxo, uma angústia instalada.

Cada sujeito tem uma forma de encarar as situações diárias, por isso a questão psíquica merece uma avaliação individual. As opiniões relativas à responsabilidade, pressão, estresse diferem devido à forma como cada professor vê e encara seu trabalho.

Constata-se que 96% dos sujeitos sentem dor e que 50% estão sofrendo com uma maior carga psíquica. Dessa forma, pode-se dizer que a dor, além de ser causada e potencializada pela sobrecarga de atividades mentais, tem outras origens. Pode-se destacar o ambiente de trabalho inadequado, as atividades repetitivas e os vícios incorretos de posturas, que também agem como potencializadores das sintomatologias físicas. Destaca-se que o professor que não sente dor, não tem aumento da carga psíquica.

Na tabela 8 é apresentada a relação entre o aumento na carga psíquica e a avaliação que os professores fazem do seu ambiente de trabalho. Visualizando a tabela, observa-se que a avaliação média das condições do ambiente de trabalho dos professores que tem aumento de carga psíquica é de $2,48 \pm 0,9375$ diferindo significativamente ($p < 0,01$) da avaliação média dos professores que não tem aumento da carga psíquica $3,21 \pm 0,9451$, sendo esta mais alta, ou seja, os professores com sobrecarga psíquica atribuíram conceitos mais baixos ao ambiente físico que os cerca.

Tabelas 7

Aumento da carga psíquica em relação às condições de ambiente de trabalhadores professores universitários pesquisados, março/2004

Ambiente de trabalho	Avaliação das condições de ambiente							
	Aumento da carga psíquica							desvio-padrão
	excelente	muito boa	boa	regular	péssima	média		
Iluminação	1	1	7	3		3,00	0,8528	0,792
Ruído		2	4	6		2,67	0,7785	0,257
Ventilação	1	1	4	3	3	2,50	1,2432	0,023
Mobiliário		1	4	7		2,50	0,6742	0,003
Temperatura		3		6	3	2,25	1,1382	0,399
Espaço físico		1	3	6	2	2,25	0,8660	0,006
Instrumentos de trabalho		1	2	7	2	2,17	0,8348	0,007
Geral						2,48	0,9375	< 0,01
	Não aumento da carga psíquica							
Ventilação	2	4	5	1		3,58	0,9003	0,023
Mobiliário	1	5	6			3,58	0,6686	0,003
Espaço físico	1	4	5	2		3,33	0,8876	0,006
Ruído	2	3	3	3	1	3,17	1,2673	0,257
Iluminação		3	7	2		3,08	0,6686	0,792
Instrumentos de trabalho		3	7	2		3,08	0,6686	0,007
Temperatura	1	2	3	4	2	2,67	1,2309	0,399
Geral						3,21	0,9451	< 0,01

Fonte: Pesquisa de campo, Dallepiane S., 2004

Nota: * valor p do teste t para amostras independentes, comparando cada condição do ambiente do trabalho com aumento ou não da carga psíquica

Esses resultados nos levam a acreditar que os sujeitos que não conseguem administrar de forma adequada as atividades que os estão sobrecarregando, tendem a sofrer mais com as condições ambientais que a Universidade oferece. A carga psíquica está diretamente relacionada à organização do trabalho como um todo, a organização dos espaços da Universidade e da vida de cada professor neste contexto mais amplo.

Esta é a vida do professor: exercer uma missão em tempo integral, ler, corrigir, preparar aula, se atualizar, atividades inerentes a sua função. O resultado disso tudo não podia ser outro, um sofrimento psíquico, uma exaustão emocional, esgotam-se a energia e os recursos emocionais próprios.

Para transformar um trabalho fatigante em um trabalho equilibrante precisa-se flexibilizar a organização do trabalho, de modo a deixar maior liberdade ao trabalhador para reorganizar seu modo opera-

tório e para encontrar os gestos que são capazes de lhe oferecer prazer, isto é, uma expansão ou uma diminuição de sua carga psíquica de trabalho. Além disso, assumir uma reorientação profissional que leve em conta as aptidões do trabalhador, as necessidades de sua economia psicossomática, não de certas aptidões somente, mas de todas, se possível, pois o pleno emprego das aptidões psicomotoras, psicossensoriais e psíquicas parece ser uma condição de prazer no trabalho (Dejours, 1994, p. 31).

