

RESUMO

O ProfSaúde 2.0 analisou os efeitos de diferentes intervenções com alunos sobre o ambiente da sala de aula e o estresse fisiológico do professor, mantendo os indicadores de ruído e batimentos cardíacos para comparação com a linha de base. Quatro turmas foram avaliadas: alerta sonoro, conscientização e autoavaliação, grupo controle e combinação das estratégias. Os resultados indicaram maior percepção dos alunos sobre o impacto de seu comportamento no bem-estar docente. O alerta sonoro reduziu o ruído em cerca de 28%, a conscientização em 17% e a intervenção combinada apresentou o melhor desempenho, com impacto próximo de 33%, evidenciando melhorias no ambiente escolar e na saúde docente.

INTRODUÇÃO

As escolas acumulam funções além do ensino, como inclusão e apoio psicológico, sem suporte adequado, sobrecarregando os professores. (Tavares; Martins, 2021)

A indisciplina e a falta de infraestrutura agravam esse cenário, afetando o bem-estar dos docentes e a qualidade do ensino. Apesar disso, há poucas pesquisas sobre o impacto dessas pressões na saúde dos educadores. (Campos; Silva, 2022)

PROBLEMA

Assim, o foco da pesquisa se expande da análise descritiva para a experimentação de intervenções, formulando um novo questionamento central: até que ponto mudanças no comportamento dos alunos e na gestão do ambiente escolar podem melhorar a saúde física e emocional dos professores em sala de aula?

HIPÓTESE

Espera-se que intervenções como alertas sonoros e atividades de conscientização reduzam o barulho, a indisciplina e o estresse docente, sendo a combinação das estratégias mais eficaz que as intervenções isoladas e o grupo controle.

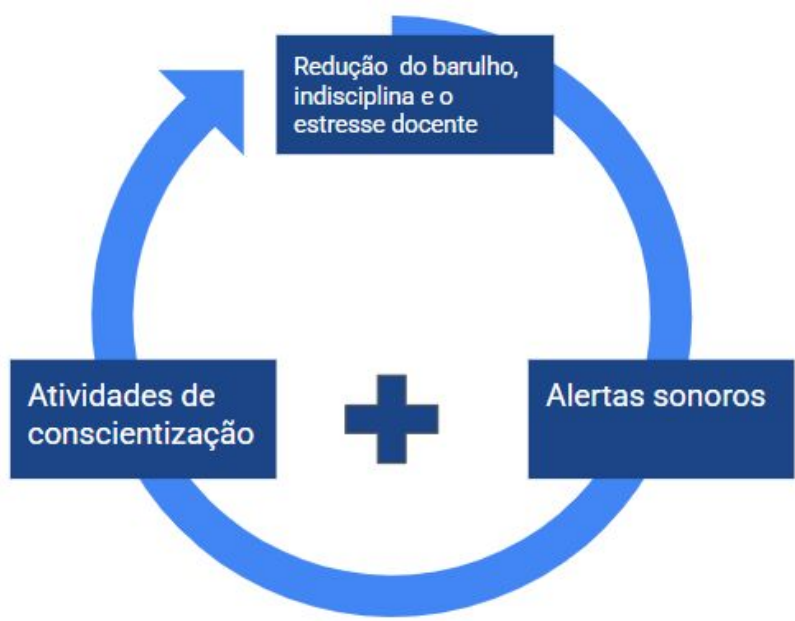


Diagrama I - Hipótese
Fonte: ProfSaúde

OBJETIVO

Objetivo geral: Analisar o impacto de intervenções aplicadas aos alunos no ambiente da sala de aula e nos níveis de estresse dos professores, considerando o ruído, o comportamento discente e as respostas fisiológicas docentes.

Objetivos específicos: Registrar a variação dos níveis de ruído em sala e dos batimentos cardíacos dos professores após as intervenções. Comparar esses indicadores entre turmas com diferentes metodologias e tempo de exposição. Avaliar a percepção dos professores e dos alunos sobre o comportamento em sala e o estresse docente.

METODOLOGIA

O estudo foi realizado com professores em salas de aula, organizados em quatro grupos distintos: alerta sonoro, conscientização, dupla intervenção e grupo controle. Durante aulas de 50 minutos, foram monitorados os batimentos cardíacos dos docentes por meio de relógio inteligente e os níveis de ruído em sala com decibelímetro. Ao final, os professores e alunos preencheram formulários de autoavaliação sobre estresse e comportamento. O objetivo foi analisar a relação entre as intervenções aplicadas aos alunos, o ambiente da sala e o estresse fisiológico e subjetivo dos professores.

