

## AVALIAÇÃO DO ESTRESSE LABORAL EM DOCENTES DE UMA INSTITUIÇÃO PÚBLICA FEDERAL DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA

Marlon C. dos S. Dantas<sup>1\*</sup>, Elisia M. M. Araújo<sup>1\*</sup>, Pedro V. da R. Noé<sup>1</sup>, Willams A. da Silva<sup>1</sup>, Kelly M. da S. A. Cavalcante<sup>1</sup>, Sílvio R. de O. Abreu<sup>2</sup>, Euclides M. T. Filho<sup>2</sup>, Larisse C. C. Toledo<sup>3</sup>, Kristiana C. Mousinho<sup>4</sup>

1. Estudante de IC do Centro Universitário CESMAC, Farmácia do CESMAC
2. CESMAC- AL- Mestrado Pesquisa em Saúde/Professor Colaborador
3. CESMAC- AL- Mestrado Pesquisa em Saúde/Coorientador
4. CESMAC- AL- Mestrado Pesquisa em Saúde/Orientador

### Resumo:

No trabalho docente existem fatores que podem contribuir para o estresse laboral e prejudicar a saúde desse profissional e, a qualidade da educação das instituições educacionais. O objetivo dessa pesquisa foi avaliar o estresse laboral em docentes de uma instituição pública de educação profissional e tecnológica em Alagoas. Tratou-se de uma pesquisa observacional, de caráter transversal. A amostra foi de 210 docentes e a coleta de dados realizada através da aplicação de questionários. Os pesquisados caracterizam-se por uma população principalmente masculina (75,2%). Os dados revelaram que 29% apresentam estresse, a maioria na fase de resistência (80,3%) e com estresse psicológico (66%). Nas variáveis relacionadas ao trabalho houve associação entre todos os cinco fatores pesquisados e o estresse. Esse estudo revelou a importância da investigação do estresse laboral para a prevenção de transtornos na saúde mental do docente e para a promoção da saúde e da qualidade de vida.

**Autorização legal:** Projeto aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa Humana do CESMAC em 02/12/2014 com parecer nº 895.539.

### Palavras-chave:

Estresse psicológico; Docentes; Trabalho.

**Apoio financeiro:** Programa Semente de Iniciação Científica (PSIC Mestrado)-Cesmac

**Trabalho selecionado para a JNIC pela instituição:** Centro Universitário CESMAC

### Introdução:

O interesse pelo objeto investigado deve-se as constatações observadas na prática e corroboradas por pesquisas que afirmam a existência de diversos fatores na

prática docente que podem contribuir para o estresse no trabalho<sup>1,2,3,4</sup>. Ainda que o assunto tenha sido investigado em vários países, no Brasil não encontramos estudos que abordem o estresse em docentes na rede de educação técnica e profissional<sup>5</sup>.

Para Seyle<sup>7</sup>, o estresse é uma reação complexa do organismo, composta de alterações físicas, psicológicas e comportamentais, que ocorre diante da exposição da pessoa a situações adversas. Numa visão biológica é uma reação natural do organismo, relacionada à sobrevivência da espécie. No entanto, o estresse frequente e mantido durante longos períodos de tempo pode gerar doenças.

Lipp<sup>8</sup> classifica o estresse em quatro fases, de acordo com o tempo de duração e intensidade dos estressores (eventos aversivos à pessoa). São elas: Fase de alerta; fase de resistência; fase de quase-exaustão e fase de exaustão.

No Brasil, o estudo da relação entre estresse, trabalho e saúde-doença mental tem sido recorrente<sup>9,10</sup>.

Para Sisto<sup>6</sup>, o estresse laboral acontece quando as exigências do contexto de trabalho são maiores que a capacidade de resiliência (aspecto psicológico que permite a pessoa superar problemas) da pessoa. No entanto, para o autor, a vivência de fatores estressores advindos da organização do trabalho será mediada por características individuais, podendo desencadear ou não reações físicas e psicológicas que comprometerão a saúde do profissional e a qualidade do trabalho.

Diante do exposto, pode-se afirmar que o docente, em especial aquele que atua na educação profissional, está exposto a vários fatores que pode levá-lo ao estresse e comprometer a sua saúde e, a qualidade do trabalho. Embora seja um importante problema de saúde, o estresse laboral desse profissional ainda é pouco estudado. Isso dificulta a

definição de políticas públicas e institucionais de saúde e qualidade de vida no trabalho, no campo da educação pública brasileira.

Dessa forma, o presente estudo teve como objetivo avaliar o estresse laboral em docentes de uma instituição pública de educação profissional e tecnológica, a fim de buscar evidências empíricas que possam subsidiar ações de promoção à saúde e de prevenção a esse agravo.