Conclusão

O trabalho é indispensável para a vida do ser humano, não é objetivo culpá-lo como o único responsável pelo sofrimento dos sujeitos. Ninguém quer parar de trabalhar e nem seria possível, pois o trabalho faz parte da essência humana, ainda mais, um

trabalho tão importante como o dos professores, pois quem não lembra de seus professores? A questão que deve ser refletida é como o trabalho está sendo realizado, as condições físicas e ambientais que o cercam e sua organização, relacionada ao tipo de tarefa e ao ritmo de execução das atividades.

A pesquisa empírica apontou a presença de dor na quase totalidade dos 24 professores estudados, somente um sujeito referiu não sentir dores. Os resultados encontrados são indicativos de que grande parcela dos docentes da Unijuí está prejudicando sua saúde devido ao excesso de trabalho. Muito se deve ao próprio professor que não se impõe limites quanto às inúmeras atividades que desempenha, são aulas para preparar, provas e trabalhos para corrigir, explicações, argumentações novas a cada dia ante os alunos, reuniões, viagens... nossa! Será que o corpo agüenta?

Tendo em vista que as atividades laborais, sem um perfeito equilíbrio na relação homem e trabalho, podem determinar sérias conseqüências ao corpo do ser humano, investir nesse ambiente de trabalho é importante, tanto para a instituição, quanto para os trabalhadores. Entre as ferramentas que podem ser utilizadas para proporcionar uma melhor qualidade de vida no trabalho, destacam-se as ações que a Fisioterapia pode desempenhar por meio de programas terapêuticos e preventivos que visam o tratamento e a prevenção dos distúrbios osteomusculares relacionados com o trabalho. Conforme Freitas (apud Pereira, 2001, p. 145), a Fisioterapia tem o poder de curar, tratar e principalmente prevenir.

Os profissionais fisioterapeutas são integrantes importantes no processo de humanização do local de trabalho, dispondo do conhecimento necessário para promover ações que zelem pela integridade dos sujeitos enquanto realizam suas atividades produtivas. Faz-se importante a presença deste profissional atuando dentro do local de trabalho, acompanhando o cotidiano dos trabalhadores e conhecendo mais a fundo a estrutura e as condições oferecidas pelo ambiente. Dessa forma, ele irá conhecer a empresa como se fosse seu paciente, sendo capaz de identificar fa-

tores que promovem acometimentos ocupacionais e assim, desenvolver um trabalho que contribua para a qualidade de vida dos trabalhadores.

Necessário se faz, cada vez mais, o trabalho conjunto entre diversos profissionais, o fisioterapeuta com o educador físico, com a contribuição da psicologia e de outras áreas preocupadas com a saúde e com o bem-estar dos trabalhadores. A Fisioterapia tem um papel importante neste cuidado para com os sujeitos que constituem a Universidade. A saúde é responsabilidade de todos, mas os profissionais da saúde tem a missão de proteger e zelar pela integridade das pessoas.

Referências

- CAILLIET, René. *Doenças dos tecidos moles*. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2000.
- CAÑETE, Ingrid. *Humanização: desafio da empresa moderna: a ginástica laboral como um caminho*. São Paulo: Ícone, 2001.
- CICCO, Lúcia Helena S. *Dores de cabeça e enxaqueca*. Disponível em: <<http://www.saudevidaonline.com.br/artigo>>. Acesso em: 17 jun. 2004.
- DEJOURS, Christophe; ABDOUCHELI, Elisabeth; JAYET. *Psicodinâmica do trabalho: contribuições da escola dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho*. São Paulo: Atlas, 1994.
- DEMO, Pedro. *Desafios modernos da Educação*. Petrópolis: Vozes, 1993. p. 90-210.
- FRANÇA, Mário B. Ergonomia e Saúde Ocupacional. In: PEREIRA, Erimilson R. *Fundamentos de Ergonomia e Fisioterapia do trabalho*. 1. ed. Rio de Janeiro: Taba Cultural, 2001. cap. 2, p. 27-38.
- MENDES, René. *Patologia do trabalho*. Rio de Janeiro: Atheneu, 1995.
- PEREIRA, Erimilson R. *Fundamentos de Ergonomia e Fisioterapia do trabalho*. 1. ed. Rio de Janeiro: Taba Cultural, 2001.