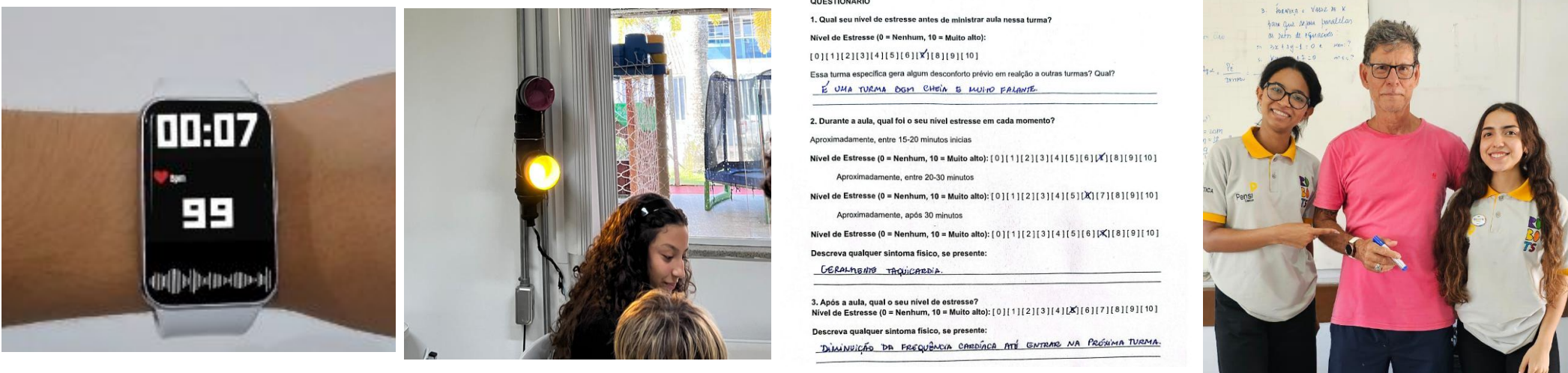
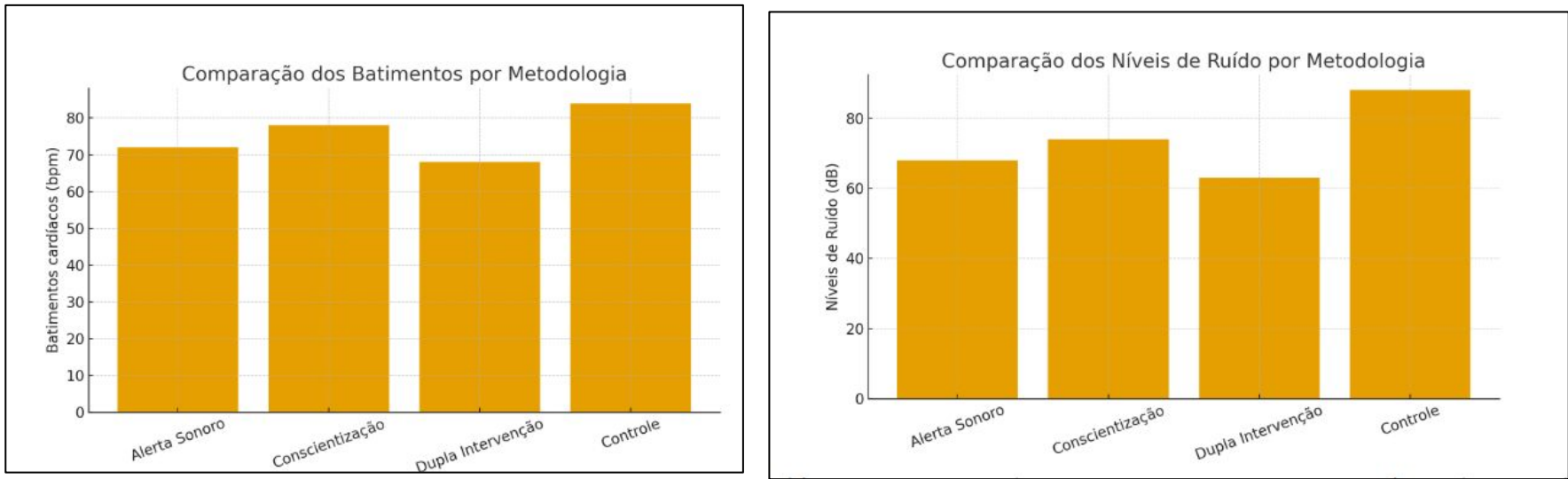


Imagem I - Metodologia
Fonte - Profsaúde

RESULTADOS

Os resultados indicaram que o padrão de estresse docente e de exposição ao ruído manteve-se semelhante ao da etapa anterior. No entanto, as intervenções aplicadas aos alunos produziram reduções significativas nos fatores de estresse: o alerta sonoro reduziu em cerca de 28% os episódios de ruído elevado



Gráficos I - Resultado dos censos
Fonte: ProfSaúde

A conscientização promoveu melhora comportamental de aproximadamente 17%, e a dupla intervenção apresentou o melhor desempenho, com impacto total próximo de 33%, refletindo diretamente na redução do estresse fisiológico dos professores.

CONCLUSÃO

Pode-se concluir que intervenções direcionadas ao comportamento dos alunos reduzem o ruído em sala e o estresse fisiológico dos professores, melhorando o ambiente escolar. Estratégias simples, como alertas sonoros e atividades de conscientização, mostraram impacto positivo, sendo a combinação das duas a mais eficaz. Promover ambientes mais equilibrados contribui para a saúde docente e para a qualidade do processo de ensino-aprendizagem.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Ulisses F. Autogestão na sala de aula: as assembleias escolares. 1. ed. São Paulo: Summus Editorial, 2015.

BUENO, Belmira Oliveira. Escola e participação da comunidade: estudo sobre as associações de pais e mestres. 1987, Anais.. São Paulo: Feusp, 1987. . Acesso em: 12 nov. 2024.