### **Metodologia:**

Tratou-se de um estudo observacional de caráter transversal. Os dados foram coletados nos câmpus do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Alagoas.

O tamanho da amostra foi determinado em 218 indivíduos, utilizando-se a equação para populações finitas com os seguintes critérios: total da população docente dos câmpus permanentes de 505 professores; intervalo de confiança de 95%; erro amostral de 5%; prevalência de 50%. A estimativa de prevalência de 50% foi adotada considerando que estudos sobre a avaliação do estresse laboral nesta população específica eram desconhecidos.

Os critérios de inclusão compreenderam os docentes efetivos do Instituto, em exercício em sala de aula, de ambos os sexos, com idade <60 anos (o instrumento utilizado, nesse estudo, para avaliar o estresse é validado para a população adulta. Pessoas com 60 anos ou mais são consideradas idosas pela legislação brasileira<sup>21</sup>). Não participaram da pesquisa os docentes lotados ou que exerciam suas atividades nos câmpus provisórios – câmpus sem estruturas físicas próprias e que funcionavam nas dependências de outras instituições – uma vez que se tratava de uma condição provisória e poderia ser um viés para a pesquisa devido há possíveis problemas relacionados às condições e organização do trabalho. Docentes com suspeita ou confirmação de gravidez, também, foram excluídas devido à interferência nos fatores estressores, considerando as variações hormonais e emocionais desse período.

Para o cálculo amostral foi realizado levantamento do quantitativo de docentes nas coordenações de gestão de pessoas dos câmpus. Posteriormente, foram contactados os diretores e coordenadores dos câmpus para identificação dos dias das reuniões pedagógicas. Nessas reuniões foram identificados os docentes, anteriormente sorteados e aqueles que não estiveram presentes foram substituídos pelo próximo número da lista, contendo as matrículas. Os

docentes que atenderam aos critérios de inclusão/exclusão foram convidados a participarem do estudo. Quando da aceitação, foi entregue o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, os questionários de coletas dos dados, contendo questões sociodemográficas, sobre hábitos de vida e sobre os fatores estressores no trabalho docente e, o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp<sup>11</sup> (ISSL).

As variáveis quantitativas foram apresentadas na forma de média, desvio padrão, mínimo e máximo. As variáveis qualitativas foram apresentadas na forma de tabelas de frequência. Na estatística inferencial a presença de associação entre as variáveis independentes e dependentes foi realizada através do teste qui-quadrado. Foi considerado como significativo o valor de  $p \leq 0,05$ . Para as análises foram utilizados os programas: Excel (Microsoft Office®) e o Bioestat® 5.3.

### **Resultados e Discussão:**

Em relação à caracterização da população estudada, o sexo masculino foi predominante (75,2%), a idade média foi de 39 anos (DP = 9,26), a maioria são casados (63,8%) e possui filhos (61,4%).

Nesse estudo, apesar da predominância do sexo masculino, constatou-se que quase metade das mulheres docentes apresenta estresse (48,1%).

A faixa etária predominante encontrada nesse estudo de 30 a 39 anos (40%), acompanhada da faixa de 40 a 49 anos (26,2%), é considerada, no estudo de Valle<sup>1</sup>, uma fase bastante ativa em vários aspectos da vida social e laboral e, pode contribuir para o surgimento do estresse.

A prevalência do estresse, encontrada nos docentes pesquisados, foi de 29%, de acordo com o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp<sup>11</sup> – ISSL. Dentre os classificados como estressados, 80,3% apresentam-se na fase de resistência e 66% apresentam a prevalência de sintomas psicológicos.

A associação entre as variáveis estresse e fatores estressores no trabalho docente: condições de trabalho ( $p=0,0198$ ), organização do trabalho ( $p<0,0001$ ), relações sócio-profissionais ( $p<0,0001$ ), reconhecimento e crescimento profissional ( $p<0,0001$ ) e relação trabalho e vida social ( $p=0,0160$ ). Entre os docentes classificados como estressados, segundo o ISSL, as questões que apresentaram maior frequência do número de resposta na opção “incomoda”,

àquelas que geram insatisfação no trabalho, foram: multiplicidade de tarefas do professor (88,5%), falta de motivação dos alunos (86,9%), sobrecarga de atividades extraclasse (83,6%), ritmo de trabalho acelerado (82%), infraestrutura (80,3%), falta de suporte organizacional (78,7%), falta de equipe interdisciplinar de apoio (78,7%), falta de tempo para si próprio (78,7%), ambiente físico (77%), tempo excessivo de trabalho (77%), indisciplina do aluno e falta de tempo para a família (75,4%).

De acordo com a percepção dos docentes em relação aos fatores estressores no trabalho é possível verificar que os principais aspectos que geram insatisfação relacionam-se, principalmente, às condições e à organização do trabalho. Os docentes queixam-se de problemas diversificados, reforçando o que aponta a literatura: a existência de forte associação entre as variáveis laborais e o estresse.

A literatura científica mostra que o estresse laboral está aumentando entre os docentes, constituindo-se um problema para as instituições educacionais<sup>28</sup>. Os resultados encontrados nesse estudo corroboram os dados de outras pesquisas que afirmam o impacto direto do estresse na saúde e no desempenho do docente<sup>1,2,9,11,12</sup>.

### Conclusões:

Observa-se que a população pesquisada se encontra vulnerável ao estresse no trabalho, pois, foi constatada a existência de vários fatores que afetam os docentes, no exercício da profissão e que contribuem para uma vulnerabilidade psicológica, aspecto mais atingido nessa população. O estresse apresenta-se, dessa forma, como um fenômeno complexo, multifatorial e dinâmico. Ele repercute nas instituições educacionais, nas relações do docente com o aluno, com a família e com a comunidade e, pode colocar em risco a motivação, o desempenho, a autoestima do trabalhador.

Portanto o aperfeiçoamento das políticas públicas e institucionais de promoção da qualidade de vida, neste grupo, faz-se necessário.

### Referências bibliográficas

1. Valle LHR. *Estresse e distúrbios do sono no desempenho de professores: saúde mental no trabalho* [tese de doutorado]. São Paulo: Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo; 2011 [Acesso em 2014 jun. 7]. Disponível em:

[www.teses.usp.br/teses/disponiveis/47/47134/de.../valle\\_do.pdf](http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/47/47134/de.../valle_do.pdf)

2. Andrade PS, Cardoso TAO. Prazer e dor na docência: revisão bibliográfica sobre a síndrome de burnout. *Saúde Soc.* 2012; 21:129-140 [Acesso em 2014 jul. 16]. Disponível em: [www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-12902012000100013](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902012000100013)

3. Santos MN, Marques AC. Condições de saúde, estilo de vida e características de trabalho de professores de uma cidade do sul do Brasil. *Ciênc. saúde coletiva.* 2013; 18:837-846 [Acesso em 2014 set. 04]. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232013000300029>

4. Pedditzi ML, Nonnis M. Psycho-social sources of stress and burnout in schools: research on a sample of Italian teachers. *MedLav.* 2014; 105:48-62. PubMed; PMID 24552094. [Acesso em 2014 set. 01]. Disponível em: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24552094>

5. Brasil. *Estudo exploratório sobre o professor brasileiro: com base nos resultados do Censo Escolar da Educação Básica 2007*. Brasília; 2009. [Acesso 2015 set. 01] Disponível em: [http://portal.mec.gov.br/dmdocuments/estudopr\\_ofessor.pdf](http://portal.mec.gov.br/dmdocuments/estudopr_ofessor.pdf)

6. Sisto FF, Baptista MN, Noronha APP, Santos AAA. *Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho (EVENT)*. São Paulo: Vetor; 2007.

7. Backé EM, Seidler A, Latza U, Schumann B. The role of psychosocial stress at work for the development of cardiovascular diseases: a systematic review. *Int Arch Occup Environ Health.* 2012; 85(1):67-79. PubMed; PMC 3249533. [Acesso em 2014 jul. 11]. Disponível em: [www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=3249533&too](http://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=3249533&too)

8. Lipp MEN. *Manual do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL)*. São Paulo: Casa do Psicólogo; 2000.

9. Carlotto MS, Palazzo LS. Síndrome de burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. *Cad. de Saúde Pública.* 2006; 22(5):1017-1026 [Acesso em 2014 set. 20]. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csp/v22n5/14.pdf>

10. Balassiano M, Tavares E, Pimenta RC. Estresse ocupacional na administração pública brasileira: quais os fatores impactantes? *RAP*. 2011; 45(3):751-774 [Acesso em 2014 maio 27]. Disponível em: [www.scielo.br/pdf/rap/v45n3/09.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rap/v45n3/09.pdf)
11. Caran VCS, Freitas FCT, Alves LA, Pedrão LJ, Robazzi MLCC. Riscos ocupacionais psicossociais e sua repercussão na saúde de docentes universitários. *Rev. Enferm. UERJ*, Rio de Janeiro. 2011; 19(2):255-261 [Acesso em 2015 jul. 20]. Disponível em: <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IscScript=iah/iah.xis&src=google&base=BDENF&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=20449&indexSearch=ID>
12. Gradella Júnior O. Sofrimento psíquico e trabalho intelectual. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*. 2010; 13(1): 133-148 [Acesso em 2015 nov. 10]. Disponível em: <http://www.revistas.usp.br/cpst/article/view/25743/27476>